

### 家常菜烹調法

#### 蔥油餅

用料：  
麵粉 三杯。  
豬油 三湯匙。  
蔥花 一湯匙。  
鹽 一茶匙。

製法：  
一、用一紙盆盛裝麵粉，將開水一杯沖入，並用筷子攪拌，使麵粉變得均勻。  
二、待燙過之麵粉，即用手揉合（加少許冷水），成一軟度適中之麵團（米旁），放置約十分鐘後使用。（即醒麵）。  
三、將已醒過之麵團，在案板上鋪開成一大片，先塗上豬油，再灑下鹽及蔥花，然後由手邊捲成長筒狀，然後切成數塊（大小隨意）。  
四、將一塊已捲好之麵，收攏捏緊兩頭後再搓成細長（約一尺長），然後盤旋成圓餅狀，用手壓扁，再擀事大成約五分（即半寸）厚之餅狀。  
五、在鍋內熱少許花生油，將餅一片，放進做好之餅，中小火煎，至一面微黃後，翻過一面再煎，並由鍋邊淋下一湯匙油，煎至餅內業已熟透便可，煎之中途應時加翻動、搖轉，可使餅層鬆軟。

### 口腔發炎會口臭

醫學常識  
龔君問：  
二、嚼胎引起併發症有多種，生殖器官發炎即其中之一。帶血之白帶可能是子宮頸發炎的象徵，而性交後腹痛亦可能是因生殖器官發炎所致。所以應找婦科醫生診視。港府有婦科專科醫生，可由公立門診部，或私家醫生寫信介紹。

某君問：  
一、口臭是因何引致？  
二、怎樣可以治愈口臭？

香港醫學會答：  
一、口臭通常原因因口腔有發炎，如爛牙，牙肉或牙床發炎，呼吸道發炎，鼻竇炎，或消化不良，大便秘結，飲水太少等。  
二、要消除口臭，首先要主意口腔清潔，常漱口及刷牙，每餐飯後，早上及臨睡前，必定要刷牙以免食物微屑留於牙縫而腐敗，並需改善便秘惡習。多飲水，多吃蔬菜及生果。如有牙患或牙肉發炎，應找牙醫診治。

如其口腔膿腫或腸胃疾病，亦要請醫生。此外，用口臭清潔藥水，防口臭丸或噴射劑亦有幫助。

### 意見與談心

夏雷  
「意見，意見，你總有提不完的意見。」日前訪友，正值朋友對他父親發脾氣，這使我想起人們時常提及的，兩代隔膜，兩代矛盾等西方社會現象。  
意見——對於青年，總覺逆耳，總覺厭煩，特別是父母對於子女，長輩對於晚輩。青年們大都會說：「別別理他，他總是那樣的。」  
我想，人家的意見，總應冷靜考慮，研究，咀嚼，分析，並對照檢討自己言行。如果別人說的對，就須毫不猶疑改正。

曾經有過這樣，經歷，聽着一位白髮蒼蒼的長輩講述他平凡而又踏實的一生。他的經歷，雖然轟轟烈烈的大事業，雖然大成就，但那理頭苦幹的精神，那堅持執著的作風，那不怕做小事，不怕損己而利人，那為大家做事，不計報酬，不講索取，那無愧於自己，無愧於別人，對得起生活，對得起人羣的事跡，却令我想起許地山先生所讚美過的落花生。使人聽了，為之感動，為之慚愧的。

聽着，聽着，彷彿有一股無比清新的泉流，流過我的心田深處，激蕩着我的肺腑，清洗着我的心靈，掃掉了思想的塵埃，打開了心靈的明窗，得到了未來生活的啟示，路標。

意見，意見，可以從談話中提出，談話中也可以吸收無比寶貴的意見——我想。

善於生活，終於思考。那麼，我們就不會覺得長輩們的批評和意見，全是多餘和無稽的。

### 珠江畔·五羊城

書侶輯  
這時候，季節雖已進入深秋，而廣州，却仍滿眼青翠，遙想西北天山，東北大興安嶺已經大雪紛飛，北方人已經圍爐，長江兩岸已經落葉蕭蕭，眼前的廣州，却還是一座春城。各種不同結構的房屋，都在綠蔭中披上一層恬靜柔和的色調。樹梢頭盡品的天空，花兒明鮮鮮的大地，顯得非常光彩，和諧。

第一次踏上這塊土地的人們，都會懷着嚮往的心情奔向珠江。阿，珠江，在祖國的長江，黃河，黑龍江的姊妹江中，你最嬌媚，江波滾滾，蕩漾多姿。千鐘在你的清波上照影，萬櫓在你的銀波上點出笑渦。

如果說，白天的廣州像座翡翠，那麼當太陽下了西山，廣州就成了一顆夜明珠，燈光如海，千街閃爍。

### 宜送餐兩名

下午四時後面議。3280 Cambie St.

### 宜經驗西廚 FRY COOK 一名

工薪開始每星期二百元，包食住，住屋近丁場，有意者請電 Nannamo Collect 753-4332

### 中西餐館出賣

本中西餐館位於雲頂繁盛區，按定生意能開廿四小時，工具新，因入力缺乏，迫要出賣，有意者請來面議或電話接洽  
電話：681-4032 United Cafe.  
1145 Granville St. Vancouver, B.C.

### 宜經驗送餐壹名

年齡由廿五至四十五歲為合，工金從優  
有意者請電話九一、八六四四

### 入息實業出賣

有九個兼做傢俬房組。位於 Kislano P. 電話：736-6204.

### 計告

先嚴譚貴湖字耀榮李公府君廣東中山縣式區大風村人痛於一九七四年八月十二日仙逝享壽八十有八歲定於八月三十日下午一時正在域埠仙時殯儀館舉行喪禮出殯歸土下葬於寶善堂墓場 承賜  
宗親戚友世誼哀此訃

### 未亡人 伍氏

孤子 錦煒永培  
孤女 惠珍  
全泣告  
治喪處 1137 Caladonia St. Victoria.  
B. C. Phone 384-6096

## 名園大酒家

### 夜總會部

經已開始營業  
由八月廿三日至八月卅一日  
禮聘

馳名東南亞紅歌星 百代唱片公司  
名歌后倍蕾小姐登台演唱  
磁性歌后 何佩君小姐  
陳均能先生領導大樂隊  
長駐演奏中西流行名曲  
敬請光臨

營業時間：下午五時起  
定座電話：六八三·四七二二

### 亞省國家公園雜貨店實業出賣

位於亞省西南部的 Waterton Lake National Park 樓宇兼架生用具，理想地點，全部堅固，去年年產十六萬八千餘元，且每年均有增加。乃屬夏秋季營業，由五月至九月，有顯著利潤。生意部記可供有誠意購買者，業主另有別業，備價十五萬元以圖實業，欲預約參觀此價值實業，請與後列洽商。  
Chief Mountain Realty Ltd., P.O. Box 114, Cowley, Alta. Phone AC 408-628-3775  
Chief Mountain Realty Ltd., P.O. Box 368, Fort Macleod, Alta. Phone AC 403-234-3576

### 宜住家女工人一名

專照顧兩小孩，年兩歲三歲各一，年四至六十，如意者電四三七，九式三六

### 宜送殯散工一名

電話 324-3665 洽商。

### 宜中西廚各壹名

黨近埠，工金從優，包食宿，如意者請電七四六，五九式一 電洽

### 適合單身男子房出租

在 四二，十五街東，下午六時半後電 八七貳，一三八〇

### 宜西餐廚壹名

如意者請到 Traveler Restaurant, 1101 Robson St., Phone 681-9716 洽商。

### 本報宜僱管大機助手

須有氣力，現每日下午四時至四時，經理部洽商。

## The Carling Community Arts Foundation

DEDICATED TO CANADA'S MULTICULTURAL TRADITION

卡靈基金之設立用為支持與鼓勵發展我們多種文化之傳統。我們以獎金助助有關民族藝術，文化活動與特殊種族節目。



我們歡迎其他詳情與協助之請求  
請將詢問直接致函

The General Manager, The Carling Community Arts Foundation,  
79 St. Clair Ave. East, Toronto, Ontario, M4T 1M6.

CARLING O'KEEFE BREWERIES  
Brewers of Black Label and Heidelberg

## 奧林比亞戲院

### OLYMPIA THEATRE

2381 EAST HASTINGS (Near Nanaimo)

八月二十至廿四日 星期二至星期六  
晚七時半隆重放映  
彩色寬銀幕 愛情文藝不朽鉅片  
**婚姻大事** 甄珍歐威崔福生 秦祥林 林月雲  
張冰玉葛香亭紫蘭 領銜主演  
同場放映彩色寬銀幕  
瓊瑤名著文藝鉅片  
**明月幾時圓** 鈕方兩甄珍 劉維斌吳鳳  
敬請留意：本週係兩部百輪文藝鉅片同時放映！！

## 中國糧油有限公司

### CHINA CEREALS & OILS CORPORATION LTD.

239 E. HASTINGS TEL: 687-4204  
溫哥華喜市定東街式叁九號

# 新米上市大贈送

## 五十磅庄每包祇售十五元九毛

買米兩包送刀 花生油  
買米三斤庄一大罐

美國利安娜米廠出品，品質超級，好食好食，營養特別豐富。  
刀嚙花生油烹調味特別鮮美。  
中國糧油有限公司，香港南順有限公司，美國利安娜米廠。  
聯合大贈送

## 好消息！又直接辦到

頂靚絲苗白米，平價供應，保證質量。  
五十磅每包只售十七元五毛。

請僑胞到下列各商號採購。  
金利源，華隆，國信，廣興，凱旋行  
泰興，聯興，永興，等公司全啓

夜總會餐館招租  
宜經驗炒鑊  
有壹萬平方尺。電話525-4001 524-0830  
電話六八七，六七八四洽商。