家常菜

顆星蛋

「顆星蛋」這碗菜，是像其形而名之，實即爲鹹鴨蛋蒸新鮮鴨蛋，拿三個鹹鴨蛋，和二個新鮮鴨蛋雞蛋亦可，混合打勻，但必須注意鹹鴨蛋的蛋黃，拿起另置一邊，待蛋白充分打碎後，包括新鮮鴨蛋的蛋黃也要充分打碎，然後放入鹹蛋黃，再加上吃飯碗大半碗的沸水，不必加鹽和醬油，鹹淡正好適中，用筷上下攪拌，使其均勻，加上豬油一湯匙，香葱切碎小許，立刻上蒸籠或飯鍋上來蒸，約經二十分鐘熟透，如用冷水冲蛋時，需經三十分鐘以上，蒸熟後取出時二個鹹蛋黃，漂浮於淡黃色的蛋白上，色現金黃半隱半現，四週又發現青綠的細葱，綠色、金黃色、淡黃色，相映於一碗之間，仿若星座散佈天空而得名，如蒸蛋時的碗色，選擇純白色瓷碗，色彩更鮮艷美觀。

酸菜粉絲

△材料：酸菜心一個，龍口粉絲一捆，瘦肉絲，因爲酸菜酸所以加少許糖，以及薑絲。

△做法：先將酸菜洗淨，切成薄片，然後再切成細絲，粉絲用熱水泡一會，猪肉切細絲，用太白粉加酒少許，與薑絲調合。油滾了，先放入肉絲炒熟後再放酸菜絲、粉絲，加鹽少許，味精，炒一會，即可起鍋，盛入盤內。炎熱的夏日，吃這道菜，非常的開胃。

茄汁黃豆

材料：黃豆四兩，猪肉四兩，蕃茄汁四兩（罐頭及瓶裝的均可），鹽一匙，酒半匙，花生油適量。

做法：（一）黃豆洗淨，用滾水浸泡一夜（容易煮爛）。

（二）猪肉洗淨，切成小塊。

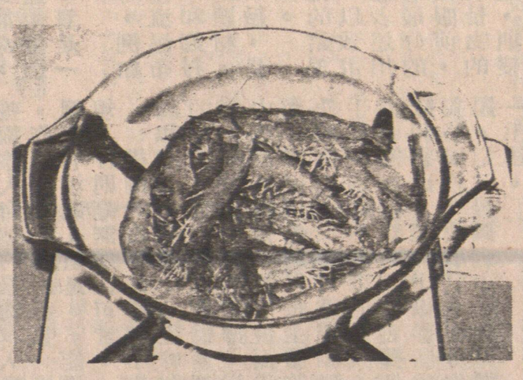
（三）花生油燒熱，先放入猪肉略炒，接着放入酒，滾一次後，再放入黃豆，鹽及蕃茄汁，用大火煮滾後，改用少火煮半小時至一小時，至猪肉熟透即可。

酸菜魚丸湯

小魚一斤去頭腸，洗淨瀝乾剁碎，越碎越好。剁後的魚肉挙有骨中的髓，故略呈灰色，加鹽、料酒、葱花、薑末，打一個蛋調勻，用匙做成丸，以少許油煎黃。四兩鹹酸菜切碎摔乾，如嗜酸則不必摔。筍切細絲，加水一湯碗，煮沸即可起鍋供食。

火焰蝦

左圖是灣仔醉月軒酒家出售的「火焰蝦」。把蝦放進玻璃器皿中，加酒把蝦浸醉，然後置於火爐上，酒精遇熱燃燒，撥動蝦，火焰蔓延，不久便會把全部蝦燒熟。桌上火光熊熊，別具情調。



經食

西式醃青瓜

用料：三份之一杯意大利汁，四個青瓜對切成十六條。

做法：青瓜隔乾水份，加入意大利汁，放入雪櫃，翌日可食用，若認爲青瓜單調，可酌加紅蘿蔔。

中式醃青瓜

用料：一杯鹽水或一杯加入適量糖的白醋，四個青瓜切成骨排樣共三十二件。

做法：先洗淨青瓜，並以冷開水冲洗青瓜一次，隔乾水份，容器必須乾燥，加入白醋，但白醋必須醃過青瓜，放入雪櫃，翌日即可食用；不喜歡吃酸青瓜的，可以加入一杯鹽水，醃一日，可供食用。但必須注意不可沾生水，否則，鹽醃或醋醃都很容易變壞。

烹飪常識

▲紅燒猪肉，加進一些蒜頭，味更香鮮。燒魚、牛、羊肉也是如此。蒜頭去衣之後，先用油炸一下，紅燒時便不易爛，不過也不宜燒得太久，取其蒜香又保持原粒最佳。

▲吃罐頭食物，開罐後才加熱最好。汁少的盛入碟中，放飯面蒸熱即可。汁多的下鍋炒煮，收乾汁，味道更美。

▲菜炒熟時應立即盛入碟中，不要留存鐵鍋中過久。有些蔬菜含鐵質多的，留在鐵鍋時間長會變色。

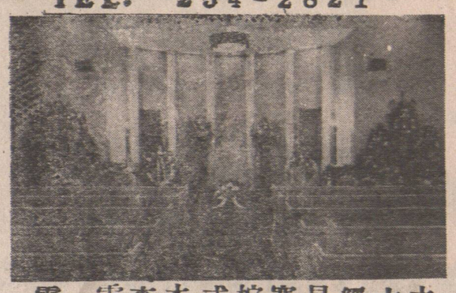
▲蘿蔔含有消化酵素，煲較肥膩的湯，放蘿蔔一些，既解油膩，也助消化。實一舉兩得。

▲買回的生薑量多，一次用不完時，可刮去薑皮後，用鹽水浸泡，放雪櫃。或將薑刨成茸，或切片加酒遇面。

痔瘡患者飲食調理

痔瘡便秘患者，爲了使大便通暢，防止大便乾結，要多吃些含有纖維素的食物，多吃一些新鮮蔬菜和水果，如粗糧、糙米、番薯、青菜、芹菜、木瓜等。每日早晚空腹吃柿子或柿餅一至二個，並常用草決明子三至四錢煮水代茶。忌進辛辣刺激性食物。

暗市黨殯儀館
ARMSTRONG & CO.
304 Dunlevy Ave. Vancouver, B.C.
TEL. 254-2821



本館創業六十餘年
經驗豐富
最新裝修
寬大禮堂
棺木山地
式式俱全
本館特聘華人經理
李顯理二君爲僑界服務
雲龍
宗教儀式
任君選擇
鄰近華區
交通方便
廿四小時
電話：二二五四—二二八二

未雨綢繆

科士蘭墓園及海景墓園聯合誠意向華人家庭提供一項免費服務，由即日起免費贈送「家庭資料紀錄小册」。

這本「家庭資料紀錄小册」乃用爲集中紀錄家庭內各成員之重要資料，可使家人一目了然有備無患，而免麻事虛張。

科士蘭墓園及海景墓園特聘有專人樂意免費向各界人仕講解此本「家庭資料紀錄小册」之主要用途，以及解答上述兩墓園之各項疑問。

世事不可逆料，宜作未雨綢繆。「家庭資料紀錄小册」是每一個家庭是最好備有的。有意索取者，請電：

雲龍（WINSTON WAN）。
辦公時間：254-3043或廿四小時電522-3907
傳呼機（PAGER）號碼591-6。

孟碧珊殯儀館
在常情親
Mount Pleasant Chapel
今日風光與後人
往時恩義感親友
寬大禮堂
多種儀式
收費公道
各式棺木
豐儉隨意
免費車場
供客使用
特聘華人顧問商君
KELVIN KAN
爲僑胞服務
地址：306 E. 11th Ave.
電話：OFFICE 876-2161
商君住宅（華語）872-4914

繡花僑樂
Louie's Florist
371 E. Hastings Street
Vancouver, B.C. V6A 1P3 683-5124
雲埠喜士定東街三七一號
恭賀新禧
並祝
聖誕快樂
Geo. Louie 住宅 255-9675

大成產業有限公司
GRAND FORTUNE REALTY LTD Howe G. Tong
200 E Pender St Bus:687-2215 Res:325-0527
湯天豪經營一切房地產買賣生意

▲拾跳樓貨，住宅屋，二睡房一廳有七庫，地寬約三分之一畝，政府計劃中改建TOWNHOUSE，投資或投機均有前途。
▲公寓聯房一組，新式建築，近緬街夾七街，有風景，適合單身仕女，開價四萬九千元。
▲好屋近依利沙伯公園，二睡房一廳，土庫裝修有二睡房一廳，地寬33×128。開價十二萬九千
▲商業地皮和電油站廉讓，位本拿比商業區，地寬204×114尺，可建中型商場，僅開價五十九萬元，廉過買住宅屋。「眞抵買」。
▲西式士多舖生意，位華埠好交通地區，每年生意超過卅萬元，雪花生意利潤厚，租約長，僅開價九萬九千元，機會難逢。
★本公司免費代客佔價一切物業★

UNITED REALTY LTD.
3879 OAK STREET
VANCOUVER, B.C. V6H 2M6
鄔敏濤 PETER WU
BUS: 736-3831
RES: 261-6890
PAGER: 524-8581 No.1300

▲SHAUGHNESSY區，五睡房，地大79×167，四十九萬。
▲減價出賣，只售八萬四千五百，位於SURRY四年新，四睡房，地60×120。
▲全新柏文，近緬街，七百九十平方尺，七萬八千。
▲可選擇一房或二房柏文，一房六萬七千五。二房七萬九千五百。星期六及日三点至五開放
▲2204-621 E. 六街，二房，八百八十六平方尺。八萬九千。
▲3227-710 E. 六街，一大睡房，七萬九千。
▲雪糕生意，位于最好市中心固蘭湖商場，二萬八千五百。

ALLAN WONG 437-3556
黃國榮
parallax realty corporation
6th floor, 73 water street,
vancouver, b.c. v6b 1a1
tel. (604) 687-7750
華埠唐餐館出賣
唐人埠，近喜士定夾緬街，餐館連實業出賣，樓下可擺三十圍，樓上可擺二十圍。

元昌肉食公司
DOLLAR MEAT STORE LTD.
266 EAST PENDER STREET
PHONE 681-1052
馳名琵琶鴨
掛爐鴨
脆皮大乳鴿
爽嫩白切鷄
美味桂花腸
鮮明肉類
承接金猪
逢星期一休息
本公司最近自置設備一流新工場，特製白油腸及特瘦白油腸，鮮鴨干腸，油王臘鷄，鮮蝦肉腸，臘梅肉，臘鴨餅。歡迎僑胞駕臨選購。

Wolstencroft Since 1919
Realty Corporation Telephone (604) 731-6131
110 - 1665 W. Broadway, Vancouver, B.C. V6J 1X2
地產買賣・物業管理
實業燕梳・免費估價

ROY S.H. LEUNG, 梁紹禧
Res: 324-4752

陳孟東 HORACE CHAN,
Res: 271-4263

商業地產
①本拿比京士威，闊179，街角旺地，有餐館，七十九萬五千。
②喜士庭四千號附近，闊33，卅四萬五
③雲埠購物中心，一百餘萬。
④蘭尼購物中心，有銀行，藥房，超級市場，二白四十萬元。
⑤蘭尼，商業磚樓，一百八十萬元。
⑥蘭尼，商業地四萬多呎，近市中心，宜作酒樓或MOTEL，五十二萬五千。
⑦蘭尼菲沙公路獨立商業館，長批，入息十二厘，地大約一萬尺，四十九萬五。
⑧雲埠旺地意大利薄餅，牛扒屋，74位，十六萬五。

房屋
①菲沙街孖屋地段，三房兩廳，菓仔舖生意，月入七千餘元。前舖後居，物業連生意開價只十五萬七千元。
②49.5×122呎大地。近乃街四十九号，土庫兩房，十二萬五千元。
③京士威及乃街，兩房兩廳，土庫三房兩廳，浴室，廚房。十一萬九千元。
④高尚地區，靚屋大地，50呎寬，土庫廳房，浴室廚房。利息好，十三萬餘。
⑤近乃磨街及一街，三房兩廳，土庫全部完成。急售。十二萬餘。
⑥東百老匯街，33×138，月租六百餘元，急賣八萬九千元。

葉漢 ANDY IP
馬不停蹄爲閣下服務
買賣物業
免費估價
早晚歡迎
中文電話：八七六一六四〇四
聖誕大開放
下午二至四時
▲廿四日4691 W. 八街夾BLANCA，全新四睡房，近UBC，有JACUZZI。
▲廿五日3110-3112東十六街近緬街，一年新孖屋，月收人二千五，樓上三房，樓下兩房有廚廁。
▲廿六日1284&1285 1,104 AVE, SURRY，兩間新屋，樓上三房，樓下三房有廚廁。
▲廿七日4691 W. 八街。
UNITED REALTY LTD.
3879 OAK STREET,
VANCOUVER, B.C. V6H 2M6
876-6404

陳憲明
STEPHEN CHEN, B.S.
電話：325-6075
公司：437-9431
UNITED REALTY LTD.
2443 KINGSWAY, VANCOUVER, B.C. V5R 5G8
▲東區PRINCE EDWARD夾東二十八街，土庫完成，近巴士，學校及商場。
▲舒適舊式屋，東二十七近緬街，業主急賣，勿失良機。
▲三年新屋，近緬街，業主離埠，歡迎還價。
▲免費估價各種物業。