生魚煲湯比燉好

◀鼎羅▶

生魚煲湯，於香港人來說，曾經有過風華正茂的一個年代，配以西洋菜、豬睜，為各式湯水中的上品。每隔十天八日便煲一次，從來就未聽過有人喝過說是不好的。

近年來，煲湯，已越來越少，加上不少人對豬肉有點敬而遠之，「煲豬肉湯」更可能快要或為歷史陳跡了，如今在外邊吃晚飯，都甚少見有例湯，原因是例湯用豬肉煲的多，不易想得出什麼花樣來，所以只好不煲。反而代之而興的，却有「燉生魚」出現，也相當受歡迎。

「燉生魚」，以前也有，但只用於為產婦或者是做過手術的人而做，因為世俗相傳，吃生魚湯有促使「生肌」，「加快埋口」的功能，連醫生也這樣說。但「燉生魚」多是清燉，不會有用菜一齊燉，這在以湯來說，應是有菜的好，在家吃，我主張煲的好。

先天後天

◀李玉萍▶

美容貼士

（續）小女孩一天天長大，朋友就很注意她的營養、腸胃、消化、皮膚及牙齒的生長等生理情況。

在冬天時，不讓女兒皮膚乾燥，夏天游水前搽太陽油，也不在烈日當空時游水，這小女孩也很特別，曬不黑的。當時只是滿面通紅，過幾天又回復以往的白嫩。

幾歲時我們已認這小女孩將來一定是個小美人。現在這小孩已長成亭亭玉立的少女了，皮膚滑如凝脂，加上嬌羞的少女神韻，大方有禮的態度，我們幾位阿姨都在笑道，你的母親是在「製造」香港小姐呢！

從朋友女兒的例子看到，在母胎時注意均衡營養，為下一代的先天打下基礎，加上後天的適當護理及教育，人類就一代比一代聰慧、標青了。

釣餌

▲子青

如果想釣魚，有工具，但沒有釣餌怎辦呢？辦法是有的。這天我執拾了釣具，乘拙荊回娘家之便，就在村前海旁釣魚去也。

雅趣閒情

雷暴，但大清早並未下雨，估道可以釣魚的。怎料出門之時天已降雨，雖然是路過售賣釣餌的店舖，也省回了買餌的錢。

但到了大埔船灣之後，午雨還晴，況且正值潮退，正合下釣的時機也，又怎能錯過了。

於是沿着潮間帶來找釣餌，翻動石塊，沒有找到小蝦。小蟹就很多，我挑了些似小指甲殼大的，和肉來用……殼略圓的小螺打碎，取得螺腸臟就可應用，小蟹更方便，殼稍軟，整隻套在鈎上就可以了。近三指殼大的黃脚鱲也上鈎，效果不錯吧。

買二手車之前

車主陳

名貴護膚品幫助妳擁有青春常駐的容顏，但若果不能花上這筆挽留青春的額外開支，不用苦惱，紐約醫院一名皮膚專家為妳提供一些日用護膚法，這些方法，均可以利用廚房中不少用品來達到護膚功效。

△衰老皮膚，可以用含油性重的面視洗臉，然後用白醋開水洗臉，這樣能刺激皮膚的分泌保持平衡。

△臉部出現腫脹和呆滯，可用濃茶包來敷在出現上述現象的部位。

△沒有其他更佳方法，像用清水浸浴一樣能令皮膚看來光潔和見清潔功效。

△切勿在出現熱疹的部位使用爽身粉或非醫生指定的粉末，因為這些粉末會令熱疹滋生細菌。

△油性皮膚，可用檸檬汁加在洗臉水中清洗臉部。

△枯燥皮膚，用一個檸檬榨汁，加一隻蛋白和燕麥拌勻，每天敷臉一次，能令皮膚回復朝氣。

△乾燥皮膚，用沙律醬（mayonnaise）敷臉，然後把殘迹清洗掉。

△出席宴會前，希望皮膚立即生煥發之效，可以把一個青瓜切成一片片，敷在臉上眼皮上五分鐘，然後用清水洗臉。

△臉上生丘疹，可把小段蘆薈槌爛作洗臉藥膏。

△把同等份量的蜜糖和雞蛋白調勻敷臉，是最好的一種天然面膜。

△每天飲一大杯菜汁清洗腸胃，同時會給皮膚帶來神奇的清潔作用。

△乾燥皮膚的最佳菜槌爛，加兩茶匙mayonnaise沙律醬、一茶匙奶油拌勻即成。

切忌急性子，特別要知己知彼，才能百戰百勝。做車主之前，必須有心理準備，首先要熟悉汽車的牌子、型號、那些年分有那些特點，這個時候，一本本的汽車刊物自然是最佳的資料來源了。

有了基本的汽車知識之後，下一步便是與早已成為「養車階級」的朋友交流交流，請教他們養車的心得，什麼顏色比較流行，什麼車款比較容易打理，什麼車款最容易有故障等等。別小覷這些資料，用家的眼睛是雪亮的，他們的意見，每每來得客觀和直接，更不會和汽車廣告拉上關係，多多聽取，受用無窮。

接着，便是買車了。記住，買二手車特別要留意：一、報章小廣告僅供參考，二、只適宜接受朋友介紹，三、看車時要多和朋友商量，四、決定購買時，要在短時間內成交取車。坊間的二手車行多得很，經營手法良莠不齊，下一期再向大家介紹常見的不良賣車手法。

養車階級

做了這麼多年的「車主」，又有大廠保養，何樂而不為。」對方隨即舉出一大堆的反駁理由，什麼「新牌仔啦」，「有固定車位啦」，「淨係用嘥搽熱隻手啦」等等。

如果非要考慮二手車不可，我認為必須先權衡自己的要求：一，付得起多少錢？二，想要什麼類型的車子？三，作什麼用途？

確定了要求之後，然後才可以對症下藥，慢慢物色理想的座駕。我先前說過，買二手車猶如追女仔，萬萬不能急就章，嗎非買二手車不可呢？何不考慮全新的汽車，既無後顧之憂，

雲石

▲雷聖大

少雨集

雲石是天地間所出之妙物。自小已對雲石懷有無邊無際的遐想，看著家中古老酸枝家具鑲的雲石，有着看雲的感覺。那些灰、白、黑甚至一抹硃紅都令幼小的心靈如起飛般飄入雲端。有時又想，雲石內的形狀奇異，是否有人或物被困其中？還聽說過，雲石在晴雨的不同天氣有不同的變化。我曾相信，至今仍相信——除了那些用電鍍造成的大規模生產的人造雲石之外。

今天，雲石的用途真廣，以香港一地而言，新酒店不用說都採用雲石。雲石成流行設計師無論室內或外牆也愛用雲石作裝飾。

裝修用雲石作裝飾。

連手表也用上雲石，可見雲石的廣泛被接受。但我仍懷念那些兒時對雲石冰冷如陰間，神秘如天地的感覺！

了最普遍的裝飾建築材料。酒店也紛紛

本報廣告效力宏大

清貨大減價
有 SEARS 存貨出售•各類商店裝置陳列箱•絡質及玻璃陳列•旋轉、圓型、組合衣架•等等•
256 E.2ND AVE,•頂樓•英語電：874•1371或437•7491

環球旅行社
WANKOW TRAVEL (Since 1954年創辦)
258 East Pender St., Vancouver, B.C. Canada
加拿大溫哥華片打東街258號 電話：(604) 684-2341

中國遊全程廿一天 $2,999
暢遊：香港②廣州②桂林②杭州②上海②蘇州①無錫①南京②北京④廣州①
出發日期：八七年5月31日、7月5日、8月2日、9月13日、10月11日、11月8日
＊保證有專人領隊由溫哥華陪同出發＊現金保證酒店＊每日三餐膳食＊有晚餐聚會＊機票有效期一年

三峽遊全程廿二天 $3,399
暢遊：香港②廣州②石林①昆明①西安②成都②大足②重慶②三峽④武漢①廣州①
出發日期：八七年9月6日
＊保證有專人領隊由溫哥華陪同出發＊現金保證酒店＊每日三餐膳食＊有晚餐聚會＊機票有效期一年

回港曼谷芭堤雅遊七天 $1,499
暢遊：曼谷市區，金佛寺，雲石寺，卧佛寺，大皇宮，水上市場，鄭皇廟，四面佛，鱷魚潭，芭堤雅海灘，人妖，珊瑚島，觀賞泰國舞。
出發日期：八七年10月17日、11月21日、12月19日
八八年2月6日、3月12日、4月23日

回港韓國台灣遊九天 $1,288
暢遊：韓國之漢城市內名勝，台灣之台北，野柳，台中，日月潭，高雄，澄清湖，佛光山，八卦山及新竹縣之小人國（全中國之縮影）。
出發日期：八七年5月23日、6月27日、7月25日
8月15日、9月5日、10月3日
10月31日、11月28日、12月19日

回港日本台灣遊十天 $1,588
暢遊：日本之東京，富士五湖地區，富士山，大石寺，箱根，平和公園，大涌谷，台灣之台北，野柳，台中，日月潭，高雄，澄清湖，佛光山，八卦山及新竹縣全中國縮影之小人國
出發日期：八七年5月28日、6月16日、7月19日
8月13日、9月10日、10月6日
11月12日、12月10日

廸士尼樂園航空團七天 $525・$633
暢遊：三藩市區，李糯，拉斯維加斯，環球片場，羅省市區，駱氏菓園遊樂場，廸士尼樂園，北歐風味之蘇雲，三藩市之海陸動物世界
出發日期：逢星期日（六月廿一至八月卅日）

美加兩地巴士旅行團
廸士尼樂園、三藩市十日遊 $429—$579
暢遊：李糯，拉斯維加斯，羅省，環球片場，廸士尼樂園，聖地牙哥海洋公園，蘇雲，三藩市
出發日期：逢星期日（6月28日至9月13日止）
加拿大西部及愛明頓六日遊 $319・$399
暢遊：內陸地區，班芙，哥倫比亞冰河，路易斯湖，卡技利，世界最大之愛明頓室內購物中心
出發日期：逢星期六（6月6日至9月12日止）
域多利 一日遊$60－逢星期四、日
西雅圖 一日遊$37－逢星期三、六
溫哥華 一日遊$38－逢星期二、四

明德託兒所
（特設託兒補助金）
可申請政府免費或津貼及接受本所補助。負責接送幼稚園兒童
所址 530 Heatley Ave. Van.
715 Victoria Dr. Van.
報名電話：二五五－四二五一

周愛權 周慶偉 視光博士
驗眼配鏡專家
精配隱形眼鏡
JACK K. CHOW O.D.
RAYMOND S. CHOW O.D.
OPTOMETRIST
TEL: 685-8231
518 MAIN ST. VAN, B.C.

Harry James Agencies Ltd.
Insurance and Real Estate
606 Main St., 684-1377
代理 汽車保險・房屋樓宇商業等各項燕梳
公平妥當 專人指導 歡迎垂詢

英華旅行社
GALAXY TRAVEL AGENCY LTD.
喬遷啓事
於五月二十七日遷往
101—329 Main St. Van. B.C. V6A 2S9
電話：669-6412, 681-3816
如有查詢，請移玉步於上址。
◈漢城、台灣、香港九日遊 $1288起
◈東京、台灣、香港遊 $1499起
◈香港、星馬泰十一日遊 $1888起
◈香港機票來回，六晚酒店，早餐，接送，觀光 $1349起
◈中國十六日遊 $2650起
◈廸士尼、三藩市、賭城 飛機團 $663起 巴士團 $575起
◈美國黃石公園西部遊 $699起
◈美加東岸遊 $1299起
◈美國西北岸三日遊 $199起
◈B.C.內陸三日遊 $199起
◈加拿大西岸Banff遊 $399起
◈Edmonton Mall三日遊 $199起
◈一日遊：大溫哥華。域多利。西雅圖。
代售特價機票來回：香港、台灣、星、馬、泰及國內各大航空公司之廉價機票。
歡迎查詢
代售旅行保險 代辦旅遊証件

安捷旅行社
EMPRESS TRAVEL
Suite 1-10 E. Pender St., Vancouver, B.C.
Tel: (604) 688 7886（中華文化中心新廈二樓）
安全快捷，服務第一
代辦一切旅遊業務，酒店，簽證，豪華或廉價機票，代理中國及世界各地旅遊觀光團。
來回香港及溫哥華機票，價錢特平。
假期回港，請早定座，歡迎駕臨
電話：六八八—七八八六

何桐攝影院 HO TUNG STUDIO
19 E. Pender St., 中華文化中心對面
電話：(604)688-2933, 681-5848.
樓上影院，特設各類佈景拍攝結婚、家庭、學生、藝術人像貨辦、廣告等相・別俱風格，新款婚紗免費借用，專家化裝又平又靚・
三人以上 入籍相（黑白）4張7・20 護照相（彩色）4張8・80
護照快相，即影即有
（逢星期三休息）
主理人 何桐 英國皇家攝影學會會士 B.C.省國際沙龍評判員 曾榮獲B.C.省冠軍獎・

快意旅遊公司 溫哥華華埠片打東街125號 (604)669・4165
溫哥華～香港來回 $1070.
包三晚酒店住宿（雙人房）包機場接送・天天出發・
溫哥華～香港 特價$865
＊代訂香港中國旅行社各類長短線旅行團。
歐洲華人精選團 歐洲九天精選團（暢遊五國七大城市）$1050（機票另計）
歐洲十六天優惠團（暢遊九國十九大城市）$1999（機票另計）
以上兩團每月均有團出發，華人領隊。
夏威夷～香港 探親超值遊$1118.
暢遊：市內觀光、珍珠港、巴里大風坳、漁人碼頭、菠蘿廠、鑽石頭山、波里亞文化中心及乘坐玻璃底船作海上暢遊
（包一年期有效機票，夏威夷觀光及膳宿，華人領隊）
出發日期：每月有團出發・
溫哥華～香港來回 $1050.
可免費停留三藩市，夏威夷，日本，韓國，及台北
✦溫哥華～倫敦～香港～溫哥華來回$1728

由溫哥華出發專業華人領隊旅行團
日本之旅 $1,388（特價）連香港來回機票
出發日期：6月27日，7月6日（加班）
7月18日、10月4日、11月1日、12月13日、
行程：東京、新宿、鐵塔、皇宮電力科學館、珍珠養殖場、銀座、富士山、箱根、平和公園、大涌谷、五合目、山中湖。
中國之旅 暑期渡假，必然擠擁 請早定位，以免向隅
①長江三峽遊（包括大小三峽）十九天$2,888
行程：廣州、成都、昆明、重慶、宜昌、武漢
②中國名勝遊 十七天$2,688
（六月廿七出發餘額有限）
行程：廣州、北京、南京、上海、杭州、桂林
③古都華東遊 二十二天$2,988
行程：廣州、北京、西安、南京、上海、蘇州、杭州、桂林。
機票部：電腦訂位，直接出票，方便快捷。
溫哥華片打東街八十八號二樓 電話：604-685-9366
開心旅遊 HAPPY TIMES TRAVEL

安亞旅行社 EXECUTIVE TRAVEL Pan-Pacific Travel
總行：片打西街1050號1670室
華埠分行：片打東街127號商場3室
電話688—2311
①東京台灣團（包一年期來回香港機票）$1599起
暢遊東京一淺草。皇宮。富士山。大石寺。音止瀑布
台灣一台北。陽明山。日月潭。高雄
出發日期：（六月卅日）
②香港。澳門。中山。佛山。廣州遊 $1288
（全程七天。包括來回機票。酒店住宿。三餐膳食。遊覽等）
六月廿日。七月四日
③香港購物渡假遊（全程八天）$1160起
包括來回機票。六晚酒店住宿（雙人房計。港島半日遊機場接送）
出發日期：逢週六出發
④香港廣東遊（全程十一天）
暢遊：香港。深圳。廣州。佛山。開平。新會。台山。恩平。
出發日期：七月十一日。九月廿六日
四十五天前付款 特價$1538
⑤中國逍遙遊（全程十九天）
暢遊香港。廣州。桂林。杭州。上海。蘇州。北京
出發日期：六月六日。七月四日
★代理香港中國旅行社華僑旅行團。以港幣價計算。天天有團出發。
榮獲中國領事館指定代辦簽証
★代理國泰。日航。加航。大韓。聯合。西北各大航空公司機票前往東南亞各地。

達勝旅運中心 IATA
TECH TRAVEL SERVICE LTD.
536 MAIN ST.（植爽奇化街）VANCOUVER B.C. V6A 2T9
電話：(604)685-5263
＊代理各大航空公司機票往世界各地。
美加內陸特價票，港、台、星馬團體票，歐陸包機等
＊代訂各地旅行團，如賭城，夏威夷迪士尼樂園等 PACKAGE TOUR
＊無論移民探親，假期消遣，商務，旅遊，專人為您悉心妥當安排。
營業時間：週一至週五：早上九時至五時半・週六：早上十時至二時・