冷天談吃

▲梁玳寧

十分怕冷，因為覺得冷是一種很不舒服的感覺。手腳僵硬，執筆不靈活，寫稿沒心情恨不得可以躲在被窩裏不用起床。但寒流之中未嘗沒有樂趣。

寒天中的炒栗子最是美味。把它捧在手中，一陣暖熱傳送出來，勝於捧着熱水袋，因為熱水袋或多或少散發膠臭，而栗子則散發甜香。暖手之後，還可以作裹腹用。

寒天中的火鍋最有食趣。白灼蝦、肥牛肉、花蟹件、脆肉鯇、大肥蠔……，圍着爐暖烘烘，熱的不僅是爐火，還有欣賞美食的熱情。

龍蝦連殼斬件做火鍋料，吃後將灼過龍蝦與青菜的湯汁泡麵或粉絲，鮮美絕倫。但只能用清水鍋，若用上湯為料，那鮮美卻會大打折扣。火鍋的蘸料，日本綠芥辣與拌了芫茜碎、辣油和芝麻的醬油，都是上上之選。有了這些「綠葉」，「牡丹」更是出色。

饞嘴之人是幸福的，縱有任何不快，遇上美食，心情立刻就會變好。

七姐手記

- 徐小翹
- 劉美梅
- 梁玳寧
- 楊芷卿
- 朱丹
- 馮慧文
- 薛狄嘉

儲藏不法 糟蹋名茶

新茶色澤翠綠鮮潤，清香鮮濃，冲泡後茶湯清澈，滋味濃醇爽口。新茶上市後，不少人都喜歡多購買一些新茶，然後再慢慢品嘗。可是購買的茶葉不會很快都用完，需要保存較長的一段時間。如果存放不當，新茶往往很快就會變成陳茶，嚴重時還會發生霉變。

這是由於茶葉中存在很多親水性的成分，如糖類、多酚類、蛋白質、果膠等物質。同時，茶葉又具有多孔性的組織結構，這就決定了茶葉有很強的吸濕性。當茶葉的含水量達到百分之八點八時（正常情況下茶葉的含水量約百分之六左右）就開始發霉。含水量大於百分之十二時，最適宜霉菌生長。在溫度為攝氏二十二至二十四度、相對濕度為百分之九十的環境下，茶葉只要放置三天，就會出現霉班。

茶葉中還含有相當數量的茶多酚、茶單寧。當茶葉長期與空氣接觸或經過日晒後，新茶就會「陳化」，陳化是茶葉成分發生變化的一種綜合現象，其主要原因是氧化作用。

首先是由於多酚類物質發生較大的變化，使其中的一些水溶性成分氧化為不溶性綜合物質，從而造成湯色渾暗，滋味淡薄。

芳香物質也因氧化而失去其芳香性，使茶葉的香氣減低。脂類物質發生水解，會產生游離脂肪酸，再經氧化並分解，便會形成一種「陳味」。因此，要防止茶葉霉變或出現陳味的主要辦法，就是妥善地保存好茶葉。

茶葉的保存，對茶廠或茶葉商店等保存數量較大的單位來說，可將茶葉存放在特製的大鐵桶內，桶蓋要求合縫嚴密，庫房要求乾燥。一般的家庭保存少量茶葉的方法比較多。

例如，可將茶葉放在乾燥的保溫瓶內，也可放在玻璃瓶、茶葉盒或塑料袋等容器裏。

如果將茶葉放在茶葉盒中保存，最好採用雙層鐵蓋茶葉盒，而且盒內的茶葉不宜裝得太滿，應留出一些地位來放置一兩小包乾燥劑（硅膠或生石灰），然後蓋緊鐵蓋。

用玻璃瓶來保放茶葉時，宜採用深色玻璃瓶，放入茶葉，乾燥劑並蓋緊蓋子後，再用石蠟封口，然後存放在陰涼避光地方。

倘若利用塑料袋來保存茶葉，應採用兩層塑料袋。盛放前先用乾淨的紙將茶葉包好，再裝入塑料袋內，這樣可以防止茶葉直接與塑料袋接觸，以免刺破袋壁而漏氣。另取一隻稍大一些的塑料袋，袋內先裝幾包乾燥劑，然後將紮緊袋口的茶葉袋裝入，再紮緊外袋口放陰涼處。

另外，還應將經常飲用的茶葉與長期存放的茶葉分開盛裝，長期存放的茶葉不要隨便揭蓋解口。如此保存，一兩年內仍然鮮如新茶，色、香、味都不會發生很大的變化。

還可將新茶裝入茶葉盒內存放在冰箱內。據試驗，在攝氏零至五度的溫度下，茶葉能保持原有的色澤和湯色，並仍有新葉香味。

汪英

◀紅與黑的配襯，非常突出。

常春藤

髮型意念

髮型輔助品

▲笑美

已踏入冬季多時，你轉換了新的髮型沒有，在轉換髮型之前，不妨考慮一些髮型輔助品以增加髮型特式，也可同時有較多的髮型變化。

髮型軟膏（Mousse）：可以令過度鬈縮或電得過鬈的頭髮，暫時平伏，不至太蓬鬆。凡是用手掌抓乾富零亂感髮型，需有髮型軟膏才能保持髮型持久。

啫喱膏（GEL）：不單能使髮型有「濕」和「零碎」感，也有助於在極短的時間內由日裝轉為晚裝髮型，就是把頭髮全攏向後梳成髻或一些波紋的啫喱膏也可以加在已吹軟後的短髮型的髮尾上，令髮型的層次更明顯，或者用在留海部分的頭髮增加質感。

噴髮膠：近年又再興起噴髮膠。可用在濕或乾頭髮上，作用都是增加頭髮的硬度，和使髮根部份更有彈力。

海棉捲髮條：有不同長度的髮捲，無論長短頭髮都可以找到適合的使用，絕對不需要頭夾，很容易就能學會自己捲髮。而且即使捲着髮睡覺，也不會覺得不舒服，而且鬈度也比較自然。

節食熱綫

美國人視唸弗為人生一大要務，他們設有很多方法防止致胖，他們甚至還有一條免費熱綫電話，讓那些「忍唔住口」的人致電垂詢節食方法。這條熱綫是由佛羅里達州一間工業學院所提供的。□

室內設計意念

自由組合

許凱煒

自行組合式家具，就如同模型及積木，只要運用你的心思去堆砌拼合，便可製成一件簡單、輕巧又實用的家具。

多功能性的組合家具，質材方面已趨多元化，包括金屬、原木、化學纖維及塑膠等，形款新穎又實用，值得推介。

圖中以原木件組合的櫥架，利用螺絲釘將木製的零件或部件組裝而成，有以床側裝一吧式架，既儲物，又作間隔，不是很實用嗎？

女人耳目

外貌

▲韋之楓

男人看女人，有曰「情人眼裏出西施」；女人看男人，其實也不乏「情人眼裏出潘安」。不管是男看女抑或女看男，只要彼此有了感情，外貌的美與醜，不外乎是觀點與角度，各花入各眼而已。

因此阿環青春少艾，又屬於人見人愛的靚女，却偏偏揀上一個比她大十多二十年，兼且其貌不揚（甚至可以說是醜陋）的男人。這男人又不見得是大富之人，阿環並非是貪慕虛榮，但欣賞這個男人，連他的貌醜也視之為安全感，外人果真是無法理解。

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

余景煇會計師
填報入息稅
會計，核數，稅務，商業，
產業管理及諮商。
地址：雲哥華片打東街二百
號二〇二室（緬街夾片打街）
辦公時間：
星期一至五上午十時至下午
五時半星期六十二時至四時
電話：669・4406

註冊
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：
715 Victoria Dr Van.
報名電話：二五五・四二五一

Pharlap Financial Services Inc.
301-2245 WEST BROADWAY,
VAN.B.C.V6K 2E4
JENNY HOANG 黃澤玉
商業及人壽保險・
傷殘及牙醫保健計劃・
互惠基金・
實業投資・
稅務及退稅計劃・
註冊退休儲蓄計劃及退
休金計劃・
電話：737・0340

强華公司
KENWARD CO.
1685 E. 60TH.VAN. B.C.
V5P 2H5 TEL: 325-0909
修理各種電器，
煤氣水喉，
承接大小工程，
服務妥當・
價格克己
保證滿意

華僑金行
WAH KIU
本行增設鐘錶部
・代理名廠鐘錶 ・精工修理
專・黃白金飾・鑽石玉器・紅藍寶石
營・結婚金牌・賀壽金座・專人主理
・名師設計・款式新顥・價錢特平
正價收買金銀首飾鑽石玉器
WAH KIU JEWELLERS LTD.
504 MAIN STREET 華埠VANCOUVER. 電話669-3247

新新
珠寶金行
溫哥華緬街547號
TEL:(604)683-1920
SUN SUN JEWELLERY & ART CO.LTD.
547 MAIN STREET VANCOUVER B.C.
珠寶翠鑽 鑑定估價
千足黃金 純正白金
各國金幣 歡迎選購

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・

世運分銷公司
OLYMPIC DISTRIBUTORS
4091 McCONNELL CRT. BURNABY,B.C.
TEL:(604)420-8022
本號統辦
唐山雜貨
豉油醬料
時菜鮮菓
外埠訂購
快捷妥當
零沽批發
一律歡迎
Kam Yen Jan
CHINESE SAUSAGE
金然棧
臘味廠
美加風行
風味特佳
肉質鮮美
皮衣薄脆
材料純正
不含味精
送禮名貴
自用實惠

元昌肉食公司
DOLLAR MEAT STORE LTD.
266 EAST PENDER STREET VANCOUVER B.C.
PHONE: 681-1052 七天營業
馳名琵琶鴨
掛爐鴨
脆皮大乳鴿
爽嫩白切鷄
美味桂花腸
鮮明肉類
承接金豬
探親攜帶手信
本公司自置
設備一流新工場
特製白油腸及特
瘦白油腸，鮮鴨
干腸，油王臘鷄
鮮蝦肉腸，臘梅
肉，臘鴨餅。
送禮自奉佳品
大特價酬賓
特製風乾
特瘦白油腸
鴨肝腸
450g（大包裝）每包$3.70
375g（細包裝）每包$3.10
本埠各零售商同價發售
歡迎僑胞駕臨選購

正大參茸藥行
YCY Prosperity Holdings Ltd.
548 Main St., Vancouver, B.C., V6A 2T9, Tel. 685-3778
藥材補品 成藥雜貨 健康食品多種
冬節及新年酬賓大減價
名中醫 王建英 免費為僑胞解答中醫保健問題
楊毓智 提供按摩推拿指壓對肩臂痛、腰腿痛、頭痛、風濕痛、跌打傷痛、胃痛、難睡等之極有效保健辦法・
溫哥華華埠緬街五四八號 電話：（六〇四）六八五・三七七八
（天仁茗茶隔鄰） 七天營業 上午九時至下午六時

華隆有限公司
WAH LOONG LTD.
1490 FRANCES STREET, VANCOUVER, B. C.
電話：255-6010, 255-6571, 255-6572
源源運到，大量供應
中國去頭有殼各西士白蝦，及去殼蝦肉
中國AAA牌去頭有殼蝦，及去殼蝦肉
緬甸去頭有殼各西士白蝦，及去殼蝦肉
越產去頭有殼各西士白蝦及去殼蝦肉
香港澳門各西士白蝦肉，及10F蝦肉
中國各類有頭蝦，青島大對蝦
大小西士龍蝦尾，大小西士扒蝦尾
急凍香港產鮮魷魚，去衣鮮魷筒
常備各種魚類
紅衫魚，紅鮋魚
黃花魚，白鱠魚 供應
牙帶魚，生魚
獅子魚，墨魚
總經銷金冠牌
香味實肉三牙或咸魚
歡迎遠近採購
寄送貨快捷

WM Rice 大西方米廠
WESTERN RICE MILL LTD.
大西方米廠，同人恭祝各位聖誕及新年快樂
並多謝各界人士熱烈惠顧
AA牌米皇之誠意，現在繼續贈送：
每購2包50磅庄 AA牌米皇（奉送5公斤泰國金象牌香米皇一袋及良友牌咸酸菜4罐）
每購2包25磅庄 AA牌米皇（高級雅潔竹筷經已送完，現奉送美國五磅庄糯米一包）
多買多送，送完即止，購買從速，以免向隅・
各大代理商零售商和本廠均有同等優待
地址：1220 Glen Drive, Vancouver, B.C. V6A 3M9
電話：(604)251-6341, 251-6342 FAX (604)251-7228