

家常烹調法

蔥油雞

用料：
雞 一隻約兩磅半重
料酒 一湯匙
鹽 一湯匙
蔥絲 半杯
花生油 半杯
五香粉 一湯匙

製法：
一、將已殺好洗淨之雞，拭乾水份，用鹽與酒擦抹全身外皮及腹內，醃約一小時左右。
二、將雞放入蒸籠裏，再置滾水鍋上，用大火蒸約十五分鐘，至雞熟後，取出候稍冷，斬切成塊。
三、斬好之雞塊，仍置蒸籠裏，雞之形狀排列在蒸籠內，再將蔥絲，薑絲分別散置雞面上。
四、在炒鍋內燒熱花生油，用湯杓澆淋到雞塊上面，再傾斜蒸籠使油流回鍋內，再行澆淋一次便可。

大自然的靈秀

珠江三角洲

書侶輯

珠江三角洲的水又是如此肥美。在河邊或者在港汊間，往往可以看見一些年輕漁民，把剛從水裡撈起來的魚兒，從魚籠裏倒在一塊翠綠芭蕉葉上，魚兒在芭蕉葉上活潑亂跳。蕉葉鮮綠，越看越叫人喜歡。

在廣東，人們熟知這珠江三角洲的河網中間有一個「小鳥天堂」。這裡有一顆巨大的榕樹，枝葉茂密水面，蔭籠十畝。千萬枝條上宿鳥千萬。在晨光曦微下，或暮色蒼茫中，鳥羣鳴出晚歸，聲鳴四野，震盪天空。每在天際剛露出一抹曙光，各種鳥雀迎着晨曦爭鳴，有的成羣地衝着曦光起飛。於是晨霧迷離中，萬籟凌空，紅翅的，金翅的，白翅的，給夜色初褪的天空刷上一層彩色。

再看，這顆榕樹長得這樣奇偉，千萬氣根落地又長成樹，哪是主幹，哪是支幹，誰也不分清。只見枝葉交叉又密，簡直成了一片無限大的樹網。上覆濃蔭，下托綠水，怪不得是小鳥趨慕的天堂。

人們喜愛珠江三角洲的特產，圓如滿月的葵扇，絲線縷縷，扇柄綴着彩綵，扇面澆有山水花鳥。人們不僅手搖着它涼風習習，却暑耐用，而且也把它當作一種藝術品來欣賞的，給生活增添了情趣。

人們也同樣喜愛珠江三角洲的另一種特產涼蓆，質地輕軟柔滑，滿綴紅黑

色十字花紋，披蓋鋪在庭院裏，涼涼，再舒服也沒有；同時，人們也不是喜愛這裏出產的提籃麼？它輕巧適手，色彩十分鮮艷，提著上街，給人增添三分精神。

這些那些特產，都是用葵梗和葵葉精巧地編織成的。珠江三角洲的葵，漫山遍野，叢叢簇簇，碧綠成林，長得比人還高。有的經過特別栽培，獲得百年的葵林。這裏的葵，給人一種鮮明的印象：剛挺潔綠。南國日暖，雨水多，天地的秀色，風雨的潤澤，似乎多集中到葵樹上來了。

廣東玫瑰，海南島香茅，都是提煉香精油的名種，但是在水暖風和的珠江三角洲，四季如春，常年花開，可以提煉香精油的花草，又何止玫瑰和香茅。

深秋時節的珠江三角洲，黃龍船花，鐵海棠以及各種叫不出名字來的花叢，却不受時令的限制，形成了五彩繽紛的花海，一陣山風吹來，清香遠播。

珠江三角洲的果園，葵林，花海，使人產生詩一般的意境，而它的平整的水田和沃野，峻拔的山嶺，也是秀色宜人。

這裏的西濠山與粵東的羅浮山齊名，羅浮山險峻，而西濠山挺秀。

珠江三角洲水濶片，山色青青。這南國的大自然，不僅給予人們魚米之情，也賜予人們山澤之趣。

痔瘡成因有多種

便秘和生育嬰兒佔最多數
聖詩君及當時人君問：
一、什麼是痔瘡？怎樣形成？
二、痔瘡的病徵是怎樣的？
三、痔瘡應怎樣治理？是否一定要施手術？香港有那家醫院可以進行割痔瘡手術？

四、大便一星期才一次，是否有礙，怎樣可以改正。
香港醫學會答：

一、多人都誤解痔瘡是一種瘡，其實所謂痔瘡並不屬瘡類，而是直腸之靜脈擴張彎曲了。主要之成因是人體姿勢多數時間是垂直，即是坐立的時間多於躺臥之時間。所以直腸靜脈內之壓力比身體其他靜脈之壓力較高。尤其是時常便秘之人，大便積壓在直腸，又大便時進氣用力，用力使直腸壓力更加高。此外經常小便困難用力向下進氣才可以用小便者，妊娠或產後期間，直腸或腹內瘤腫致腹內之壓力增加，皆可引起痔瘡形成，不過最普通原因還是便秘和生育嬰兒。

二、痔瘡的病徵最普通是大便後肛門疼痛或出血，或有肉粒在肛門處。

「未完」

訃告

先考譚來結字德業陳公府君中山台北鄉人痛於一九七四年八月廿六日因急症逝世於香港九十九有餘歲不孝行昌等遷居澳洲因商務身弗克親奔喪承蒙城崇義會慈善部料理喪事謹遵禮成服定於九月五日（星期四）下午一時假座南寧市廣福廟舉行出殯禮士下葬於休士蘭墓園 恭頌宗親戚友世誼長此訃

孤子 衍昌
媳婦 李淑群
男孫 康榮
女孫 彩輝彩娟彩兒彩兒
孫婿 二名
孫媳 二名
外孫 黃先生
外孫 高學基華基
甥女 高淑卿淑媛淑真
甥婿 廖文廣黃來亞佳
甥孫數名
外曾孫二名
同泣告

六睡房屋出賣

最近修好，高土庫，取價四萬八千元，位於 G. E. 21th Ave. 電話 8768109

宜經驗長工送餐一名

在洋樓比區，七時後電話四三七，九六六二

宜中西廚壹名

在布李華埠，「金從從」如意者電話：二八七，九五五，Coronet Call

名園大酒家 夜總會部

經已開始營業
由八月廿三日至八月卅一日
禮聘
馳名東南亞紅歌星 百代唱片公司
名歌后倍蕾小姐登台演唱
磁性歌后 何佩君小姐
陳均能先生領導大樂隊
長駐演奏中西流行名曲
敬請光臨
營業時間：下午五時起
定座電話：六八三·四七二二

亞省國家公園旅館雜貨店實業出賣

位於亞省西南部的 Waterton Lake National Park 樓宇兼架生用具，理想地點，全部堅固，去年生意十六萬八千餘元，且每年均有增加，乃屬夏季營業，由五月至九月，有暇者利潤。生意部記可備有誠意購買者，業主另有別業，僅開價十五萬元以圖急賣，欲約約參觀此價值實業，請與後列洽商。
Chief Mountain Realty Ltd., P.O. Box 114, Cowley, Alta. Phone AC 403-628-3775
Chief Mountain Realty Ltd., P.O. Box 368, Fort Macleod, Alta. Phone AC 403-234-3576

中西旅館連實業平賣

生意好，用具齊備，地處旅館冷氣機，樓上五睡房，因健康問題，有意賣此業者，來函面議可也。
Modern Cafe, Reson, Man.

宜經驗管電力車機

須識車機修領帶及女機各項工作，又宜經驗車機 Senging & Blind Hemming 及能管鎖鈕門車機，到 167 West Pender St. 洽商。

全間靚屋出租

一睡兩房，廚廁浴室，土庫另有兩房廁所洗衣房，電話八七四·〇八五三，來函面議可也。

屋主自賣

上下層房屋，交通方便，價錢相宜，願有商量。電話式五三·八八四一

工廠宜管機器工人

乙識些少英語，工資從優。電話 327-9296

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

新米上市大贈送

五十磅庄每包祇售十五元九毛

買米兩包送刀嘜花生油
三斤庄一大罐

美國利安娜米廠出品，品質超級，好煮好食，營養特別豐富。
刀嘜花生油烹調餚菜味道特別鮮美。
中國糧油有限公司 香港南順有限公司，美國利安娜米廠。
聯合大贈送

奧林比亞戲院 OLYMPIA THEATRE

2381 EAST HASTINGS (Near Nanaimo)

九月三日至七日 星期二至星期六
晚七時半隆重放映
彩色寬銀幕 傲視影壇拳擊鉅片
風從那裏來
江楓 馮海 唐家拳 安平 領銜主演
同場放映彩色寬銀幕 文藝鉅片
唐寶雲 柯俊雄 領銜主演

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。等公司全啓

餐館生意出賣

電話 736-9579 洽商。

宜送餐兩名

下午四時後面議。3280 Cambie St.