# 津津有味譚

## 食品介紹 食品評論

## 糖尿病中醫療法

陳存仁

治療要點

原來完全從外國書籍中譯來的，對於中國人眞是太不適合了。

十五年前上海雷士德研究院，專做醫藥術生的研究工作，即有中英文一册，此書流傳不多，僅舒新成君在「我怎樣恢復健康」書未，修訂了刊出過。今把此表重行分類轉錄如次：

各種可食食品一覽表

（以下數目係每佰分中的含糖質不滿百分之五）

主要食物

乳品：鷄蛋，蛋白，大鷄蛋，松花皮蛋，蛋黃，鴨蛋，鮮牛乳，椰子汁，鴿蛋，鹹鴨蛋，牛乳餅，牛酪，奶油，白塔油，豆乳。

植物油：麻油，（無唐（會旁下同））花生油（無唐）精鹽（無唐）粗鹽（無唐）老醋

蔬菜植物

乾龍鬚菜，蘆筍，毛筍，冬筍，罐頭竹筍，甜毛筍，春竹筍，菜花，芹菜，天津，菜，濕鹹菜，青菜，枸杞菜，紅胡蘿蔔 青蒜，大白菜，鮮香椿頭，韮芽韮菜，生菜，捲心菜，搾菜，白菜，藕，鷄尾菜，紅蘿蔔，小葱，洋芹菜，青韮菜芽，野菜 波菜，水芹菜，上海生菜，花旗生菜，番茄，茭白，廣東生菜，小青菜 鮮芥葉，銀絲菜 茄子 白蘿蔔，

（八一九）

## 李小龍素描

最難得一点是 他雖然留美許多年，中文詞彙却很豐富，而且運用恰到好處，充份表現出他的學養，與及對中英文的融會貫通。

經過「唐山大兄」之後，相信很多人對他的出身和經歷，都有深切的認識，不過，爲使這篇訪問記在各方面都報導得較爲完整，不妨將他的小史，重寫一下。

李氏是粵劇諸角李海泉之子，少在喇沙書院讀書，後遠涉重洋，負笈華盛頓大學，專攻心理及哲學，但他並沒有畢業 當他在大學初年，在一次華盛頓大學的拳擊比賽中，奪得冠軍後，立即開設武館授徒，他在香港本學詠春拳，但在他精心苦練下，拳術日進千里，由中國拳術中脫胎換骨，自創「截拳道」，因其聲名日噪，受美國電視界注意，邀請他拍電視片集，當時他讀大學一來事業已雛型，二來正與一個美籍女孩子連達熱戀，計劃結婚，於是輟學，一直在武館和電視兩方面發展，後誕一子一女，子國豪，六歲半，女莎倫 兩歲半，至今年，接受嘉禾電影公司邀請，主演第一套國語片 唐山大兄」，由羅維執導，衣依，田俊助演，賣座竟破香港電影史紀錄，達三白萬元 其後更迭破自己紀錄，先後拍了「精武門」，「猛龍過江，最高紀錄五百萬元。

李氏與他太太愛情甚篤，大讚太太和發出他對婚姻問題的新見解：「我覺得一對男女結婚後，不是進入天堂，就是進入地獄，你可能過着仙境一樣的生活，也可能痛苦不堪，我是個幸運的人，我感到我一生最幸運的事，不是破甚麼「三百萬」，「四佰萬」紀錄，却是娶了一個像連達那樣的好太太，她是有一對夫婦，應培養出良好的友情，這友情在同性朋友中，一樣可以發生，連達和我就有這種友情存在，我們互相了解好像知交那樣，以淡如水的情誼，融洽相處，連達最使我感動的品質 就是中立的感情對我，她冷靜，客觀，無成見和無偏見地處理夫婦關係我覺得這是一對恩愛，和互相了解的夫婦，應具備的態度，譬如我發表一項意見的時候，妻子勝子中已有自主自張的話，這意見被接受的程度，就會大打折扣，雙方也得我們婚前的平淡生活，從平淡生活中得到的快樂，才能持久，好像煤炭那樣慢慢的燃燒，若從刺激中攫取快樂好像一團熊熊的烈火，不一會兒就要熄滅，在婚前我們從沒有機會到夜總會那樣的地方去玩，去尋歡作樂，我們只是看一下電視，談論上下古今，去培養雙方的感情和去未了解人類的平等和愛吧

「完」

李小龍兩年前很謙虛

## 指票房爲硬公式

有不少人，都受着傳統思想的羈絆，上一代的不能的話，他們就認爲不可，上一代的不對的，他們也覺得是錯的，很少人願意用自己的冷靜頭腦，去分析事實的眞相，去眞誠表達自己內心的感情，事實上，傳統不過是一種由經驗留傳下來的公式。在人類歷史的演進中，這公式有由人類自己予以改良的必要，譬如說，有人爲宗教思想分歧而戰爭，如果他們想深一層，他們會爲這愚蠢的理由而打個你死我活嗎。

（未完）

# 訃告

寒門不幸遭

荆室陳氏夫人痛於一九七三年七月廿一日上午十時十分壽終於二埠公醫院積閏享壽七十有貳歲兒女隨侍在側親視含殮遵禮成服謹擇於八月卅一號（星期五）下午一時假座喜市定街東一弍三五號（Glenhaven）故連豈九殯儀館舉行喪禮出殯厝土卜葬於海景墓園 恭屬

宗親戚友世誼哀此訃

聞

杖期夫 李君立

哀子 鎖旺 天錫

媳婦 余笑蓮

哀女 瑞顏 適黃門

翠群 適鄭門

合家同泣告

治喪處：南泮依比頓市威街六九一貳

電話：五貳六、五九八貳


**樓上全層出租**

貳房一廳廚間雪櫃，包電火爐氣，近交通中小學校，請電話八七貳、貳九八一

地址 3968 Beatrice St.,

**一埠餐館宜西厨一名**

工金從優，有意者請晚上八時前電話五弍一、九五二二

**電子行急頂**

因缺乏力手，平價叁千元出頂，有意者祈到緬街七百一十四號面議或電六八八、四二一九洽。

**電油站宜侍應生一名**

工金從優，有意者電話 貳五叁、〇一叁叁

**什貨店生意連實業出賣**

樓上兼有住宿房間，每日生意約貳百元祈到 5409 Dundas St., Burnaby: B. C. 洽商。 Phone 299-5303

**雅潔樓下層出租**

有兩睡房，廚房，廳，間所，交通便，近市場學校。電話叁貳一、九九八四

**請婦人照顧小孩一名**

住宿，或朝晚來回，任由尊便，有意者五時後電話三貳七、七六〇三

**宜人料理家務**

及照顧一小孩，有意者請電貳六一、六九三九

**飛龍油漆裝修**

油漆髮髻 各項工項 質料上等

燕梳不遜 內外窗門 免費洗滌

工作加美 服務超等 歡迎估價

價錢最平 分期付款 樂意接受

僑胞電話 車上就到

星期一至星期五上午九時至下午五時

Worldian, Painting & Decorating 電話874-7434

**廚師 侍應生候聘**

本餐館擬聘職工，包食住，月薪六百元至七百元，如有夫婦，共兼兩職，更爲理想，本埠距片市佐治六十五英里，交通利便，有意者請函詢或電話下列地址俾便磋商。

P. O. Box 938, Vanderhoof, B. C. Tel. 567-4235

周國林謹啓

**中西餐館生意出賣**

位於市中心區，生意好，有前途，因缺乏人力，割愛廉讓，有意者請電話六八九、五六貳六

**宜日間經驗中西厨師**

散工長工各一名，有意者請到 105 E. Hastings 面洽

**宜聘外埠西厨二名**

月薪八百五十五元，另打掃企枱什工各一名，月薪六百七十五元，每星期工作均六日，有意者請來片打街東七十四號面洽。

**菓舖宜請青年男工**

如意者請到 1204 Robson St., 面議

**柏文有一靚房出租**

包水電，適合單身仕女居住，有意者請電話貳五四、六七四八

**宜僱女職員壹名**

以每分鐘能打字五十個以上爲合格。電話六八五、貳貳壹貳

**有額外收入近展覽會**

屋主自賣全屋翻新廳房寬闊近交通學校每晚七至九開放二八五六片打東街二五四、六〇五二或二九三、〇〇三八

**東區全層或廳房廉租**

近學校巴士，各自門口，廚卫俗全，合單身或無孩子家庭，六時後電貳五三、〇〇三八

**請人油漆兼木匠一名**

須有經驗，電話八七四、七四三四

**華人長老會 幼稚園招生**

九月四日上午九時半開課：

凡兒童年齡在三歲至四歲均可入學

報名處：請電話通知

楊玉雲女士（上午）二五三、九五六三

楊穩暖夫人（下午）四三三、七四四六

**華人長老會 培德中文學校招生**

由九月份起：

每星期五，下午四時半至六時

每星期六，上午十時至十二時 上課

學費：每月五元

報名處 請電話楊玉雲女士

貳五三、九五六三

**十四年新屋自賣**

舒適街角屋，上下四睡房，兩廳兩厨房兩浴室，位於九〇八 Nootka St., 交通便利，近中小學校，欲知詳情請電貳五五、三七六弍

**宜厨工壹名**

雜埠四十咪，如意者請電話八七九、五五五九與李君接洽。

**光猛房備傢俬合衛生**

交通方便，近車站市場，適合單身人或夫婦。電八七四、八〇九二

**宜僱炒鑊壹名**

必要有經驗炒鑊一名，送餐兼打什一名有意者請每日下午貳時半電話五八一、八壹壹壹接洽。

**六睡房住宅出賣**

有客廳，浴室，大厨房，洗衣室，車房，近舍夫威及商場。電話 255-2796

預約參觀 位於 2346 Kitchener St.

**業主離埠急平賣**

石屎墻屋，內外全新裝修，樓上兩房一廳，土庫一廳一房。電八七貳、〇九七二 或到 4236 Commercial Dr.,

**金華大市場開張在即**

招請各部門男女職工，待遇從優。

蔬菜生菓部，鮮肉雞鴨部，海鮮部，罐頭雜貨部及燒腊熟食部。有意者請電本市場接洽。電話六八七 九八四一

奇化街一百九十號

**埠仔宜請工人**

宜請長工企枱及廚各一名，工金從優，如意者電話叁九二、五四弍五洽商。

**有兩房壹廳出租**

交通方便，合意請打電話黃太接洽。

電話四三五、二七五〇

**喜利旅行社**

KOWLOON TOURIST SERVICE LTD., INT.

455 Abbott St., Vancouver 3, B.C.

Tel. 685-6168

最新貢獻，秋季特價。

**遠東旅行團**

全程廿壹天

定九月廿壹首批

廿四次批啓程

欲知詳情請來面商

社址：雲高華蓮花酒店

專代人照顧小孩

請電：弍五四、三五七七接洽。

兼承接車衣。

**亞省卡城 華僑酒家**

W K Chop Suey Ltd.

210 Centre Street South Calgary 1

喜筵壽酌 筵開三十 社團宴會

最夠場面 晚飯宵夜 最合理想

早午茶點 最多供應 豪華設備

最佳享受 名厨主理 最精調味

營業時間：

星期一至星期六由上午十時至凌晨三時

星期日及公衆假期由上午十時至晚上十時

逢星期三日休息

電話：貳六六、貳貳叁四 貳六六、壹八八四

**來回香港平機票**

OUR 25th YEAR TIA

由（$399元起）

△經常有留級 DC8或DC10的噴射客機來回香港。

★可在香港停留不同之期間。

△所採用之航線是擁有一流服務，並且時間準確，班期可靠。

▲爲保障搭客之訂金，Nilestar 公司，現增至五萬元保險金而所有訂金均存於信託戶口。

▲免費代辦旅遊證件，各種證件，如香港或大陸入境證，需時甚久，請在三、四、個月前與本公司接洽

▲爲方便各僑胞起見，華埠之辦事處（文華商業樓地下近與氏餐館）

辦公時間：星期一至五上午十時至下午八時，星期六上午十時至下午六時，星期日中午十二時至下午六時

詢問或索取新章程可致電：（六〇四）六八七二八五五或六八七一一三一

美國之西雅圖（舍路）搭客可致電 Mrs. Delle Jung (206)682-0866

九月份來回香港班機一一轉讓

本公司九月份返港班機有數空剩餘，有被選資格的僑胞可有機會搭此班機，請盡早與本公司接洽。

Fly With Confidence—On World's Largest All-Jet Charter Airlin

**奧林比亞戲院**

OLYMPIA THEATRE

2381 EAST HASTINGS (Near Nanaimo)

八月廿八至卅一日 星期二至星期五

晚七時半隆重放映

彩色寬幕拳擊王片

龍兄虎弟 魯俊秦祥林 主 田豐胡茵茵 演

龍兄虎弟，技驚四座，連環八脚，拍得清楚，歡衆嘆爲觀止，港、台放映連日狂滿，狂滿。

同場放映 彩色寬幕文藝奇情鉅片

偷歡陷阱 胡燕妮 謝賢 主 白鷹 金霏 演

請注意，茲爲便利觀衆購票請片打街東大華肉食公司代售戲票