煮肉的科學

家庭烹飪，煮肉要用文火，肉才易爛，這其中是有科學的道理的。

我們知道，水到了一百度就沸騰，水沸騰時，就會產生大量的水蒸氣，當水沸騰以後，即使繼續給以大量的熱，水的溫度仍然停留在一百度，不會再升高，但是，由於水不斷地蒸發，鍋裏的水却慢慢減少了，水裡的溫度雖然保持一百度，而蒸發却加快，這是因爲在平時，水的分子引力，使水分子團結得很緊，不會輕易脫出水面而蒸發，但當水沸騰以後，續加猛火，熱量大增，這種多餘的熱量，大大地幫助了水分子脫離其彼此間的引力，加速逃脫，成爲水蒸氣而蒸發掉，火加得盛猛，水的蒸發就愈多，勢必使水分蒸發到乾爲止，這樣煮肉，是煮不爛的。

要想把肉類煮得爛，必須和溫度，時間互相配合起來，除了用火之外，還要注意提高溫度。

提高溫度的方法，是把鍋蓋蓋密，煮東西的時候，如果鍋蓋打開，溫度不會達到攝氏一百度，至多只有九十八度而已，若果把鍋蓋蓋密，則水沸騰時所產生的水蒸氣，不用逃跑出來，只要繼續慢慢加熱，鍋裏的水蒸氣愈來愈多，水蒸氣積得多了，鍋裏就產生很大的壓力（氣壓），這時，水裏的水分子若要繼續逃跑出來，一方面要克服水的拉力，另一方面要克服水蒸氣的壓力，但因所由的火是文火，熱力不很大，沒有多餘的熱量加速水分子的蒸發，因此，水分子要蒸發出來，是不容易的，在這樣的情況下，水分子就必須吸收更多的熱量，以進行蒸發，於是，水的溫度就升高，溫度一升高，就促使肉起變化，於是，在較短的時間內，就可以把肉煮爛

暑季恩物

在暑天裡，天氣炎熱，流汗過多，因而一般人都感覺食慾減退，精神疲倦不堪，對工作提不起興趣來，然而這並非是染患了什麼病，乃是生理上的正常現象，不過亦有增家精神的辦法不那就是夏天無妨多飲一杯啤。

啤酒中所含的維他命類，計有乙一，乙二，乙六，乙十二，此外還含有烟質，鹽素，纖質，銅質，鋅質，鈣質，鐵以及豐富的含水炭素與動物澱粉，安基酸，蛋白質，窒素，酵素等，至於啤酒的熱量，一大瓶含有三白〇五卡（熱量單位），這等於牛肉五十格蘭或雞蛋四個的，因此不少醫學家與營養學家都稱「啤酒是液體麵包」。

此外，啤酒中的維他命乙，並有促進面孔與手足血色鮮嫩功效，亦有促進食慾作用，在暑天汗水新陳代謝激速的時期，無論任何人多少總感到維他命乙不足，這樣看飲冰凍啤酒，既能保持面孔手足血色，也促進食慾，並能補充維他命乙，這實在是暑天中「一石三鳥的」恩物，啤酒既被列爲飲料，售價不昂，是人都能飲的。

有人說：「多飲啤酒能使人身體發肥，對腎臟心臟增加負担，」實際上，這是不必担心的，如果飲啤酒的量適度，那就保證沒有發肥現象，總之，關於飲食方面，不但是啤酒，甚麼東西若超過限度都是有害而無利的，不過夏天炎天溽暑，多飲一點啤酒是絕無沒有妨碍，暑入裏，無論男女老幼，都是需要清涼飲料的，這樣與其飲一般的飲料，那就不如飲啤酒了，因爲啤酒的原料是大麥，它既能解喝牛津，而又有豐富營養此爲任何種清涼飲料所不及。

塘西花月痕

（博西蘭編 羅達倫譯）四百

第卅八節；仇公子一個月花五十萬元

能够幹出這樣狠心狗肺的事件，將來和他相處下去，稍受激惱大少爺，何難做出謀財害命的勾當？所以呂七叔一聞之下，爲之展顏一笑，呂頌向來善體親心，分爲父親强作歡顏，事實上任何豁達的人，面臨這個打擊，都不會看得開的，因爲這間洋行，數十年來，由自己一手慘淡經營，聲譽華人洋行中崇高的地位，和外國人經營的大洋行，屢屢乎並駕齊驅，老東家另眼相看，註册爲永遠董事經理，掌握全權，一旦爲二世祖無辜構陷，威迫脫離關係，絲毫沒有補償，數十年的心血付諸流水，是可忍，孰不可忍，而呂七叔竟似甘之如飴，毫不介意，呂頌反爲恐怕父親刺激過度，氣憤憤代鳴不平，呂七叔不俟兒子開口，心平氣和地說道：「青年人，少安毋躁，這件事正是你們將來立身處世的一個好教訓，你必須明瞭這一點：世間的敗家子，當他需求金錢的急迫心情，甚，潦水高漲，非任何堤防所能遏止，如果貿貿然想加以壓抑，等於灯蛾撲火，惹禍上身，此次我無辜被扣留月餘，能够找到綫索，有恢復自由的希望，已算是不幸中的大幸。

翌日，魏師爺拿文件笑嘻嘻入來，剛說幾句冠冕堂皇的說話，解釋叫他簽字的原因，但嫉惡如仇的呂七叔，深恨這等打齊鶴「伴魂」之流，唯一的任務，就是唆擺富家子弟，做運財童子，心想仇翁剛世一定和他結下血海冤仇，今生報仇唯恐不足，非累到仇公子傾家蕩產不止！當下他氣憤之餘，懶得與這種衰人應酬，爽快地首先擲聲說道：「叫我簽字脫離洋行關係嗎？不必多講了，拿文件過來，待我馬上簽！」說完即接文件，迅速簽字之後，本來順手交還，但回心一想這等扭計祖宗，

家之髮電氏健
KEN'S COIFFURES
884 East Hastings St., Vancouver, B. C. 電話 254-6626

新張鳴謝
本店自開張以來，蒙各界仕女駕臨指導，垂意惠顧，萬分榮幸，同人等感激之餘，決繼續照新張特價優待，務使以最低廉代價，享受最敘適設備及最美滿髮型爲原則，敬希僑界仕女繼續光顧，是幸，特此謹佈謝忱。
余 健
伍鄭暖秀 同敬謝

良好獨市餐館出賣
本殯館兼代理長途巴市車條運貨，用具設備，各樣齊全，樓上有房七個，主人年老不能兼顧，迫要出賣，取價相宜，如有意營斯業者，請來函或面商，便知詳情。
PARIS CAFE, BOX 190, DINSMORE, SASK.

◎哀謝

先考諱炎忠字灼章余公府君廣東台山縣培新鄉黃槐湖永興村人痛於中華民國五十六年八月十五日病逝於舞城Union醫院積閱享壽八十有七歲不孝輝中遠居未克遵禮成服系溯凡親視含殮經於同月廿三日下午二時假座Parkview殯儀館舉行喪禮安葬Rosedale墳場叨蒙男女宗親戚友惠賜輓儀花圈親臨執紼素車隨行高誼隆情歿存均感謹此哀謝

未亡人 譚氏
孤子 輝中 泣血稽顙
媳婦 岑氏 泣淚禱衽
男孫 澤凡 泣淚稽首

惠賜芳名 恕不稱呼
如有錯漏 希爲見諒

（輓儀） 舞城華人體育會五元
黃合禹夫婦式十元 南京樓 毓業
堯慶 庭珍 每十元 浣禮 柏慶
寬中 和協 紹康 松光 葉羨 敎清
周賜錦（以上合家）Crescent Cleaners 關其
以上每五元 兆奕 賜禮 黃守理
關樹賢 關定毓 關勳美 周滿家
（以上合家） 黃世潤 以上每三元
林禮 賞慶 秋中 禮顯夫人 昌緒
胡全 陳文炎 葉光華 周燥 周均池
夫人 黃香傳 黃蔭傳 黃守樞 黃基海
黃宇富 關景 雷崇初夫人 馬均達
（以上合家） 黃寶樵夫人 葉文偉
余深 濟中 毓如夫人 以上每式元
周蘭瑞 黃華 每壹元
（花圈） 浣禮 庭俊 庭珍 柏慶
錦津 毓芳 建祥 馮榮歡 李啓耀
黃金傳 馬榮煥（以上合家）
關勳賢 關榮楫 關榮蔭 合家仝
雷邦關雪仝 李普儒
（素車） 中華公所 舞城華人體育會
風采堂 庭珍 錦津 紹康 秋中
祥麟 馮榮歡 黃宇熾 黃宇富 黃榮
照 黃蔭傳 關榮楫 關榮蔭 關文輝
馬維沾 周昌瑞周滿家敎清關其仝
贊女 （隨送親友甚多 恕不另登）

羅省 大埠溫哥華大埠 砵倫 羅省 大埠溫哥華大埠 砵倫

各位僑胞：右述航線經已開始了。爲應各界要求，自九月六日起，大埠溫哥華班機，將增多一班，共成兩班，機上免費供應豐美早飡及晚飡。倘有去程或回程，如欲兼遊舍路及維多利亞，悉隨尊便。

本公司各班機，均係用最新型波音廠720B噴射客機快捷安富，服務週到，如蒙光顧，請逕向華埠各大旅行社或本公司訂位部電話六八二一·五九三三接洽。無任歡迎。

美國西方航空公司
北美洲華務部總經理 麥旭耀敬啓

WESTERN AIRLINES INTERNATIONAL
LA 6-489

黃華：住屋內外油漆修整大小工程
價錢中平。上午十式時至晚七時
電話：八七式·壹五〇五

興旺西餐館出賣
本殯館位於沙省沙市加寸埠東邊約壹百壹十咪之炳吔埠生意非常興旺內容裝修俱是新型現代化現存祇欠人力兼且各股東又有志圖別業之想因此不惜割愛願將全盤生意傢俬使作出讓與人取價從廉如有志營斯業者請速前來面購或函商均隨尊便勿失良機
LAURAS CAFE WYNYARD, SASK.
本殯館主人謹啓

◎哀謝
元配甄氏夫人痛於中華民國五十六年八月十七日晨三時病終于Union Hospital Balcarres, Sask. 醫院積閱享壽八十歲
夫文煥 率男育光隨侍在側親視含殮送禮成服經于同月廿一日在Regina, Sask. 埠假座市比殯儀館舉行喪禮出殯扶柩安葬River Side 華人墓園叨蒙 宗親戚友世誼親隆執紼惠贈輓儀花圈素車隨送隆情高誼歿存均感謹此致謝
杖期夫 李文煥 拭淚稽首
長子 育光 泣血稽顙
媳婦 張寶球 拭淚禱衽
男孫 富倫建倫 拭淚稽首
女孫 妙蘭 拭淚禱衽
惠賜芳名 恕不稱呼
倘有錯漏 希爲原諒

（輓儀并花圈） 新禎合家式十元
炤祖合家 幹祖夫人合家 雲鵬 每十元
（輓儀） 耀宗合家廿元 余建豪合家
廿元 張華倫合家五元 劉錦津合家五元
（花圈） 雷城中華公所 市比公司
余玉中 張樹屏 麥洪炎合家 麥洪煥
余緒昌 黃霈 余濂鑑 余偉藻
黃嵩棠 鄧國輝 陳其文夫人 福基
以上俱合家 余祀中俊禮永綏夔禮仝
Dr. P. L. Steele & Family, Mrs. Hilderman & Mr. N. Hepting & Family, Mr. & Mrs. T. Downey,

雲埠達權社鳴謝經費
由壹九六六年十式月至一九六七年六月卅日止
袁 克 鄭忠梅 每十元 梁福琳
周瑞炳 伍 華 林時仰 袁永勝
周超常 陳錦瑄 鄧子才 周逸經
林 和 李天培 每五元 鍾壁四元
林淮傑 李日明 曾 江 黃 寬
譚月明 呂 洪 周開祥 鄭 灼
每壹元 黃國材 黃 捧 潘禎祥
黃 濬 黃如祿 每式元五
衛積昌 劉湛浩 林德義 周 克
每式元 雷錦倫一元五

有屋出賣及出賃
位於喜市定街 Semlin Drive 近巴士站與學校，屋內有四睡房，另有土庫，新型自動煖爐，如有意買者，請在午後四點電話 872-7354 接洽。

馬億倫謝啓
啓者：弟忽然欠和，入醫院檢驗一週，今日平安出院，荷蒙兄弟親朋戚友駕臨慰問，贈送生花菓品，高誼厚情，不勝銘感，特登歡言，用伸謝忱。並祝各位健康

沙省中部獨市好餐館生意連實業出賣
位於沙省中部式號公路 IMPERIAL 埠，地位適中，生意良好，有來去水，樓上有房居住，各樣傢俬齊備，裝修亦好，最合家庭式，主人年老迫要割愛，如有僑胞欲營斯業者，函商面議，均由尊便。
中央殯館啓
Standard Cafe, Imperial, Sask.

街角地段住宅出賣
兩睡房，大客廳大廚房，閣樓有兩房，土庫娛樂室，自動煖氣，取全價壹萬七千元，定銀九千元，（不能交定銀九千元者莫問），餘數摸本治辦法。
電話 874-2164 與西人業主預約洽商。

點問頓馬炳樞旅行社
本社代理雲埠安均號双十遠東觀光團，準於十月一日朝，由點問頓埠啓程，飛赴雲高華，轉乘加拿大太平洋航空公司噴射機，直飛日本，台灣，香港，遊覽各地名勝，從點問頓起航，來回機票，旅行費用，收加幣壹千壹白三十五元，來回機票有效期三個月，有意回國觀光者，請從早於九月十日以前，向本社報名，印有詳細說明旅遊小册，函索即寄本社代理世界各大航空公司機票，及各輪船公司船票，由港來點問頓移民機票收加幣四百零九元，如蒙委託，快捷週到。
B. K. MAH TRAVEL AGENCY
10187-99 th. St., Edmonton, Alta.

巴黎美容院
PARIS GAL
347 E. HASTINGS ST., PHONE: 688-4136
本人有十餘年女子電髮之經驗，曾任職於 HANSE GRUME 假髮公司，現爲便利各界華僑婦女起見，特設美容院於華區，新張伊始，凡剪此告白駕臨者特價八折優待。
馬栢義夫婦 鞠躬

生意全盤連架生出售
因志圖別業，平價出讓 電話 681-9969, 254-2740, 681-6740 洽商。

億兆信託銀業
YORKSHIRE TRUST
130 PENDER STREET EAST, VANCOUVER 4, B. C.
PHONE: 685-3711
AFTER 5 P. M. & SATURDAY, Tel. 685-3724
本行由八月九日起，提高定期存款利息，比全國任何銀行或信託公司較高。
例如每壹千元你可得年息大十六元零六仙。
每壹千元存入五年時
第壹年年息六十七元三毛五 第式年年息七十壹元八毛九
第三年年息七十六元七毛三 第四年年息八十壹元八毛九
第五年年息八十七元四毛壹 即是每壹千元五年內賺利息叁百八十五元式毫七 平均年息七厘半
本行并設香港滙兌
房屋買賣，房屋貸款，學業基金，代理收租，料理財產，儲蓄投資。
僑胞可用寄字簽名存摺款項
外埠新戶口由郵寄赤紙存款，本行代支贈赤費用
歡迎外埠僑胞通訊接洽
服務時間：星期一至星期五上午九時半至下午六時
經理黃宗振

利息最高

益豐茶室
YICK FUNG TEA ROOM
250 E. Peader St., Vancouver 4, B. C.
PHONE: MU. 2-1514
中秋節又到 大量 月餅 上市
大小光顧 無任歡迎
目錄印備 函索即奉

TOM SING LAUNDRY
1823 TRIUMPH ST., VAN. 6, B. C.
PHONE 255-7114
本洗衣館擴大營業接收大小旅店床褥餐館枱布衣服等及接收乾洗工作快捷價錢相宜保証滿意大小光顧無任懽迎

A & B
HOME REPAIRS & CHIMNEY SERVICES
Phone 688-2946
專門承接搜烟通或修理，新蓋與修理各種天面，溝通簷滴修理或換新，各項木工與三合土工作等。工作精良，價錢克己，華友光顧，無任懽迎。

◎哀謝
先嚴林公社能府君於主曆八月十七日息勞歸主經於同月廿六日在參遜殯儀館出殯辱承姻戚世友鄉教誼親戚友惠賜賻儀花圈並親臨執紼高誼隆情歿存均感哀此鳴謝
傑雄（媳曹氏）
傑光（媳劉氏）
傑明（媳周氏）
傑德（媳鄭氏）
女（適阮）泣叩