津津有味譚

食品介紹

蕎頭

陳存仁

蔥韭類的食品，約如上述，本篇專講蕎（上從艸下同）頭。

蕎頭，是蕎菜的莖卵，市上雜貨店和士多舖，有瓶庄的酸蕎頭出售。

蕎頭的產地，在南方各省，甚爲繁盛。華南人都喜歡進食，不但在生產區的人愛吃，而且裝入樽中，運銷各地，遠至國外。

蕎頭的形狀，如卵狀顆粒，略帶尖型，與蒜頭相仿，可是沒有蒜頭那般强烈的辛辣臭味，所以很多不喜吃蒜蒜的人，却很「喜歡吃蕎頭」。爽脆可口，清潤而帶甘味，雖屬蔥韭一類，并無蔥韭的腥臭氣息。

華南人喜吃蕎頭，恰似北方人吃大葱大蒜，又好像華中和西南人士，進食油膩菜餚前後，吃一些泡菜，作爲調劑口味的配菜。廣東酒樓飲館，在食客進食時，常先供應一碟蕎頭，刺激一下食的胃口，使人食慾激增，與他省飲館供應泡菜相仿。

蕎頭在神農本草經上，即是「韭」的根莖。李時珍本草綱目上稱爲「晶（上從艸下同）子」。梅縣人叫做「蕎頭」。也有人稱爲「晶子」。梅縣的名稱，都是淵源很久的「韭」字。○子，作深綠色，細而且長，長有輕微臭氣，它的根莖作圓形卵狀，色白如蒜頭，這就是蕎頭。

本草書上又說：蕎頭能「耐肌」。本經別錄則說：「汨中，散結氣。」能解除胸悶脹滿，又能治咳嗽化痰。日本人又將蕎頭搗爛作爲火傷外敷的冷奄劑，因爲它有清熱消炎的效力。

（一六六）

注意腦溢血症

雷門

是否腦溢血症只是日本方面特別嚴重呢？並非如此，單國或英國，若干大都市裡面都是經常有人患腦溢血症喪生的，更多的病患者就是半身不遂。住在鄉間的人，患這種病比較少，原因是他們的生活比較在大都市居民的壓緊張，而且食物方面，他們也有比較多的機會吃到綠色的蔬菜，更加重要的是這一點，在農村過活的人，往往做些勞動，在一天之內可能做三幾次，步行一小時之久，對於血液循環大有幫助，此外，還因他們經常勞動的緣故，夜間甜睡，對整體健康有利，患這種病的機會當然是少而又少了，倘若你肆踏進中年大關，經常工作過勞，便要小心一點，依照上述的方法去做，避免各種患病的因素，可能活得更加愉快。

至於腦溢血症本身，當然是跟血管有關的，穿過腦袋核心的血管細到僅有一條頭髮的二分之一，它還要空心，如果那條毛細血管變厚，或者它本身變脫，又或壓力太大，都有可慮。

所謂壓力，指血液集中在腦袋所發生的力量而言，任何一個人，若思不已，便覺四昏腦漲，那時他的血液集中在腦袋，留在血管裡面，發生壓迫感，那就是壓力，壓力太大的時候，每一條血管都呈現充血狀態，那是非常危險的，每一秒鐘都有可能發生腦溢血症。

不單是深思不已的人，才會發生這種病，酗酒的傢伙也有可能發生，你大概記得起一個人喚到爛醉之後，他的一雙眼睛紅得多麼厲害，眼皮更紅，要是腦袋裡面的微血管那麼紅，不堪設想，經常較腦汁而且習慣了用腦之前或用腦之後喝酒的人，患這種病的可能性更大的。

還有一點睡前實在不宜連續工作三四個鐘頭之久，直到極度怠倦，似暈非暈，這才上床睡覺。年齡輕的人這樣子只是感到迷惘，上了年紀而又這樣子過活，就不是迷惘的麼簡單。

從食物化學觀察，直接構成腦溢血症的因素就是血管硬化，爲一對抗血管硬化，應該多吃一些綠色的蔬菜，最好多喝一些菓汁，不要在沉醉之後躲在床上，即時睡眠，用腦的時間不要太長，寧願每天分幾次用腦，絕對不宜一次過用腦的時間超過四小時，任何一種健身運動或勞動都是有利的。「下」

香港人月飲汽水百四十萬加侖

港府宣告明年起，禁用人造糖精許多含糖精食品均受影響，汽水會一度受到關注，因汽水在香港銷量甚大，據去年七月統計，香港月飲汽水達一百四十四萬加侖，容量等於兩個半維多利亞泳池的水。

香港是英美汽水銷售的二個偌大市場，近數年的銷量增加甚速，今年除原有的十餘個牌子汽水外，尚有美國新牌子汽水來港銷售，大門尚未忘記飲汽水可得幸運巨獎的事吧，有的汽水則可中獎贈黃金或是免費贈飲，有的更在百物加價幣中將每瓶汽水減售一毫，由此可見各家汽水公司均出不同手法以爭銷路，大家都想在香港市場中佔先。

現在旺季已近尾聲，汽水生產放慢，日間內行人的估計，在去年夏季五月至九月這五個月內，港九市場銷出的汽水總量，比去年同期有增加。舉六月份爲例，售出汽水達二百四十四萬加侖，總值超過七百萬港元，亦即是說香港人每日化費二十四萬元在飲汽水方面。

（上）

元昌肉食公司 新張營業啓事

敬啓者：本號位於華埠市中心片打街東二六六號，現已全部裝修完竣。謹定於三月廿七日（星期六）開張營業，本號專售新鮮肉食燒臘鹵味，承接金猪，本品質優良顧客至上宗旨，新張期間，爲酬答顧客盛情，各類食品，一律特價優待，倘胞賜顧，極表歡迎。

生猛鷄發售

每隻六毛，十隻五元。電話 277-5979, 926 No. 6 Road Richmond, B. C.

宜僱女工壹名

管理衣廠電力車衣機，如意者到 328 W. Cordova St. 第二八號卡都華街西洽商。

時代化土庫聯房出租

交通便利，傢俬齊備，適合小家庭，隨時電話二五三、二三五二接洽。

洗熨店生意出賣

適合華人的良機，乾洗，濕洗，縫補及修改，在於紫晶街 2，與 Mr. Olson 洽商。255-4978 Copp. Rity 879 9221

餐館地位

一年新鮮在北雲埠，好地點，近大街，廚房設備安當，完全不銹鋼桌生，有抽氣機最適合做度人飲館，同時幷做外賣及送餐，開價七萬元。西貨菜餚生意出賣，每日生意式百元左右，另有住，三個睡房，有長批。五個舖位，樓上柏文，一年新，每月收租廿千元，全部滿，取價二十四萬元。另有商業樓，工業樓，大小唐柏文，有意者請電話雷廣庭 521-4213 Call Terry Louie, Hunt Realty Ltd. 988-7138

週末下午二至四時開放

五九四五域多利大街（5945 Victoria Dr.）上下層全新孖屋，兩睡房，各自電鍋爐，孖車房。電話：二五三、三八八一

雪梨旅店 HOTEL SYDNEY

258 E. Pender St., Vancouver, 4, B. C.

雪梨旅店 華埠中心 地方雅潔 房租廉宜 長期住客 全部華人 僑胞惠顧 極表歡迎

AL'S地氈經紀 製造家清盤大平賣

有無數歐式選擇，取價平過發行價，每星期開市六天 電話 879-7347 3730 Main St. at 21st Ave.

卡城 銀龍酒家啟事

本酒家經去年擴大飲廳，裝飾幽雅，招待慇懃，近復徇僑衆之需，由三月份起，每日提早于上午十壹時半開市，備有簡捷適食價廉之午飲供應，幷承辦壹切喜慶，社團讌會等酒席，凡我親朋知交，時賜提協，僑社賢明，莫吝示訓，使紹希有所遵循而知改善以達日新又新者，則感幸無既矣。

主理廚政黃紹希謹啓

地址：Silver Dragon Restaurant, 206B Centre St. South, Calgary 1, Alta.

△代東

本公所訂於三月廿一日（星期日）午后壹時舉行成立第九週年紀念典禮虔治潔茗同日午后五時半假座福祿壽大酒家舉行春節聯歡讌會統請

各埠至孝篤親公所代表暨伯叔兄弟嬸姆姊妹屆時賁臨助慶指示禮儀曷勝榮幸

（附註）報名處：大來洋服公司，陳明康大旅館，卓安房，溢聚房，綽然房，本公所。

本公所新址：在企化街二四四號 電話：六八三、三七三四

加拿大 雲高華 至孝篤親公所 同人敬約

△代東

本總堂訂於三月廿一日（星期日）下午一時舉行喬遷第廿四週年紀念暨恭祝 古公寶父太王寶誕 聯合典禮 寅具茶點敘慶 同日下午五時半假座陶陶酒家公宴 屆時敬請

三德書社愛蓮總公所各埠至德分堂 通訊處列位代表暨伯叔嬸姆兄弟姊妹 蒞臨指導 藉增光寵 曷勝榮幸

雲埠至德總堂同人敬約

請考慮商業生產的貯蓄證券 爲你自己或作送禮

投資六元五毛，六年期間生產達至十元，有無數不限額十元券供應。

...for yourself or, as a gift.

A $6.50 investment grows to $10.00 in six years. Available in multiples of $10.00—no maximum.

CANADIAN IMPERIAL BANK OF COMMERCE

良好中西飲館出賣

位於繁榮中心，裝修新型，生意良好，因人力缺乏，願廉價出賣。22504 Lougheed Hwy, Haney, B. C. Ph. 463-4612 J. Venturis

噴射機飛往香港 欲知低廉班機日期

請用英語電話 687-2855, 224-0087, 687-1244, International Charters, 106-709 Dunsmuir St. Vancouver 1, B. C.

花藝學校招生

專門教授花藝設計，長期班，有執照票據。Orchid Florists, 1804 Lonsdale Ave. North Vancouver, B. C.

榮所男服店

Windsor Tailors & Men's Wear
32 E. Hastings St., Vancouver 4, B. C.
Phone: 681-8425

第壹流時代化男服總滙

廿七週年紀念

驚人大平賣！

頂觀西裝每套照原價減廿七元
各款正羊毛長大褸每件減廿七元
名廠靚皮鞋每對照原價減五元
各款正羊毛結衫半價平沽
禦寒羊毛背心半價平沽
各款靚羊毛西褲每條減五元
乾濕雨褸半價
各款恤衫 買一送一
其他各款衣裳 一律平沽

由三月壹日起至卅壹日止

壹年壹度 勿失良機

陳健鏞 Kinson Chan

The Gallery OF HOMES

公司 324-2441
住家 255-0010

Rutherford Thompson McRae Ltd.
1445 East 41st Ave.,
Vancouver 15, B. C.

▲埠中，唐西飲館生意，裝修如新，設備完善，生意穩固，現經營飲房及送飲，批長，有停車場，十分抵買

▲大型雜貨店連磚瓦實業，另包括壹間優雅七廳房住屋及士庫全部完成，位於Burnaby 繁盛區，舖面光猛濶大，壹流設備及裝修，鏡數短，顧客多，每月生意九千，大有前途，適合家庭經營，勿失良機。

▲異埠住區，潔淨街角雜貨店連實業，另包括一間三睡房住屋，業主經營已十多年，一向造短鏡期，生意佳，現因年老退休及缺乏人力，迫於決意平賣。

▲東區，四十六街二四七九，近域多利，兩年半新，華麗住宅，六大廳房全地氈，士庫另裝修如新，有兩睡房，娛樂室，廚櫥及洗衣房等，有陽晒台各一，車房，近巴士學校及商場，一萬元首期，九厘息，可入伙

▲旺住區中型菓舖連實業，包括三組及兩間住宅，有生意做，有得住，兼有租收，一舉兩得，適合夫婦經營

華隆有限公司 WAH LOONG LTD.

278 E. PENDER ST., VANCOUVER 4, B. C.
Tel. 684-4428

新運到本號總經銷

日本鷄嘜即席麵每盒三十包 平沽三元一毫五

歡迎批發 特價優待

其他海味雜貨源源運到上市

總代理

香港新華海產公司

各種西土冰霜蝦及各欵魚類

新到益食家蝦肉

壹磅庄每包壹元及二元三毫兩種