

夏季佳蔬——黃瓜

可食的仙人掌

仙人掌有兩千多個不同的品種，可以作為食用的為數甚少。

附圖是來自美國的一種重疊生長的仙人掌，如手掌般大小。除去表皮的軟棘之後，便可製成沙律菜式，熟食也可。

在「美心」所舉辦的「第五屆美國食品節」食物介紹中，有一款「仙人掌沙律」，便是用它來製的。

相不錯，食味也佳，老少咸宜。

特別值得一提的是這裏的「原盅火腿炖翅」，足夠四人用的一盅，魚翅估計有五、六兩，所用的金華火腿（肘子）至少有二三兩。湯清翅鮮，菜膽入口便化。每盅九十元，售價不貴。

稿

我們使用漢藥，一般上中醫中藥界均有分季節性使用，亦有部份是不分季節的，即是一年四季均可使用，通常在每年初夏，初冬等轉冷或轉熱的時候，各種病症就容易發生的，同時在不同地方較環境之下，又有不同的使用藥物。

近日因溫哥華天氣已轉為溫暖，有時高達十七度之多，但在晚間或晨早天氣仍然覺得冷，在此天氣仍不穩定之下，有一不小心就會感冒傷風的，所以今期特別與各位熱愛讀者介紹：「款冬花，又名冬花，九九花。」

款冬花屬於化痰止咳良藥之一，是多年生長之草本藥，一般為野生，亦有人工栽培，主要生長在河邊，沙地，山谷，溝邊，較為濕潤的地方，一般在每年冬

至前後收成的，其特徵之處先開花，後長出葉的，貼生地面，狀如小芽，背面密生白毛，邊緣具波狀齒形，花蕾紫色的。

款冬花在中藥方劑裏，佔有非常重要的，其功能，止咳，下氣，定喘，痰多，肺虛，吐血，潤肺，瀉熱，肺勞等，對以上各種症狀俱有顯著之助益。

可以配入：「南北杏，枇杷葉，龍利葉，津桔梗等等，煎水飲服，俱有療效，除此之外亦可配入：羅漢菜，南北杏煲豬瘦肉作湯飲用，全家大小均可飲用的，又例如：常見的病者，慢性咳嗽，氣急，痰中帶有血牙合，配入邊紫苑，光知母，龍牙石，粉甘草等等煎水飲服，很宜療效之藥物。

萬事達虫鼠防治
虫鼠損害健康財物本公司
由經驗合格華人技師主理
歡迎查詢及免費估價
請電：二五五一七二三六

健良清潔公司
承接大廈，寫字樓，餐館，工廠
，商店等的清潔工作

文忠裝修
ELEGANT CONSTRUCTION LTD
新屋新店 優雅裝飾
舊屋修店 省錢修整
歡迎詢問 免費估價
TEL: 253-5698
(國、粵、英)
(24小時服務)

楊樂松事務所
(會計及入息稅)
加拿大溫哥華甘比街三一七二號(甘美餅店)
電話：八七二一四七一六
前任加拿大中央政府稅務局核稅官，上訴審查官
及偵察逃稅專員。
曾受稅務局高級偵察逃稅技術及刑事檢舉訓練。
專誠爲僑胞解答一切個人
及公司入息稅問題。

加華文匯公司

——以文會友·以友輔仁——

OVERSEAS CHINESE TRADING COMPANY

3763 MAIN ST. (福街3763號)
VANCOUVER B. C. 879-3714

買賣新舊中文書籍
代售報紙雜誌特刊
出租文藝武俠小說
代客郵購各類物品
買賣交換郵票字畫
裱裝字畫晒相放大