

豆腐切一厘米厚長方塊，抹去水分，先沾上麵粉少許，再蘸入蛋汁雪菜木魚糊中，用不銹鋼湯匙

手頭放油鑊炸
(入開水煮至七
成抽)，用滾油
。然後每塊蘸
油和糖調混的
大碗內，隔水
肉
湯

烹飪

信箱

家具

小童衛伴謀伙食。

欣樂。

成兩面金黃色。以開邊紅皮白心
肉填骨，裝中，改文火半煎，



**與葡萄
同時吃**

蝦、蟹、海味如魚、海菜、藻類等，是營養豐富的優良蛋白質質，它含有豐富的蛋白質。但如果與鬆酸的食品同時食用，則易引起胃酸過多，破壞蛋白質質作用，降低其消化價值。尤其是海味中的鈣質與鬆酸會合成一種新的不易消化的物質，這會刺激胃腸的積聚，能刺激胃腸粘膜炎，出現肚疼、嘔吐、噁心甚至腹瀉較多的水果有柿子、葡萄、石榴青果等，所以這些水果不宜與海味一起吃，最好中間隔兩小時。

以上種種症狀，
2所致，可用炒熟之粟子常食，即可
黃卓雄
二兩
在文

海鮮與葡萄 蝦、蟹、海味如魚、山斑、青果等，所以這水果不宜與海味同食而服，最好是間隔兩小時。

不要同時吃 優良營養物質的，是營養豐富的水質和鈣質。但如與含酸的水果同時食用，就會因絲狀的結合或破壞蛋白質質作用，降低其營養價值。尤其是酸味中的物質與絲狀的水果結合，成一種新的不易消化的物質，這種物質在胃腸道的積聚，能刺激胃腸粘膜炎，引起不適感，出現肚疼、嘔吐、噁心甚至腹瀉等症狀。

含絲狀較多的水果有柑子、葡萄、石榴、山楂、青果等，所以這水果不宜與海味同食而服，最好是間隔兩小時。

新張期間
憑此廣告
贈送8折
優待咭

營業時間：
期一至六
10 a.m. - 7:00 p.m.
期日
10 a.m. - 6:00 p.m.
逢星期二休息

本產品適用於
任何需裝配玻璃之處
請即電 291-6622 與 JOHN YEE 洽

凡購買以下
皆有資格參

- 紅盒豆腐
- 藍盒滑豆
- 即食甜豆
- 炸豆腐
- 甜酸汁豆
- 豉油汁豆
- 各式豆漿

00 POWELL STREET
61 POWELL STREET
50 E. GEORGIA STREET (嘉樂亞洲食品舖)

園藝服務

刀成窳

溫哥華首創
多類果汁蛋糕
蛋糕軟滑
果汁原味
請君選購嘗試

珠江橋牌
 PEARL RIVER BRIDGE
 Soybeans, the main ingredient for Superior Soy sauce, are highly recommended for their nutritional value. Its richness in vitamins A and D, calcium, iron and phosphorus together with its delicious taste make it a popular condiment.

GCE

電話: 253-4500

S.J. LEW **S.J. Lew Custom Draperies Ltd.**
Window Covering Specialists

1426 E. Pender St., Vancouver, B.C. Canada V6L 1Y8 Tel: 253-4500

（逢星期三休息）
惠顧金額滿十元者 免費泊車 1 小時

主理 **何桐** 英國皇家攝影學會會員
B.C. 省國際沙龍評判員
治辦 香港冠軍裝 (64)

電話：44381 KFDCC CN
電話：887508

6