

令時合最「肉枝荔」

惹味夏日菜譜

天氣炎熱，人們的食慾大減。家常餐餚，既要經濟實惠，兼顧營養，又得口口爽滑。可是，可對廚君不易為。這裏介紹的款小菜，可能能符合上述要求，亦宜細酌宜飯，不妨嘗試。

一、蠔油雞絲拌炸米

米粉或粉絲剪段脆鋪碟。黃瓜開間，裝皮，鋪切片再切細條。西芹切細絲浸水中使更脆。雞肉加薑、葱、酒煮熟，除皮散成細條。將西芹、黃瓜、雞絲依序分散在炸米粉上，澆上調好的蠔油汁，略拌合。

二、時蔬溜鰻魚

色澤悅目，味酸甜，魚香脆為其特色。先將魚剖淨稍醃，抹乾搗乾要粉，炸成金黃色上碟。起油鑊炒甘筍絲、熟筍肉絲、冬菇絲、西芹絲、薑絲及荷蘭豆絲，调入百、醋、生油、沙糖、鹽、炒熟勾芡，滷在魚身上（鰻魚即竹夾魚）。



喜萬年酒樓

KING'S GARDEN RESTAURANT

238 Keefer Street Tel: 669-4132

美點雙輝
(足十位用)

夏季龍蝦餐 特價
128.00

(足十位用)

夏

逢星期二休息 晨早茶市
早上八時至晚上九時半

夏季酬賓席

明蝦鮮菓大沙律
式大熱葷
上湯焗龍蝦
翡翠象拔蚌
蟹肉燕液翅
北菇扒鴨掌
當紅炸子雞一只
肉鬆蠔鼓生菜包
清蒸游水石斑
楊州炒飯

夏季最新貢獻!!

奶油焗龍蝦蟹
式大熱葷
碧綠鴛鴦尤
肉鬆生菜包
蟹肉燕肚羹
北菇扒海參
椒皇手撕鷄二只
椒鹽焗肉排
清蒸大石斑
楊州炒飯

特價酬賓席

467 派亞街

夾賓善街

占卦算命
林健龍
中山安堂

知過未來。一生人財福壽占卦五元。口談命二十元。錄百寶命三十元。結婚擇日。移居入伙。解送刑難超兩招。解除災難。祝星求運。七天候教。在467 PALATOR ST. 夾 JACKSON ST. 二五九。一八六二。

防盜！ 平安！

供應家庭及工商
各界下列產品：

防盜花窗。大小鐵門。
花園欄杆。上門燒
交貨快捷。工作保

B. C. Royal Cafe
119 E. PENDER ST.
VANCOUVER B.C.
Phone: 681-3953

雙喜食品廠
數碼家！本廠
春雲
卷吞
皮皮

IM'S WELDING LTD.

百福燒焊

(工場) 324-1020

(住家) 325-8922

快速減肥

不運動開胃容易安
全可靠增加本植物
維他命增加免疫力如
無功反受罪過選2

15195謝太

家酒陶陶

102 E. Pender Street
Vancouver, B.C.
PHONE: 681-1030

ible Happiness Foods Ltd.
27 Powell St., Vancouver
Phone: 253-4424

正寧

食譜精研
酒家
馳名中外
大碗小酌
惠從尊便

地址
雲高華
堂〇二號
打東街

全蛋生麵

新鮮粉麵

BD 街 253-4424

紅寶星

精利南北

蝦燒魚翅
蝦多士
設宴級士

出 品

又運魚翅
燒鮑魚
脆路黃魚

無任歡迎

四時有不謝之花
五節有長春之草

住在溫哥華
住在秘密寶路

天上人間

雲秘書寶路蔡根端立正

新張期間

地址：喜士定東街2
2614 E. HASTINGS

逢星期二休息

電話：(604)

品公司

· 品精價平

牛小鍋 糯米
牛肉麵 雞
菜餚貼粥

威粉黑排
水角果瓜骨

零沽批發

桃園餐館

NO. 1111 CHOP SUEY
七十九號片打街東
79 East Pender Street
Vancouver, B.C.

684-3743
684-4822

無係豐晚
任肥食飯
歡光陸宵
迎顧意夜

每籠只售八毫

掛號·倫敦萊斜對面
B.C. V5K 1Z6

255·6714

 漢宮大酒樓 KINGSLAND CHINESE RESTAURANT 987 Granville Street Vancouver, B.C. Tel: 687-6675		特價酬賓席	
四式美點 奶花木瓜燉雪耳 冰花焗海鮮 腿汁鮮露笋 紅燒雙乳鴿 薑蔥玉麒麟 濃煸雞鮑翅 雙鳳朝陽	貳大熟章 金銀蒜麻飽甫 王掌美人魚	七彩大拼盆 上湯龍蝦2只 扒爐片皮鴨 當菜炒鴨片 陳燻鮑魚羹 當紅炸子雞 清蒸海上鮮 奶油扒時蔬 楊州炒飯 紅豆沙 生果盒	奶油龍蝦2只磅 貳大熟章 酥炸膏帶子 炸肉會燕窩 掛爐片皮鴨 七彩炒絲 當紅炸子雞 翡翠象拔蚌 青吊拼雙脆 楊州炒飯 紅豆沙 合時生菜
\$28.00		\$148.00	

變性過程趣味濃

黃市上黃鰻漸多。長時間的眠，至春。黃鰻每年都要經過。季紛紛出湖，三、

家裏製作菜餚，遠不及酒家飯店的大師製作的可口，用湯是主要的原因。專業的烹調，不鑪炒、燜、燻、燉，都不開用湯。

酒家飯店所用的湯，大致分「頂湯」、「上湯」和「二湯」。這些湯都是用瘦肉、老鷄和火腿熬成的，只不過是種清湯所用的原料份量不同而已。按傳統標準，每三十斤頂湯，要用瘦豬肉十斤、水鷄八斤、火腿三斤熬成。由此可見，這些頂湯本身味道已十分鮮美，當然，這也是湯的成本也是相當高的，因為只適用於高級筵席中的鮑、參、翅、肚，而一般菜餚，可用「二湯」是用熬過頂湯的原湯（加水熬成）調製，至於一些大衆化的菜餚，往往就用一般是不用海味的。

在家裏日常三餐炒菜煮肉，不可能熬得比湯來製作，但在節假日裏，如有興趣「找幾樣」的話，則不妨熬一些上湯作為烹調之用。因為不論鴨、鵝、雞、滾湯、之肉甚至青雲菜、上海代水，都可以增加菜餚的鮮美的。

鑲 干

長時間的眠，至春。黃鰻每年都要經過。季紛紛出湖，三、

烹調用湯須講究

湯，一般不用海味。這都是因為任何海味都有一定的特殊氣味，如果用它熬湯製作菜餚，會影響到菜餚本身的味道的（如上海浸雞，若上湯加墨魚熬成，則浸熟的雞會有一股墨魚的味）。因此，一般只有某些類湯才用地海味（蝦子等），酒家製作菜餚的湯

四月份是黃鰻的活動季節，但此時的黃鰻肉質含有較重的泥土腥味，至六、七月份黃鰻的泥腥味逐漸減輕，肉味較好，鰻魚也變得粗壯和肥大。

食用黃鰻，以約半斤重的雄性黃鰻為好。但如何分辨其雄雄呢？當中有十分有趣的。

原來鰻魚的繁殖和其他大多數魚類的繁殖不同，牠性化出來的幼體都不同，體長，幼體長大成熟至一定程度，又再經過繁殖，而經過產卵後的雌性鰻魚就會逐漸長大變成雄性，鰻魚繁殖轉化。這種同性體的轉化，在科學上稱之為「性的逆轉」。

因此，當黃鰻大至約半斤重的時候，一般都有已變成雄性，此時期的鰻肉質實，實地售價值，也有較高的營養價值。

此外注意還選用死鱗入饌。因為鰻魚體內含有一種名曰鱗素（的物質，當鰻魚死後容易產生癌物質，產生一種對人類有害的毒素——組氨酸。



花城海鮮酒家



Flower City Seafood Restaurant

營業時間

地址：緬街 1550 Main Street, Vancouver, B.C.

七天營業

特別推出兩款精選套餐

鮑翅套餐
(四至六位用)

原盅高湯鮑翅
椒鹽焗中蝦
脆汁扒球菇
脆奶柱花蚌
蒸游水石斑
絲苗白飯
合時生果

\$55.50

鴛鴦套餐
(四至六位用)

紅燒鴛鴦四只
蟹肉燕窩羹
片兒雀肉卷
鐵板牛柳絲
蒸游水石斑
絲苗白飯
合時生果

\$38.50

天天茶市

特價酬賓席

特價酬賓席

花城大拼盆
蟹肉燕窩羹
上湯龍蝦蟹
脆皮魚露雞
椒鹽焗中蝦
金華玉蘭
鐵板牛柳絲
清蒸游水斑
楊州炒飯
合時生果

\$128.00

天天茶市

每晚十時後夜總會

伴你唱

起舞聽歌

任君欣賞

天天茶市

星期一至星期六
上午十時至凌晨二時
星期日
上午十時至下午十時

備有寬大免費停車場

定座電話：(604) 683-0338

天天茶市




如意齋菜館

BUDDHIST

Vegetarian Restaurant

溫哥華喜士定東街363號

電話：687·5231

· 虔誠烹飪 · 正宗齋菜
用純植物原料
保證不含動物脂肪
火腿素鷄馳名燒鵝

各式滷味
齋菜筵席
豐儉隨意

687-5231

逢星期二下午三時休息半天
七天營業：上午十一時至晚上九時

363 E. HASTINGS ST., VANCOUVER, B. C. V6A 1P3

NORTHWEST FOOD PRODUCTS LTD.
 355 POWELL ST. VANCOUVER, B.C.

辛運餅付	新鮮蛋餃	鮮春捲皮	鮮雲吞皮	蒸氣鮮麪	蒸氣炸麪	花卷炸麪	雲吞乾麪	花旗乾麪	五磅十扎
------	------	------	------	------	------	------	------	------	------

廠名: 北化
 PHONE 684-9820

家
 治
 地
 產
 業
 辦
 理



店餅
餐茶

馬金

GOLDEN HORSE
Bakery & Restaurant Ltd.
渥 哥 華 頓 街 4 1 6 號
416 Main St. Vancouver B. C.
V6A 2T4 Canada Phone 683-7262

麵飽西餅 結婚禮餅
生日蛋糕 精美餅券
冷熱飲品 香滑雪糕





北園

NORTH PARK RESTAURANT

擴張營業 全新裝修 喜慶譙會

塘璜禮堂 筵開卅席

生紅楊奶清當釀紫掛紅上七	菜荳州油蒸紅燜羅爐燒湯彩	
羹沙炒扒海上炸鮑炒鴉片八拼		
\$168.00	飯肆上鮮子魚片鴨翅盒	
	蔬	磅

993 GRANVILLE STREET VANCOUVER B.C. V6Z 1L3

PHONE: (604) 688-8828