家常菜烹調法

中國烹飪之名詞

十七、焗，與烤相似，將已處理過之材料，醃或煎炸過或煮過均可，置鍋中或爐中嚴蓋，以慢火使食物可藉乾燥之熱力致熟，習慣上粵菜用此名詞較多。

十八、倉（火旁冬同），可分爲生倉與熟倉兩種，均係向材料施予刺激之意，生倉多係採用較強烈之佐料拌入生的材料（海鮮爲多），以待其致死或熟，而取食，熟倉則與凉拌類似，另北方習慣將在抄或爆炒之前將辛香料（加葱薑之類）投入鍋中熟油中，使油料增加香氣也稱之爲倉。

十九、醬，係採取鹵（水旁）與煮兩種方法，凡有醬之材料均應先在水中煮熟再配合各種佐料伍香料及水份煮之但其汁量少而材料已軟爛時汁應收全煮成乾稠狀，可澆淋在材料上供食。

二十、拌，係將已處理得可以食用之材料，加上各種佐料翻覆數次謂動使材料與佐料獲致均勻謂拌，多係冷食之菜使用此法。

廿一、醃，將生的或已熟的各種食物分別（或混合）用某一種（或多種）佐料（有時需放香辛料）漬或浸較長之時間謂醃，應用範圍頗廣，也算是一種食物之保存法。

廿二、糟，嚴格說，只可算是一種調味料，係將食物，（海鮮類爲主）埋入其中經較長之時間後取出，再加加烹調，其材料已附有特殊香醇之味，故也可算是烹飪手法之一種。

「四」

桃符和粽

艾雯

端午節的活動是多種多樣的，扒龍舟，吃粽子，游「龍舟水」，貼桃符等等，自古沿襲迄今，形成一種風俗。

說起貼桃符，我就記起掌管大家庭的老祖母，每逢端午，她所吩咐的第一件事，就是在屋裏的各道門牆，貼上張桃符，還得用柳葉蘸洒上幾滴灰水，據說這樣可以「驅邪逐疫」，永保一家平安。

端午時在夏至前後，易生疾病。貼桃符，保平安，大概是科學不昌明時代故老相傳的吧！，想是一種迷信麼，其實也是人們一種心意。而且，據許多地方的俗例看來，端午節事實上還是民間攪清潔衛生運動的節日哩。去其糟粕，存其精華，便是很值得稱道的。

端午市面上，有用不同的餡料做的各式粽子出售。功夫忙的，不必自己包，吃現成的便是。包粽子，我的三姑媽最拿手，她包的粽子最好吃，從市上買來的糯米總摻雜粘米，她一粒粒的把它擇出來，務求純淨。餡是用的香菇，蝦米，紅燒瘦肉和聚米，選料是上乘的。她包的粽子也就與衆不同，吃起來不膩，越吃越想吃。

三姑媽說，既然是自己包粽子，就要上點功夫把它包好，不然，夾脆買現成的就行了。她這句話說得很在理，要做好一件事情，不認眞下點功夫是不行。小可以見大，包粽子是這樣，其他的一切難道會有例外麼？

飲茶的故事

——茶神，茶經，茶錄……

據說有一年，福建建安能仁寺的和尚送給他一些精茶，名叫「石岩白」，是寺裏自產的珍品。過了一年多以後，蔡君謨回到京師開封，去拜訪朋友王禹玉，王禹玉用上好的茶招待他，他端着茶碗還沒有喝，只用鼻子聞一聞，就說：「這茶極像能仁寺的「石岩白」你是怎麼得到的？」王禹玉聽了之後，大爲佩服。這茶果然也是能仁寺的和尚送的。

「茶錄」的出現當然也有其時代背景，宋代名茶品種甚多，有什麼「蜜雲龍」，「龍團」，「勝雪」，「玉液長春」，「龍苑報春」，「萬春銀針」等名稱，不下數十品。

「完」

瀉玉潑翠的「難老泉」

江山嫵媚

書侶輯

這裡要介紹一個名勝，那是山西太原晉祠三絕中的一絕——「難老泉」。

「難老泉」，聽聽名字就給人一種年輕的感覺。那噴湧的水源，那長流的碧波，永遠是活潑潑的，青春常在的。唐代李勣在「滕王閣序」裡慨嘆說：「馮唐易老，李廣難封」，比較起來，這難老泉實在值得叫人讚賞羨慕。

這泉，論歷史實際倒是很老的。從地質考察，曾有兩萬萬年或者三萬萬年。它是晉水的主要源頭，要問他的來歷，這裡就有一個動人的故事。

「未完」

菓舖平賣

因病急讓，連貨約五千元，有意者請到三二九八號緬街面洽 3298 Main St.

宜廚一名

請到四十三處跑路街面議，688-2741

本省醫生會特爲黃文雄醫生聲明啓事

日來市面謠傳黃文雄醫生 DR. JOCK WONG 身體欠安一事，此乃實屬無稽之談，絕無其事，現經本會調查清楚，特此登報証明，黃文雄醫生健康良好，仰各週知，此佈。

割價屋急讓

三睡房，兩廳，一大廚房連飯廳，新浴室，全部新裝修，有車庫，近展覽會，有意者在每日下午五時後（週末例外）電話八七四，七三五五

入息屋平售

華麗入息屋，近交通商店學校，全新裝修，趕緊用銀，割價出讓，不計成本，又平又靚，機會難逢，不可走鵝，趕快查詢，電話三二四，三四九八

請人做園工

Cloverdale 菜園，供伙宿，歡迎暑假學生，晚上八時至十時 請電 576-2326 劉先生

宜式百人摘地菓

地菓靚，工價高，有意者請電四三四、三式〇八 鄺南接洽。

六睡房華麗住宅出賣

近 Oakridge 集中商場，兼有客廳，小室，家庭室，娛樂室與酒巴，士庫完竣，包括傢俬，各等用具，洗衣乾衣機全部布簾，全部地氈，與曹汝維洽。Phil Cho, 電話 685-1346, 263-9001

舊式三層屋出賣

位於Pitt Meadows區，地段一英畝，離公路一個部落，取價六萬元，有銀期。電話 465-4773洽。

住宅業主自賣

近學校巴士，經紀莫問。電話 876-2063

請西廚壹名

離埠半點鐘車程 好工價，包食住。請電 Collect 467-4214,

聯房組出賃

位於 1551 East 4th Ave, 電話254-7631

土庫式房壹廳出租

具浴室，廚房，冰櫃 電爐 適宜簡單家庭。電話八七九、九七七九查詢。

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。等公司仝啓

大西方米廠

本廠永遠選用最純正之美國絲苗米，用最新机器加工磨成，所有出品，永遠保持最優良品質及新鮮，僑胞選購食米時，請選購本廠的双A牌嘉禾牌五羊牌各種名牌白米，保證滿意。

豪門夜宴

王片笑惹

老幼咸宜 闔府統請

海外之音廣播公司榮譽出發

皇牌喜劇

飛撲早請 擁擠必勢 宜咸幼老

大要虎老 賣門婦貴 豆老肥谷 飲請鬚留

避廻靜肅 賭豪亨大 張緊險驚 禮送紀經

順頂嘢當 急緊情人 門暗爭明 夫拉客宴

刻深刺諷 人迫聲笑

意小意 淸李 綺梅 瑛張 游活張 燕白 帆楚夾

出演合聯 星紅餘百等山坤林 聰周梨曼黃 敦盡卿艷留

出演串客 星紅詩國等 夢夏 漢江 奇傅 慧石

製攝書合聯著作工影電南華

（日期星）日十三月六（六期星）（日九廿月六：期日映放

正時四午下 正時貳午下 正時貳十午正：間 時

號十五百一街東定士喜 院戲雲達：點 地

新一然煥 修裝新重

毛五元一張每：價 票

大各等 源利金 民利 興永 豐元 華大：處票售代

沽門院戲雲達 房藥華中及司公

△代 東

本總堂謹訂於壹九七四年六月三十日（星期日）下午壹時舉行喬遷第廿三週年紀念典禮並治潔茗同日下午五時半假座亞洲園酒家設宴聯歡屆時恭請馬氏世表謝氏世表各昆仲嬸姆諸姑姊妹賁臨指示曷勝榮幸

加拿大余風采總堂同人敬約

Yee Fung Toy Society, 226 East Georgia St, Vancouver 4, B. C.

數千人摘好地菓

或做散工

價銀高，有巨型巴士接送，如意者請於每天下午七時後與牛仔接洽。電話八七四·〇一四二或八七四·六二七二

Woodward's

活活百貨公司，貨品種類繁多，單是仕女們的便服，有着各種大小長短呎碼，適合各樣不同身材。

這只是介紹活活百貨中的一種。活活信譽悠久，是可靠的百貨公司。活活百貨公司仕女便服部在二樓。

購物請到活活百貨公司仕女便服部，最有理想的式樣及各種呎碼。

懽迎光臨選購。

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

即日起

酬謝僑胞踴躍惠顧破紀錄大減價

美國最新運到最長身靚絲苗米，五十磅每包原價貳十元五毛，今十六元九毛。另奉送舟車費每包壹元以謝僑胞駕臨光顧。

即實收每包十五元九毛

來貨有限欲購從速勿失良機賣完即止暫不送貨

本公司乃全美最大利安娜米廠駐加門市部統營米業

奧林比亞戲院

OLYMPIA THEATRE

2381 EAST HASTINGS (Near Nanaimo)

六月廿五至廿九日 星期二至星期六

晚七時半隆重放映

彩色寬銀幕上乘文藝諷刺大喜劇

星星星星

揭露影星歌星舞星的現實生活

表明黑社會的眞實內情

同場放映彩色寬銀幕

瓊瑤名著文藝巨片

深情比酒濃 歸亞蕾 金滔領銜主演

甄珍 李湘 湯蘭花 領銜主演

兩部首輪文藝巨片同時放映，請觀衆留意。

有土庫出賃

如有意者請電話二五四，七三〇九

清潔大房出賃

電話：八七四，七四三四