津津有味譚

紅米

陳存仁

▲紅米價值

紅糯米補血：紅糯米通常作爲煲粥之用，色澤鮮艷，對婦女產後血虛，或小產或血山崩後，均可用紅米煮粥，常期進食，極爲有益。

貧血患者常吃紅糯米，能養身補血，醫界中人常加提倡。病者進食，每多求過於供，應該有大量出產，可是農民們的意見，常不願多植紅米，說是多種紅米，能使田中肥料拔盡，以後會減少生產。所以沒有大量出產買　要的人，祇能委托米店代爲訪求，方能購到。

又媛國小曼，清雅秀麗，風華絕代，與新詩人徐志摩結婚時，證婚者爲飲冰室主人梁啓超先生，梁氏原爲志摩之師，行禮時梁氏致詞說：「此次婚禮，我希望是志摩的最後一次，也是小曼的最後一次」云云。梁氏的原意，不希望徐陸兩人，再有離婚結婚等事，姑發此激論，聽者以爲不祥，果然婚後不久，徐志摩死於飛機失事。

徐陸兩氏，作者曾於民國十七年，在上海中央大戲院，觀二人串演「玉堂春」，陸飾玉堂春，徐飾崇公道，另一只票翁瑞午飾王金龍，小曼粉墨登場，色藝雙絕，大獲好評。

自志摩死後，小曼居常抑鬱，寡居滬濱，常發胃病，白飯與麵包，均不能進食，乃改買吃紅米，便消化迅速，較合口胃。小曼病時，每吸雅片，以作急救，因而成癖。翁瑞午原習推拿，彼此時相過從，乃成密友。

筆者離滬時，已見小曼形容消瘦，無復昔日豐容靨鬢之美。別後數年，有友自上海來，道及小曼近況，說是對「紅」「黑」兩飯，均已無法維持進食，所謂新飯，即指紅米飯而言，（二六）

美國西海岸紀遊

蔣清華

一，洛杉磯

洛杉磯或譯羅安琪，廣東人簡稱爲羅省，爲美國西港岸新興都市，面積四百八十四方哩，是美國幅員最廣的都市，因市區遼濶爲全美之冠，現下人口四百多萬，除紐約和芝加哥外，爲美國第三城市，位於加利福尼亞州的西部，距太平洋約四百哩，華僑稱之爲南加省，它是美國於一八四八年從墨西哥取來的，原是印第安人的舊部落，郊區有五大衛星城市。交通四通八達，港口出入船隻，竟幾乎要超過三藩市，休斯和西雅圖，中機場到市中心區，足有十四哩。各類工廠林立，飛機製造廠，煤油廠，電視機製造廠等星羅棋布，不可屈指計數，繁榮高庶，甲於全美，其發展神速，無一城市可以比擬，遊客到此誠驚嘆不置，可說富饒迷人，而亦可說是一個變化多端的城市，因你在幾小時內，可以由海灘走到沙漠，亦可由平原走到高山的滑雪場也。

一個偉大的城市，令人深感興趣遊覽的好去處，自然很多，茲將最次遊踪所到之處，逐一介紹下來：

甲　好萊塢影城

著名的電影花都好萊塢，廣東人譯稱荷里活影城，是一個獨立的市鎮，現在也算包括入洛杉磯市區內，遊客到此而不遊電影城，眞是如入寶山空手回，無綫電城，電視片場，盡是遊興之地，美國人八大電影製片廠，集中於此，遊客可以瀏覽觀光的有環球影城，美高梅及二十世紀霍士片場；在片場內所見到的明星，儘是如花似玉，青春美麗，嬌艷迷人，不知道化裝得出神入化，還是眞的美麗標緻，片場佔地一百八十八英畝，大拍影場是三十座，有中國街城鄉，日本屋宇園林，倫敦古堡，印度宮殿，數條街道佈置，與眞實的一樣，只有前面而沒有後面而已。

在著名的「落日大道」上，雖是灯火輝煌，即其他城市的大街道一樣，商店連接，汽車奔馳，街上行人並看不見甚麼大明星猶如在中國名城蘇州看不到美女一樣的行人道上，每隔五尺鑲一銅星，星上刻上著名明星之流以作紀念。

在影城落日大道上，雖名之「中國劇場」的影戲院，乃中國宮殿式建築，連售票女郎，帶位女郎，也是穿着中國少女服式。戲院門口廣場的水泥上，印着許多著名大牌明星的脚印和手印，脚印上刻有他們的簽名，這也算好萊塢的名勝，不少遊客在戲院前瀏覽。

好萊塢著名的露天戲台，聞是落成沒有多年的建築物，利用山地斜坡作觀衆座位，可容八萬人以上，建築設計能使數百尺外後排的座位，對於遠遠的台上聲音，也能清晰聽到。

實華利山是明星們的華麗住宅區，有點像香港淺水灣高等住宅，除了幾所大別墅外。（一）

蔗糖小史

他們肚餓時便拿來充飢，像今時今日，有人拿朱古力來塡肚一樣。

稍後，埃及把小量蔗糖輸入英倫，十五世紀中葉，每磅糖仍值十五磅的，於是成爲貴族人士的食品，當時，人們視糖爲胡椒之類　限於拿來配菜的味道的。

自從哥倫布發現西印度羣島後，糖便成爲世十普遍的食品了，不過，在英國，糖仍被認、奢侈品，以每安士出售的，英　皇伊莉沙白一世最愛吃糖，在議院裡那國家大事時，她一樣一啣糖果的，甚至現在，醫生也證明，糖質的東西的確容易使牙齒腐爛的。（下）

劉惠和謝啓

敬啓者：弟日前因本殯館發生意外傷及左手，入醫院調治，在院期間，荷蒙中西親朋戚友，親臨或電話慰問，并惠賜鮮花香烟菓品等物，隆情厚義，銘感五內，今已出院回家休養，未克逐一登門拜謝，殊爲抱歉，謹登數言藉伸謝忱

并祝

列位康健

陳文炎謝啓

啓者：弟因身體不和，入醫院調治，在院期間，荷蒙　體育會　暨遠近親戚兄弟嬸姆姊妹，臨院慰問，惠贈鮮花果品等物，高誼隆情，萬分感級，茲已平安出院，遵醫囑在家休養，未能逐一踵門拜謝，抱歉殊深，謹登數言藉鳴謝悃

並祝

各位快樂　萬事勝意

新屋下層全層出賃

兩睡房，一美麗大廳，內有壁爐，鋪有地氈，廚房，厠所，壹切俱備，包電火煖氣，近乃路有四十壹街，交通便利，如意者請五時後電話三二四、二〇九二

夏威夷理髮廳

本月十二日開張

檀島風光　環境幽雅

名師巧藝　服務熱誠

鄭進良 Long John 敬啓

片打街東壹叁壹號樓上

電話：六八五　二七三五

雲東區華麗兩層式的新屋，位風景優美區域，三大睡房，廳，廚房面積特別大，三間浴室，雙車房，梗木地枱，包括電爐，大地段 45×120尺，平賣首期付五千五百元可接手充餘期，歡迎詢問

BB實業公司胡關誠 433-8558

華豐企業有限公司啓事

啓者：本公司自一九六九年年終舉行股東週年常會以來，因人事處理問題欠佳，以至一切規範尚未就緒，同時最近又因有等股東選股，餘波所及，公司組織亦受影响，全人等有見及此，乃決定召開股東特別會議。

茲經於九月三日舉行全體股東會議，由馬添民任股東會主席，重新選出董事四人，計有：馬炳林，梁潤餘，梁燮堯，黃鈞培，同時并由董事局推選出公司職員如下：（一）總裁兼總經理馬炳林。（二）理財兼副總理梁潤餘。（三）外交兼總務助理梁燮堯。（四）董事局秘書黃鈞培。承股東命，特此宣佈，前屆董事及公司職員，自過股日之日起，不生權效。此佈　幸祈各界諒察

總裁馬炳林　秘書黃鈞培

金城酒家開張啓事

啓者：華豐公司在點城者市巴街設立之金城酒家，一切裝修工作，經已完竣，爲迎合僑界要求，準於九月十日開張作初步營業，屆時敬希各界光臨指導是荷

華豐公司全人敬啓

一九七〇年九月五日

點問頓金城酒樓

Goldern City Restaurant

9718 Jasper Ave., Edmonton, Alta.

Phone 429-3605　429-3655

請注意

新張日期

九月十日

佈置豪皇雅潔

特聘名廚巧手

大宴小酌　無任歡迎

每逢星期六、日、兩天

特設茶座，

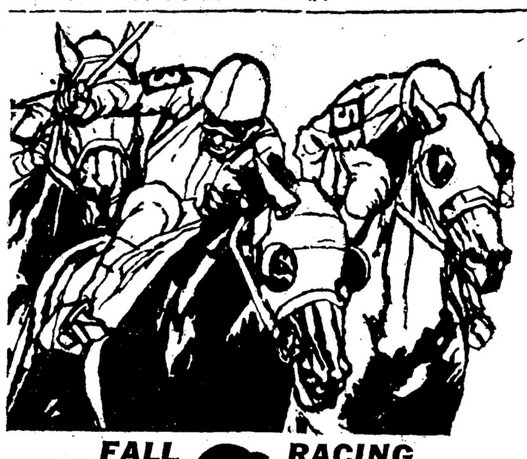
美味點心，

精製燒賣，

冠譽壹時。

宜有經驗唐番夜厨一名

電話三二五、二一一六洽商。



FALL RACING

EX PARK

參加羣衆的娛樂，賽馬季最顯著競賽，玻璃圍蔽愉適。

有大飯宅，自助飯室，小食品攤檔。

欲知詳情與定座　電話 254-1631

B.C. JOCKEY CLUB 70-L

PARADE TO THE POST MON · WED · FRI · 6:15 P.M. SAT & HOLIDAYS · 12:45 P.M.

發售花旗老身冬瓜

新到大肉頂大蒜子，非枝大肉生薑，并官請駛車一名。Jim M. Koo, 239 Keefer St. 683-7211

街角聯房平沽

聯房九組，現收租七百元，地点旺盛，位西十街一九六號，廉價沽四萬元，可充銀期，有意者請電二五四、六〇五二　龔先生　六八三　〇四七一　李先生　洽商。

家庭式飯館出賣

本廠登殯館，在緬省 Grandview 埠，交通便利，市場旺盛，生意穩堅，傢俬用具齊備，今因業主年老退休，願將生意連樓業出售，取價從廉，如有意營斯業者請來面議　或通函接洽。

Modern Cafe, Grandview, Man.

新屋樓下三睡房出租

乃街近四十一街，交通便利。電話三二一、八九七四洽商。

樓下全層出租

兩房一廳廚房浴室包電火煖氣，自己門戶，下午五時後電話四三四、三三五三

生意穩當菓舖出賣

內有住宿，合家庭經營，請於下午四時後電話 299-5001 接洽。

三睡房住宅出賣

近 Gladstone 學校，大生活廳飯宰與家庭廳及廚房，全部土庫，有娛樂室及浴室與新無異，定價圖急賣。與 Mitch Mitchell 預約參觀，日電話 434-2474 夜 433-3826

E. B. Gibbon Co. Ltd.

聯房出租

十丹梨公園區，請上午十一時後電話，六八五、六六八三

有睡房壹個出賃

3120 Knight Road 如意者電話 TR 4-7656

CAPITOL HILL LUMBER

4719 East Hastings St.,

Phone: 298-6654

代理 BENJAMIN MOORE 漆油

經營各種建築材料

大小工程　裝修改建

包工包料　免費估價

僑胞光顧　特價優待

總經理朱兆儂

Pavilion Garden [Restaurant]

翠華園高級食府

509 Main St., Vancouver 4, B.C.

電話；687-2608

鐵定八月廿七日星期四

新張開市營業

酬賓菜式

翠業展鴻圖

華麗雀開屏

園盅藏珍寶

酒客似雲來

家鄉琵琶鴨

開花迎富貴

業展發財豪

酬謝讌客群

賓主滿金錢

菜式皆華麗

營業總經理　李耀垣

壹流厨師　黃蝦　馬民

祺梁

LEONG KEE

630 ALEXANDER ST.,

VANCOUVER 4, B.C.

電話：254-1203

（承接土木大小工程）

裝修油漆，內外間格，新建高樓，改換屋頂他瓦天蓬，扶正傾斜房屋，修理水掣管批建造菜園玻璃屋地格等工程，無論豐富，價錢若實，倘胞惠顧，倒履相迎。

地址：亞力山打街六三〇　電話：二五四、三七〇六

夜間電話：式五四、壹式〇三

修理水嚨兼改裝工作

價錢克己，廿四小時應命。

電話 874-3114

雅慈油漆

裱花　紙花

電話 八七六、二六二八 及 254-1423 轉知

沙省唐餐館生意出賣

本殯館裝修僅三年半，地位適中，門邊有濠青停車場，可停二十輛車，舖租平生意好，長期批，座位可移動，七十五以上，俱外賣汽車，今因夥伴另謀異業，自感力薄難顧，故以割愛平賣之必要，倘僑胞有意營斯業者，來函即覆，面議更妙，還價可得。

Nanking Chop Suey, 112 River St, W. Moose Jaw, Sask.

中醫楊恩葵

廣東保元中醫專科學校畢業

曾任國內醫院藥堂醫席

統理男婦兒科

擅醫心腎頑病

雲埠哥林比亞街 433½

電話 685-6806

南京飯店徵聘女企枱

請向經理接洽，片打東街二四五號。

凱旋行

Victory Grocery

313 E. PENDER ST., TEL 687-2013

新到

唐山蓮粉

雪白雪耳

參茸藥材

靚厚花菇

遠年陳皮

罐頭海味

白米生油

電話購貨　還近送到

企運打七洲洋餐館

唐番餐館生意出賣

交通中心，遊客旺埠，生意非常良好，有意營斯業者，請來面議。

或電話七六二一、五〇二〇

Seven Seas Restaurant, 275 Bernard Ave., Kelowna, B. C.

LEWIS 修理水嚨

用電力機具修通阻塞去水陰溝，所有工作由合格專門人才修理，保證滿意。

電話 689-4365 日夜隨時應命。

片打街東二五一號招租

有新建二樓三樓招租，適合酒樓或寫字樓之用，如意者請到東方花舖與林時青面議。電話六八一、三四四八