

# 知飲知食談

## 經濟補品牛腩湯

如家中有人需要補身，而又無能力採用其他高級補品，或昂貴工作補品，不難得過幾瓶，現介紹一種簡單而經濟的牛腩湯。牛腩選用坑腩，買一塊坑腩回來，配合幾兩不太老的生薑（普通是一斤牛腩三兩薑，視飲用者的體質情況可以加減）。牛腩切件，生薑刮皮稍拍開，但不拍碎，得大碎，不必經過炒爆，亦不可用油鹽，就此一同放入瓦煲裏，用多量的水熬湯，煲足火候，撈起牛腩和薑，所餘的牛腩湯，就是經濟有效的補品。如產後婦女，發冷病後，貧血風重，頭暈不時感覺眩暈，小腹寒冷，虧損氣弱，小便頻滴而下，飲這種湯都有好處，勝過吃好多類補品，飲用

鍾庸

時加食鹽調味，將浮在湯面的油質撇除，對病後者飲用更佳。

牛腩湯是一種補身品，煲過湯的牛腩和薑，若經過調製，又是一味好小菜。用幾條生薑，一些乾薑，糖少許，油鹽和薑爆香後，加入牛腩煮一兩鐘，就是一味下飯的好菜式了。

用牛腩作爲補品的，通常有「淮杞牛腩」，即是用淮山，杞子兩味藥材，配合牛腩燉製而成，秋冬天，好多酒家飯店都有這個菜式供應。淮杞牛腩燉製方法，有人用來燉，但我認爲，就此將淮山，杞子，牛腩一齊放入鍋裏煲之，牛腩更容易出味了。

「上」

## 美國大醫院內 色情販毒醜聞

每天出入的人很多，她感到十分煩躁。但出入的人，都被她的笑臉吸引，她雖然是在病中，但蒼白的臉孔仍難掩蓋她的天姿國色。

有人動他的腦筋。

那人是一個高級男醫士，他離開那女病人的檔案：愛麗絲，十七歲，乳癌意外受刀傷。

路賓斯安納州警方有一份有關醫務的報告，指出僱員，保安人員，護士和病人都會私自犯罪，但數個高級人員亦和組織聯繫，組織成強大的犯罪集團。

但警方現時仍調查一宗懷疑是批發毒品的龐大網，相信毒販把毒品藏在藥丸的膠囊中大批運出。

同時，警方正調查一個製造假藥騙取公款的組織。

有證據顯示罪犯把濾水當作藥水，葡萄糖等注射在病人身上，用自製藥色的紅墨水當作血液，以開銷賬目。

警方找獲足量的證據，把夏里遜逮捕於法。

夏里遜向警方供述，在醫院中八個月他曾經使用公款三萬美元。

事實上，像祖蘭這個金髮女郎，是一個賣淫組織的成員，應召女郎。

她持着夏里遜簽署，寫上銀碼的報銷單後，到賬房找到財務主任，便可支取同額數目。

在此項下的支銷，名義上是醫生診斷費。

那個財務主任，原來就是賣淫組織佈置的扯皮條子，替組織賺錢也不少。

當然，夏里遜還是「貴賓」，但能支取太多診斷費，否則會引起別人懷疑。

至於非「貴賓」的病人，當然沒有

## 中國文化學院合辦

Vancouver Community College  
1976年暑期中國語文教學招生  
日期：六月十四日起上課八週，時間如下表：  
地點：Vancouver Community College, Langara  
100 W. 49th Ave. Vancouver  
學費：按規定可減免當年入息稅  
報名：1. 通信：P.O. Box 24968  
Vancouver, B.C.  
VBT 4C3  
2. 電話：324-5323 324-5324  
3. 星期一至星期四，下午二時至十時  
或於上課當日逕赴學校。  
簡章：函索即寄，並請注意六月十二日市英文報廣告。

一、週六中文班，一至六級  
每星期六上午九時至十二時  
二、週六中文會話班  
每星期六上午九時至十二時  
三、日間中文會話班（初級）  
每星期一、三、五上午九時至十一時  
四、日間中文會話班（中級）  
每星期二、四、六上午九時至十一時  
五、晚間中文會話班（初級）  
每星期二、四、六下午七時至九時  
六、晚間中文速成班（下期）  
每星期一、四、六下午七時至九時  
七、近代名家作品選讀班  
每星期二、四、六下午七時至九時  
（依學生個人中文程度及年齡分班，成人組單獨設班）

## 選民通告

一九七六年六月三日（星期四）雲東區補選，根據省條例七十九節，凡不再居住該區已登記於省選名單者，無權投票，違者處罰款二百至四百元，及監禁不超過一年。



## Province of British Columbia Vancouver East By-Election Thursday, June 3, 1976

# NOTICE TO VOTERS

Under Sec. 79 of The Provincial Elections Act it is an offence to vote if the Voter is no longer a Resident of the Vancouver East Electoral District even though his name is on the List of Voters.

Every person contravening any provision of this section is liable, on summary conviction, to a penalty of not less than two hundred dollars, and not more than four hundred dollars, and to imprisonment for a term not exceeding one year, with or without, hard labour.

K. L. MORTON, Chief Electoral Officer,  
2735 Cambie Street, Vancouver, B.C.

## 大屋出租

四十一街夾乃磨街，最少一年租約請電 288-1601 上午十時至下午九時。

## 一房一廳出租

廚廁齊備，各自門出入，交通方便，部份傢私，下午五時後，電 255-4890

## 商業樓及柏文

①四年新磚樓，樓上有兩層，租兩層，樓下做中西餐館生意，坐位一百多，酒牌，用具現代化，內邊裝修華麗，生意興旺，位於（Hastings）市中心，急賣，三十多萬元。  
②大約十英畝農地，位於（South Burnaby）將會改為輕工業，投資好機會。  
③新或舊房屋，商業樓多間，柏文二十至五十間，分佈各地區，請來電詢問。

## 房產

①翻新實淨四個睡房，鋼窗，銅水管，開價四萬七千元。  
②十四年新，三個睡房，土庫，六萬。  
③西區華麗住宅，近山街，三睡房，地庫大，土庫完成，十萬。  
④新屋多間，歡迎舊屋相換，保證滿意。

## 全間屋或分層出租

位於 1434 Parker St. 近 Clark St. 共七睡房三廁，租金面議，有意者請電 255-1480 二樓或梁太洽。

## 靚土庫出租

一房一廳，廚廁齊備，自己門口，獨立門口，上午六時後請電：八七六一三五三。

## 三睡房靚屋

近廿三街及 Renfrew，堅固一廳三睡房，內部翻新，雙車房，地庫，光猛潔淨，大廚房有抽氣機，巴士近，土庫另有睡房，價五萬二千五，包爐頭雪櫃，乾衣洗衣機，TV及名貴傢私。

## 廿組新柏文樓宇

近細街中帶靜地位，有騎樓，停車場十年新，佔地九十九乘一百三十二，專人管理，年收租約四萬四，開價四十萬，陳宗怡 255-4890 電二九一六六六四，百信實業公司 電六八四一八〇二五

## 生意連實業出賣

雙舖面，紅磚樓，新天面，担保十五年，坐位九十，冷暖氣設備，後邊有睡房四個，現有聯合高中學校，學生千餘人，另有炸薯仔廠，五百人做工，生意一向興旺，因人力缺乏，迫不得已，要平過實業出賣，如有意者，請移玉步，過生意實業未遲。

## 新屋樓上出租

三房一廳，廚房齊備，請電：三二四一三〇三九

## 餐館連實業出賣

沙省旺埠，地段三英畝，樓上柏文，樓下餐館另有柏文房，合家庭式經營，及年老退休業，收買相宜，如意者請來函接洽。Fillmore Cafe P.O. Box 34 Fillmore, Sask S0G 1N0 Tel. (306) 722-3362

## 卡城說餐館出讓

中西餐，全部地毯，座位八十五，面積二千呎，月租四百元，裝修新穎，有酒牌，冷暖氣設備，架生新，有外賣，最宜家庭式或兩股東做，舖主另謀別業，廉價出讓，四萬五千元，有意者請來信，或電話二二七一一四六，地址：1603-18 St. N. E. Calgary, Alta.

## 樓上全層出租

三房兩廳光猛新淨設備齊全近大街及中小學請電九三九一四三五五