特稿

「食在雲埠」談牛肉

（續）

雷華鎏

本文爲著名剖析牛肉專家雷華鎏供稿，解釋牛肉漲價原因，如何選肉及其營養甚詳，甚有價值……

紅色圖者爲較韌之肉類包括FLANK，PLATESHORT RIB，BISKET，SHANK，SHOULDER，NECK等，然後可明白應採用乾熱或濕熱之不同煮法，先解釋乾熱之煮法僅適宜於於柔軟肉類，是不需加液體的，而其他之中等及較韌肉類則要採用濕熱氣之煮法，此法需加液體及加蓋，當煮時蓋內之水蒸氣能使該肉之聯接組織軟化也。

現在爲大家介紹幾種西法基本之烹飪法。

日常所最普遍使用的是煎法FRYING，適用於所有屬柔軟類之牛排（亦稱牛扒即TENDER STEAK，）及碎牛肉餅等，應先用刀將牛排邊之肥肉約每隔一寸略爲切開便可避免牛排煎時屈曲，加少量油而用中等熱煎，若該牛排是四分之三厚有者則每面煎三至四分鐘便成中等熟，若喜鮮甜而軟生者可適量減少時間，反之若喜全熟者可適量增加時間，總之人人口味不同，試驗多幾次便能掌握準確時間而煮成適合自己口味之美味食品，柔軟類牛排，肉餅等亦可適用於焙法BROILING，即是利用電焗爐內頂上之熱綫發熱焙熟牛排。或其他肉類亦可）方法亦是先將肥肉部份略爲切開，然後將肉於焙架（BROILER RACK）約距離發熱綫之下四至五寸左右爲，合例如牛排是一寸厚者每面焙約七分鐘便成中等熟其餘或厚或薄或生或熟請適量加減，熟後才加香料調味品。

但若該等肉是屬於中等軟或較韌類之肉當不宜採以上之兩方法，而應該採用爐頂煮法（TOP OF STOVE BRAISING），此法要先用刀或叉將肉揷鬆然後放入已經加好配料之麵粉內，取出放進熱油內煎至褐色然後加菜汁或清水加蓋慢火煮該肉熟透而柔軟爲止。

還有一種戶外煮法亦爲大家採用的便是煤炭焙燒（BARBECEING）首先要弄好煤炭球爐，要候炭球燒至白色時才好用。

（十一）

（未完）

奇難雜症輯錄：

嗜食黑炭，慈母飲泣

我聽了他們的申訴之說，立刻想到這小孩子是患的虫病，因爲記起本草綱目上有一段故事，說李時珍醫治一個小孩子這孩子欣喜吃蜡燭上燒燋燭芯，每次蜡燭熄滅後，那孩子便搶着來吃，李時珍便用杜虫方法把他治愈的。

我就檢視小孩子的腹部，覺得膨脹異常。

不准他放入口中，小孩子却說我到香港見到這種東西，覺得最是適合他的胃口，說是鬆脆可口，其香無比。他母親疑心小孩有了神經病，堅決阻止他不許再吃，那知道小孩竟認眞和母親爭執，無論如何不肯放手，如是者一連吃了三天，父母兩人在相商之下，認爲這是太離奇的事，可能患了某種怪病，於是帶了小孩就診於我

（三）

△急賣△

①外賣快餐館，座位四十，西區商業中心，4401 West 10 Ave. 價錢相宜。

②五年新八組柏文及兩個舖位，近唐人街，二十四萬。馮沾：733-4736　733-0108　公司：736-3831

商業樓宇出租

位於緬街612號約三千餘呎，適合寫字樓，陳列室或會所用途，業主願意修葺以迎合所需，租金特廉，有意請電話 Nicalis & Maitland Mr. Rempel Tel: 681-4111 La Caulay

土庫出租

一房一廳廚厠雪櫃俱備，各自門口出入，交通便，合夫婦請電二五一-四四五三

卡技利餐館急賣

唐西餐外賣六十座位平租批長急讓二萬八千電話403-2530128

柏文自賣

豪華柏文，一房一廳，連飯廳及火爐，地下停車，環境優美清靜，頂樓向南，五街夾緬街，交通方便，祇賣二萬六千九，有意於晚六時後電話四三七-六七四二

全土庫平租

兩大房一廳幽靜土庫，近展覽會獨立門戶，包電火暖氣，請電話：879-6419洽

土庫出租

一房一廳廚厠俱備，有些傢俬，獨立門口，近巴士及學校，電話八七九-四七六〇

新土庫出租

一房一廳廚厠爐俱齊，有酒吧，東三街，各自門口出入，電話二五一-一零五四。

三房一廳土庫出租

東四十七街近緬街，或一廳二房廚厠浴齊。請電話：325-8678

西餐室自賣

遊客區，坐位九十餘，有酒牌，有銀則，如意者請電話：六八八-五九三五或四三五-九〇五〇

專做木欄圍牆

廉價製圍辣（FENCE）歡迎免費估價電話三弍四-一七八八

張德光

政府合法牌照

專科承裝修理裝養，一切大小商業冷暖氣，凍房及電器工程。忠誠爲僑胞服務，快捷妥當，免費估價。電話：八七三-四九二九

加拿大駕駛學校

請電434-1887岑先生或324-4135 681-1432

岑先生主辦曾任教於香港及加國十餘年經驗豐富教以致用並指導考筆試及的士牌照等歡迎補鐘及租車考牌特價全課$128九小時半$88六小時半均連考路試免費接送時間任擇

學

「每點十六元九折優待」

京士威2188號

G. M. PRINTING LTD.

精美印刷有限公司

地址喜仕定東街713號溫哥華BC省

電話：254-4442

專誠爲僑胞服務

彩色餐牌餐紙　彩色招紙商標　結婚壽辰喜帖　各式信封信紙　中西文件單據　燙金印金精美價錢相宜即工精美交貨迅速

▲精印▼

△急賣△

①外賣快餐館，座位四十，西區商業中心，4401 West 10 Ave. 價錢相宜。

②五年新八組柏文及兩個舖位，近唐人街，二十四萬。馮沾：733-4736　733-0108　公司：736-3831

商業樓宇出租

位於緬街612號約三千餘呎，適合寫字樓，陳列室或會所用途，業主願意修葺以迎合所需，租金特廉，有意請電話 Nicalis & Maitland Mr. Rempel Tel: 681-4111 La Caulay

土庫出租

一房一廳廚厠雪櫃俱備，各自門口出入，交通便，合夫婦請電二五一-四四五三

卡技利餐館急賣

唐西餐外賣六十座位平租批長急讓二萬八千電話403-2530128

▲精印▼

鳳城酒家

PHOENIX RESTAURANT Tel 684-7488-9
155 E. PENDER VANCOUVER B.C.

喜酌壽筵
粥粉飯麵
巧手雲吞
油器鹵味
小菜海鮮

營業時間：上午十時至深夜三時（七天公休）

加華廣告設計部 六九〇八〇五

經營生財良機

什貨店，車油站，生菓攤，餐館汽車汽油，壹畝商業地，約弍千二百方尺，樓宇及全土庫，另生菓冰房，六千加侖與二千加侖貯汽車油箱，商號每年生意十七萬元至七八年四月止，今年生意可能超過二十萬元，餐館內部座位四十，兼有大店外花園，位於：Grand Forks BC取價十八萬五千元，包括保證有存貨值一萬五千元。電話581-8476

菓仔舖生意出讓

近華埠有批，每日生意約弍百元開價四千五百，另點貨。電話：六八三-三六五五

水電暖氣工程

專門按裝修理水喉電火暖氣工程價錢相宜電話298-8924或254-9990

水喉煤氣工程

電話437-0173鏢記

Plumbing Heating Gasfitting

政府牌照免費估價如有惠顧估價工程同時要修理水喉熱水甑或暖爐等可得七折人工優待

李偉運輸公司

專運送傢俬理香港移民出入口行包裹，并家具什物搬運，有大棧房代客存貯。晚間電話：二五四-三〇六二

宏海裝修

舖屋，土庫露台車房建造裝修。內外油漆，專業補漏精工換瓦面免費估價電話二九一-九八六一

黃漢事務所

改換電話號碼啓事

本所電話號碼由一九七七年九月一日起改用六八一-四三八八。地址：喜士走東街三二二號敬告各新知舊友，光臨指教。

專理會計事務

填報入息稅

Wong Horne Agencies 322 E. Hastings St, Vancouver. Tel. 681-4388

工程

電爐

冷氣

暖氣

冷氣

凍房

順發

雪櫃

修理按裝肉食，牛奶，菜蔬櫃等。

日夜服務電話　英語251-2555

免費估價　華語 254-9250 張太　253-5685朱先生

菓仔舖生意出讓

近華埠有批，每日生意約弍百元開價四千五百，另點貨。電話：六八三-三六五五

經營生財良機

什貨店，車油站，生菓攤，餐館汽車汽油，壹畝商業地，約弍千二百方尺，樓宇及全土庫，另生菓冰房，六千加侖與二千加侖貯汽車油箱，商號每年生意十七萬元至七八年四月止，今年生意可能超過二十萬元，餐館內部座位四十，兼有大店外花園，位於：Grand Forks BC取價十八萬五千元，包括保證有存貨值一萬五千元。電話581-8476

卡打通用汽車行

CARTER GM

售下列汽車及貨車

PONTIAC　本地克
BUICK　表克
CADILLAC　卡地勒
G.M.C.　貨車

大宗新客車及貨車，是全埠

最平價的車行

Joe Chiao

華人代表：喬建勇

說國語及粵語

4550 Lougheed Hwy Burnaby

Phone: 291-2266

麥黃建築工程公司

Macginess & Wong Construction & Contractor

電話（日）685-6814

夜間電話：266 9583 或：261 7801

土木工程　商業樓宇　建造新屋　翻新舊屋　土庫間格　陽台車房　大小工程　保包一年　免費估價

Jordans　黃英祺

Canada's Carpet Specialists Thomas Y. K. Wong

本公司經營滿舖地毡五十多年經驗豐富，種類繁多，價錢公道，僑胞光臨特別優待免費報價，代客設計，保證服務滿意。請光臨或賜電指示。

1820 East Hastings Street Vancouver, B.C. V5L 1T2　Phone 255-7791　Res. 980-0152

香港

左筆權

由香港初到溫哥華

精批命理，標準論相，龜卜易封，天星擇日，精研陰陽風水定向。新知舊雨，請駕移玉寓：溫哥華唐人區緬街六一一號

文華商業大廈二樓候教

永興裝修公司

油漆做木，房屋間格水喉廁所，露台車房電器電爐，冷器雪櫃大小工程，無任歡迎

平·靚·快·

電話：八七四-八四六三

AL'S玻璃及鋁質產品

緬街7209號電話324-4824

玻璃窗門　露台門口　隔冷保暖門窗改裝　紗窗度裝　一切修理到府服務　免費估價

業主交換一廳房樓

年半風景美麗式連新雪櫃電爐地毡車房，想與舊屋交換本人付差價310-1515 E5街電話：254-7507

徵求企樓數名

亞省埠仔，薪優，供食宿。有意者請電話（403）523-3928方洽。

套房出租

有雪櫃廚爐，包水電，交通便利 1042 11th Ave 876-7937

乃磨埠靚屋自賣

二睡房，位市中心，地闊，石屎地基，堅固美觀，只賣一萬九千五百元。電話254-6319或294-0067

餐館出讓

位北溫哥華繁盛購物商場中式餐館全新裝修餐房85位有酒牌連四架送餐車有意電話九八四-九一四七賴或李洽

商業樓住屋入息屋

華埠旺舖四間，地大75×120近戲院，銀行，每月收租式千餘元，來往客多，合各行大小生意，物業本身增值大，可供銀則平售近華埠華麗住屋，50呎闊，三年新，正層三睡房，土庫完成四睡房，三副水厠，滿鋪地毡，孖車房，交通便，潔淨舒適，平售。近南菲莎街，正層兩睡房，土庫兩睡房，兩副浴厠，內外雅潔，售五萬二千九。

平售市中心街角地99×108近華埠，可建住宅屋三間或孖屋三間或柏文廿組，要價十三萬，抵買西比夾十八街，堅固大屋，三層高，三副水厠，合大家庭，有得住有租收，業主急售，要價六萬九千九，有價講。

請與馮本鐸接洽 224-5033

百利實業公司685-2123

何桐攝影院

Ho Tung Studio

19 E. Pender St., Van B.C.

681-5848　879-5506

新型彩色黑房　放大八折優待

結婚喜照奉送大相

特價九折菲林冲晒

影相射印每張25仙

護照快相即影即有

平靚又快歡迎惠顧

一日起貨

昌記裝修油漆公司

承接坭水木工傢私等各大小工程思誠爲僑胞服務工作快捷妥當。

電話：二五四-七五〇三　六八七-四〇九四

東方雪櫃冷氣公司

New Way Refrigeration

專科上門修理家庭商業雪櫃

設計按裝大小商業凍房冷氣

日夜服務收費從廉

電話：英語 251-2301　政府牌照　華語 255-4821 馬文紹

喜萬年酒樓

KING'S GARDEN RESTAURANT

CANTONESE DIM SUM & DISHES

重金禮聘香港名厨主理厨政

歡迎預定酒席

逢星期二休息

增加營業時間6月11日起

星期五、六晚飯五時至凌晨三時

星期一至四及星期日晚飯五時至十二時

茶市上午十時至三時

溫哥華奇化街二三八號 238 Keefer St. Van. B.C.

Telephone: 669-4132

正宗粵菜早午茶市

喜慶讌會

中和行公司

Chung Wo Hong Co.,

Telephone 685-9612

368 Powell St., Vancouver B.C.

總代理飛枝特產頂靚海參片

又有運到

有經驗接搬運工作

如下次搬遷請叫 Excel Moving 六時後 電話：733-8887

修裝怡職

電話：二五四-八九六七

承接裝修做木油漆土庫間格房屋改建晒台車房免費估價

中國糧油有限公司

239 E. HASTINGS ST. VANCOUVER, B.C.　電話：687-4204

夏季大減價十天　美國上等靚絲苗特平 $9.50

美國粟米油八磅庄 $4.50　金牌即食麵卅包庄 $3.50

華強公司

Kenward Co.

431 COLUMBIA STREET, VANCOUVER, B.C.

四三一號哥倫比亞街

電話：684-8821

經售及修理名廠傳真機，收音機及各種電器，承接大小工程，服務妥當，價格克己，保證滿意。

唐笙美術廣告公司

大字招牌，舖面廣告。塑膠燈箱，招牌翻新。車身告白，地面廣告。雙喜壽字，室內燈箱。菜牌、餐紙印刷設計。餐室、酒樓壁畫設計。

電話：253-2519

1750 Venables St. Van B.C.

進步鞋業專家

Progressive Shoe Service

3353 Cambie St. at 17 Ave.

電話：874·1934

愛祖國用國貨

新辦到祖國精品皮鞋，尺碼由五至十二號，各欵各式，批發零售特平。特函敬致外埠親友由唐人街搭十五號巴士來到門口

禮物店出賣

位於雲市煤油鎭，東主因回港割讓，連貨九千元，年做四萬元以上，有意者請來電與王先生接洽。電話六八七·八二三八。