津津有味譚

番茄

陳存仁

「番茄」代生果，在春夏季，產量更多，大量上市，售價甚賤。在香港菜市間的售價，每斤約三四毫，比一切生果便宜得多，不但營養豐富，味道也鮮潔甜美，一部份家庭常把它作爲生果，這是極妙的方法。因爲任何生果究竟價值高些，吃番茄「代」生果，是最合算了。

番茄治胃弱，多數胃病患者，雖由胃酸過多而起，但是少數因爲胃弱胃酸過少而起，以致飲食無味，食量減少，使患者日漸消瘦。可以常飲番茄汁一杯，或在午後進飲一杯，可以幫助消化，補充胃酸不足，不過胃酸過多的人，很不相宜，最好不吃。西菜在早餐時，第一杯常用番茄汁，也要注意自己是否能受得，如果是向來胃酸過多的，很容易發生胃病。

番茄汁平血壓，高血壓是因血管硬化而起，患者多數皆肥胖面紅，血分充旺，到了年老，血管硬化，有腦出血，中風等不幸遭遇。近世治療高血壓病患，着重調節飲食名爲食餌療法，在荷蘭等地，一向用番茄作爲治療高血壓的飲品，患者能常吃此汁，極見功效。

番茄的醫療用途，作者所知不多，因爲外來植物食品，在中國醫書上和醫療上很少治病經驗的累積。

番茄由外國傳入中國的食物，從一個「番」字看來，便可明白是外國來的品種。

番茄在中國開始普遍種植，不過是近四佰年的事，中國書本上最早見到的紀載，

「五八八」

王冶秋談二千年前女屍及其他

到故宮博物館參觀的人民羣衆，進進出出，有些還拖着孩子一同去。

這時候，我沒有發什麼思古之幽情，而是直正的體會到在今日的社會主義祖國，的確是做到古爲今用，一切爲人民服務。過去藏在深宮，只供少數剝削階級統治者把玩之用的珍貴文物，今天都能公諸於衆，爲人民學習階級鬥爭史和生產鬥爭史提供實物教材。只有這樣，考古學才有了直正的意義。

「下」

由楊柳青談到湧金門

河北省天津市，有一地區楊柳青，那邊當然有柳却也不算太多，楊柳青以年畫著，直到目前猶然，只是內容已變自然適應環境，但是技術上仍是傳統的。

江蘇省的揚州，稱「綠楊城郭」，楊柳確多，近西湖一帶尤甚。湖沼邊最多楊柳，全國名湖，無一不然，又例如山東濟南的大明湖，無錫的五里湖。五里湖係太湖的支湖，以湖面寬五華里故名，所謂青山綠水的「綠水」，應推五里湖爲最，在春日晴空之下！五里湖成爲軟翡翠了。

五湖畔有二名園，曰「鑫園」與「漁莊」，兩者毗連，前者中建築多：勝利後出現了「太湖別墅」，係無錫第一號旅館，草山老人伉儷，曾在那邊住過。「漁莊」沿湖最多垂柳，望之頗似杭州西湖的一角，西湖多柳與桃，是全國第一了。近年「鑫園」與「漁莊」打通了，成爲一個大公園。

香港有一大專學生的刊物，近來常刊豐子愷的漫畫，此公寫江南鄉風土風景，可稱一絕，筆下多柳，垂柳下雙燕呢飛，這正是目前江南郊野常見的畫面了。

中國的楊柳，亦爲外國人所喜，明代，日本和尚在省曾有詠柳詩云：「湧金門外柳如金，三日不來成綠陰，折取一枝城裡去，教人知道春深。」此詩又名「鄭開陽雜著」，但我在初中學生時，所讀到的，則第一句中「柳如金」成「柳垂金」，第三句，「城裡去」作「入城去」，大概亦中是國人改的吧？

「上」

訪尋余雪珍女士

數年前在港曾是多年的友誼，自一九六六年與你失去聯絡，見報請來函。

陳妙容啓

通訊處：
P.O. Box 163 Alliance, Alta.

商店廉讓

雲高華唐人埠商店，裝修新穎，專營東方藝術品，古董，首飾，日用品，禮物等，店主遠行急於廉讓，有意者請來函交大漢公報第十號信箱接洽。

誠聘女售貨員

須識中英文，薪金從優，請到文心書局壹壹式片打街東面議。

近域埠十畝園口出賣

有玻璃屋專門種植菲洲紫羅蘭與蘭花，久已爲穩定好上利生意，本省大陸生意甚多，有時代化大住宅兼有游泳池，地價日增好良機，園地及樓宇與用具取價十式萬五千元及有充銀期，不包括玻璃屋與存貨 但可以另賣。與

Frank Oliver or R. Fitzsimmons, Block Bros. Rlty., Victoria, 386-3231

菓舖宜請收銀及什工

長工，男女均可，略有經驗爲合，有意者，請電話七三三、貳三零四。或到1825 W. Broadway

宜請炒鑊送餐各一名

如意者下午四時後電話九四貳六六四四

擬請女士教授國語

有意者請電話八七四、〇一九二

地下全層三房一廳出租

並有厠所廚房及士庫，行十五分鐘到華埠，位於 1058 McLean Dr.
電話 254-5034

菓舖生意出賣

生意穩定，月做七仟餘元，後面設備極合小家庭居住，先斟盤者先得 請勿失良機。

電話 二九九五〇〇壹

離職啓事

本人已於一九七二年九月卅日辭去億兆信託銀業一切職務，特此登報聲明。

爾玉漢啓

雲埠：『歡樂一週』聯同香港：『歡樂歌藝團』加拿大首次創舉

陣容鼎盛，服裝美麗，流行歌曲，粵曲小調，諧趣歌劇，有唱有做。

文就波大樂隊伴奏

杜平，沈殿霞，櫻花，羅文，方正，江鷺，陳美納，金羽，陸碧儔等。

連同「歡樂一週」電台黃煒君，霜兒，衛彬等盛大演出。

日期：十月八日（星期日）下午式時
十月十一日（星期三）晚上八時

地點：皇后大戲院
Queen Elizabeth Theatre
630 Hamilton St.,

售票處 天天印務局，群青書社，星島日報，比西銀行。

加拿大溫哥華昭倫公所通告

本公所定於本年十壹月間出版「雲哥華昭倫公所特刊」，此特刊乃紀誌去年加拿大雲埠昭倫大廈開幕暨第壹屆世界昭倫懇親聯歡大會之熱烈情形，全本式百頁，印六千本，遍及南北美洲，香港及南洋一帶，本公所蒸蒸出有限的若干頁作爲廣告，訂價如下：

彩色全頁 壹百貳十五元
彩色半頁 六十五元 四分之壹頁三十五元
黑白全頁：四十貳元 半頁廿貳元 四分之一頁十貳元

以上均包括製相片電版，之外底頁貳百貳十五元，底內頁壹百七十五元。篇幅無多，欲登從速，接洽辦法，電話洽商或移玉步至華埠：

一、謝煥維先生 39 E. Pender St., Vancouver, B.C. Tel. 681-5816
二、許 球先生 444 Main St., Vancouver, B.C. Tel. 682-6104

雜貨店平讓

貳壹〇壹頃市威，店主有病，急要平讓，生意每月六千餘元，若有人力前途無限量，如有僑胞悅意，請來面議。

生財捷徑

每年獲利三萬元以上
餐館生意連實業廉讓

本埠人口式千六百人，有餐館貳間，唐餐我們飛市生意，餐館每年生意約八萬元，全新座位約六十個，大小雪櫃五個另約一百平方尺凍房一個，寬大廚房約五百平方尺，自動洗盤碗機及盤碗槽安裝齊備，各種設備齊全，現仍繼續經營樓上有八大廳房，浴室水厠供住家用，全座建築物約式千平方尺，樓高式層，墻外石屎批盪，另有車房，實業及生意全部投資五萬餘元，現半價出讓，業主只收回部份建築物資式萬七千元（買主可向銀行貸款壹萬九千元銀行已答允）。此酒館最適合家庭經營，如不用請人工作，一年可歸本，歡迎參觀或函電詢問一切。

地址：Wong's Cafe, P.O. Box 355 Gravelbourg, Sask. Tel. 648-2255

新屋樓下出租

兩睡房，廳，廚房，厠所，包電火煖氣，獨立門口，交通方便，有意者請晚上五時至九時電話四三四、三三五三

四睡房屋出賣

位於三八三號三十九街東，屋內裝修華美，有意者 請來參觀。電話三貳七、九六四八

機會難逢

雲埠京士威，第一流汽車旅店，廿八個單位AAA CAA ATA會員，年入八萬五千元以上 開價三十九萬五千元，十萬元現款即可交易 如業主自理，淨利可達一分八以上。電七三三、九〇〇三謝洽

Wall & Redekop Realty Ltd.
C. C. Hsieh 437-3771

離職啓事

本人已於一九七二年九月卅日辭去億兆信託銀業一切職務，特此登報聲明。

爾玉漢啓

雲華眼鏡公司

隱形眼鏡專家 驗眼配鏡
（特價815）每對$16元
精工修理破舊眼鏡
全埠最平即配即有
營業時間：
上午九時至下午八時 主日上午休息
下午十壹時至六時 例假照常營業

MAX OPTICAL CO.,
329 E. Hastings St. Van. 4, B.C.
電話 687-4135

中西餐館特平出賣

架生各樣時代化，有冷氣機，因人力缺乏，迫於割愛，如有僑胞欲營斯業者，請電話或面議均可。

Bamboo Inn, Courtenay Vancouver Island B.C.
電話：日 三三八、八式七五
晚 三三九、三五〇〇

賺錢好機會：有酒牌

Dinning, Lounge, License, 高尚中西餐館生意出賣，週末平均每大六七百元，週日每天平均三四百元，業主有事離埠，價錢有商量 請電話 378-5551

P. O. Box 214, Merritt, B. C.

精工修理電爐·風扇·

電熨打，洗衣機，及各種家庭電器用具
電話：貳五五、七四叁壹 金雷

宜經驗女企枱

北雲西餐廳，須懂英語，日間工作，每小時薪金式元。電話九八八、九叁叁壹

好殘館出賣

新裝修 批約好，每日生意壹百五十元取價一萬三千元，合意者電話四三三、九一五五

EASTERN GARDEN
1032 Seymour St.,
電話 687-1173

東生園

北方小吃 家鄉味
鍋貼大王 蒸餃好
免費停車

廣州樓

KWANGCHOW RESTAURANT
251 E. PENDER STREET
CHINATOWN, VANCOUVER,
TEL. 687-8501

由九月廿日起休假兩星期至十月四日照常營業

文華中西大市場

MANDARIN FOOD MARKET
奇化街壹百九十九號 即文華大廈樓下
電話：687-9329

㈠火鷄（由十磅至十六磅）一磅五毫九仙
㈡甜薯 二磅三毛九仙
㈢蘋菓McIntosa 五磅一元
㈣電燈泡Westinghouse 六個一元
㈤7up汽水（大瓶）四瓶九毛九仙
㈥呂宋或咸魚· 一磅一元四毛九仙

由十月二日至十月八日止
星期日照常營業 十時至五時半

NATIONAL LIFE ASSURANCE COMPANY OF CANADA

SUITE 501
1155 W. Pender St.,
Vancouver 1, B. C.

鄭楫輝代理

Wayne C. F. Cheng
公司電話： 685-7231
住家： 228-9336

專門閣下將來幸福着想
本公司特設
各種人壽保險
意外和患病入息保障
減輕入息稅退休儲蓄
大學教育基金等等
不勝枚舉，如蒙諮詢
請即賜電，新到加國
移民，一律歡迎。

加拿大雲埠 金利源興記

GIM LEE YUEN HING KEE
75 Pender St., E.
Vancouver 4, B. C.
Phone 685-9743

新辦到
大金錢龜

奧林比亞戲院

OLYMPIA THEATRE
2381 E. HASTINGS (Near Nanaimo)

十月三日至六日 星期二至星期五
晚上七時半放映
七彩寬銀幕古裝文藝巨片

秋決
唐寶雲 歐威 葛香亭 傅碧輝 領銜主演

秋決故事感人甚深，有致正有哲理有力量有氣質有親情有柔情有遠景有信心

同塲放映 彩色寬幕武俠巨片

雲姑
秦祥林 張冲 胡茵茵 領銜主演

請注意 茲爲便利觀衆購票 特請片打街東TOM'S TAXI代售戲票
本週票價：成人一元七五 學生壹元五 小童五毛

本黨社詹

△代 柬

本黨社詹訂於壹九吉二年十月十五日下午二時舉行喬遷第二週年紀念慶典禮成敬治潔茗同日下午五時特設鷄尾酒會聯歡並於下午八時在本黨社禮堂放電影助慶統請候光

中國洪門民治黨駐加總支部各支分部
達權總社各支社暨洪門各級機構叔父昆仲
嬸姆姊妹各友好駕臨指示禮儀曷勝翹企

都朗度洪門民治黨
達權社仝人敬約

Chinese Freemasons & Dart Coon Club,
436 Dundas St., West, Toronto 28, Ont.