

海南雞

雞肉 所需材料

- 卑詩農場臺灣走地雞 約2磅重
- 雞高湯10公升
- 姜半塊 (去皮切絲)
- 蒜頭10瓣
- 中型紅蔥頭8顆
- 青蔥一把
- 八角6瓣
- 麻油 2湯匙
- 鹽 1/2湯匙
- 味啉 1/2杯
- 現磨黑胡椒 少許 (調味用)

雞湯 做法

- 將雞先去頭去腳做處理。雞脖子跟內臟則擺置一側
- (除全雞外)將剩餘的材料放入大湯鍋內,并開火煮至沸騰
- 轉小火燉煮20分鐘
- 將已去頭去腳的雞放入鍋中,并開火
- 烹飪約30分鐘後將鍋移開火源,讓雞繼續留在鍋內約30分鐘。
請注意:不可移開鍋蓋。雞的內部烹飪溫度應達到華氏180度F(相當於攝氏82度C)。
- 將雞從鍋取出并擺置于常溫約30分鐘。
- 雞湯將用于烹飪米飯及做為沾醬使用,請勿傾倒。

芝麻醬油沾醬 準備材料

- 醬油 50克
- 紅燒醬汁 25克
- 蚝油 30克
- 麻油 10克
- 植物油 5克
- 糖 25克
- 鍋內的雞湯 50克
- 黑胡椒 少許

做法

將材料全部攪拌均勻,擺置一旁備用。

準備材料 (米飯)

- 香米 1杯 (反覆沖洗約5次)
- 植物油 10克
- 雞油 1湯匙 (取自雞脖子或是內臟部分)
- 薑 4小片
- 蒜頭 4粒 (整顆完整的)
- 紅蔥頭 2個 (切片,非切粒)
- 青蔥 2棵
- 鍋內雞高湯 2杯
- 八角 2粒 (整顆)

做法

- 將油及雞油倒入鍋中 - 將雞脖子切斷并一起加入烹煮
- 用慢火烹煮約2分鐘
- 加入薑、蒜、紅蔥頭及八角再煮一分鐘。將脖子/內臟取出
- 加入白米及雞高湯
- 煮滾後轉小火燉煮
- 蓋上鍋蓋繼續烹煮直到湯汁收盡(約時20分鐘)

擺盤

- 將雞肉去骨後切至適量大小
- 在雞肉上淋上適量沾醬
- 加上切片小黃瓜或川燙過的豆芽菜作為擺盤配菜
- 將室溫的海南雞搭配熱騰騰的白飯一同食用

備注: 加拿大衛生部 (HEALTH CANADA) 建議使用電子食物溫度計以確保家禽肉烹煮至安全食用範圍。檢測方法為: 全雞肉品內部溫度應烹煮至攝氏82°C(即華氏180°F); 或已經處理過的片狀肉品內部溫度應達到攝氏74°C(即華氏165°F)。電子溫度計應插入肉質最厚密的位置(且尚未碰觸骨頭部分)。查詢更多食物安全資訊請瀏覽網頁: www.canada.ca/en/health-canada/services/general-food-safety-tips/safe-internal-cooking-temperatures.html

bcchicken.ca/consumer/specialty-asian-chicken

亞洲特產雞種



健康營養
按照加拿大標準生產



Soufflé Omelette

1000次的梳乎厘奄列 · 芒果布甸

小編上次介紹完400次韓式咖啡給大家，不知道有沒在家試驗過呢？易做又好味！這期小編繼續為大家介紹同樣是韓國的，最近大熱的1000次梳乎厘奄列Soufflé Omelette。方法相同，將蛋白用Hand Mixer打至濃稠為止。準備材料：雞蛋2隻、糖1茶匙、鹽1/4茶匙以及適量牛油。方法：1. 將兩隻雞蛋的蛋白與蛋黃分離，分別倒在兩個碗中。2. 在蛋黃中加入1/4茶匙的鹽，再攪拌至均勻。3. 在蛋白中加入1茶匙糖，接著用Hand Mixer打約1000次，需時約兩分鐘，直至蛋白呈乳白色的半固體狀態。4. 將蛋黃加入蛋白中，並攪拌至均勻。5. 將牛油均勻抹在平底鍋上，再鋪平放入剛才攪拌好的蛋漿，並以小火煎3至5分鐘，1000次梳乎厘奄列就慢慢成型了。6. 將蛋對摺，再兩面煎香就完成1000次梳乎厘奄列了！嫩滑的雞蛋，可配水果和糖漿食用，整一款咸味的都不錯！



一起來回味那些年的街頭美食 | 順德篇

• 阿明

有個家喻戶曉的笑話，老婆餅沒有老婆，夫妻肺片沒有老公老婆，菠蘿包沒有菠蘿，而鳳城野雞卷也沒有野雞。鳳城野雞卷是大良的特產，又稱大良肉卷。是以豬肥肉片製成，特點是甘脆酥化，焦香味美，肥而不膩，宜酒宜茶。原材料就是豬肉，和雞肉一點關係都沒有。大良野雞卷色澤金黃，外酥裡嫩風味特別，流傳市肆遂為順德名肴。野雞卷製法各師各法，但萬變不離其宗。先將肥肉片用紹酒醃製，把胸肉片用紹酒、鹽、蛋黃拌勻後再上乾生粉。再將肥肉片拍上生粉後鋪開，肥肉片的三分之二貼上胸肉片，剩下的三分之一則以蛋清、生粉打勻的蛋糊貼口。捲緊如圓筒狀入籠蒸熟，然後取出待涼，切開成象棋厚度的肉塊。燒鑊下油將肉塊炸至呈金黃色便可以上碟，上席時可跟噤汁或淮鹽佐吃。

野雞卷的食材簡單，但它的傳奇故事卻眾說紛紛。據順德飲食文化泰斗廖錫祥介紹，這道鳳城野雞卷是上世紀二十年代宜春園老闆董程首創。傳說董師傅有一拿手菜式叫「雪耳雞皮」，乃用肥嫩雞肉連皮烹製，皮爽肉滑深受食客喜愛。但他覺得製作該菜剩下的碎雞皮和碎雞肉都扔掉非常浪費，便嘗試用豬肉把這些雞肉捲起來用油炸成菜，喚作「炸雞卷」。此菜甫出即大受食客歡迎，連「雪耳雞皮」都給比下去了。但「炸雞卷」所需的雞肉碎卻因需求太大而無法正常供應。經過多次嘗試，董師傅以瘦豬肉來代替雞肉碎，還將做法作了改良，食客反應更佳。由於此菜並不是以真正的雞肉製作，故董師傅將其命名為「野雞卷」。也有傳聞是物資貧乏的舊年代，



廚師雖然所經常做菜卻難得吃上肉，其中一廚師在廚房看見一些準備炸豬油用的肥豬肉，嘗試切薄包上其他廚餘餡料油炸後竟驚喜嚐到雞肉的滋味，所以便命名「野雞卷」。而最近發掘的文獻卻顯示早在清朝經已有之，據說當年因龍家少爺中舉大宴親朋筵席，因圍數眾多無法應付。所以將肉卷改為油炸宴請賓客，賓客品嚐後都讚不絕口，此菜式不但省時風味亦佳自此風行一時且歷久不衰。又有說野雞卷原為明代知名學者翰林院侍讀學士黃諫為懷念愛妾胡氏所創。還有更多細碎的種種傳聞就不再舉例了。野雞卷的傳說眾多卻哪個才是真正的源頭已無從知曉，但鳳城野雞卷肥而不膩，焦香味美讓食客回味的才是最真實的。



加拿大首席公共衛生官終建議 在不能作社交距離下應戴口罩

加拿大首席衛生官譚詠詩於今天星期三又改口風，終於建議加國民眾，在未能保持兩米社交距離下應戴上口罩，但她再一次強調無必要佩戴醫用口罩。可能她仍擔心醫用外科口罩仍然供不應求，所以作出此建議。她又稱，戴上非醫用口罩已能提供額外保護層。她現在提出此建議是為開始重啟經濟活動後，會有更多國民急不及待的外出，為確保國民衛生與健康，更可減低傳播風險，所以她希望國民能自覺性地，在人流較密集的公眾場合戴上口罩。而安省交通部亦已向公共交通乘客建議，在交通工具內應戴上口罩。

亞省第一階段解封自上周四開始以來，在長周末期間，市面上確見到更多人流，街道上居然見到車龍出現，實是近期罕見。至於餐館堂食及理髮店是否可於5月25日重開，就要等省長星期五公佈。因事前預算堂食可以在5月14恢復營業，好多打算當日開門的食肆作好一切準備，尤其是食材及備貨。誰不知，省長在5月13日才宣佈，因疫情嚴峻，不得啟業，令很多食肆都蒙受損失。所以今次省長都事先聲明會在今星期五（5月22日）宣佈，堂食及理髮服務是否仍需要延期。

亞省本周疫情非常溫和，今天祇新增19宗，全省共6,735宗，卡城祇新增15宗，共4,649宗，愛城新增3例，共521宗，卡城以南無新例，仍是1,212宗。此數據暫時顯示卡城以南的肉食加工廠疫情已經受控，而卡城市內亦顯著走下坡，希望5月25日餐館堂食服務不會再被拖延啟業。



2020年5月20日

余慕慈 加拿大特許專業會計師

JAMES YEE PROFESSIONAL CORP.

Chartered Professional Accountant

三十多年會計經驗

提供英、國、粵、台山

多種語言服務

•會計 •簿記 •年結及財務報告

•公司及自僱報稅 •公司註冊

•Payroll / GST

歡迎
電話查詢

#10, 1015 Centre St. NW Calgary AB T2E 2P8
Tel: 403-230-8685 Fax: 403-230-2799
Cal: 403-606-6878 Email:jamesyee@telus.net



EDDIE CHUI
INSURANCE AGENCY

建邦保險



折扣

汽車保險 兩車以上 10-15%



折扣

房屋保險 三年無賠償 15%



折扣

汽車+房屋 同一保險公司 10-15%



服務華人社區20多年，提供保險代理業務

Suite 101, 2003-14 St. NW Calgary AB T2M 3N4

403.288.3388(O)

403.651.1898(C)

ec@eddiechui.com

www.eddiechui.com

Fax: 403.288.3387



養生又美味的自製水果酒

• 芒果布甸

有錢難買當季鮮，卡城的夏季即將到來，各種鮮脆多汁的水果爭相上市，應季的水果最能滋養身心，此時也是吃水果的黃金時節。在品嚐各種新鮮水果的同時，很多人利用水果來泡酒當作夏日消暑的良器，酸酸甜甜，而且各有各的妙用，每天喝上一點，愉快度過整個夏天。以下為大家介紹幾種簡單又好味的自家釀製果酒，酸甜好味，又養生。要注意，製作水果酒可以完全依賴水果自然發酵，水果本身有天然酵母菌，用冰糖引出來即可。它發酵後會產生一定的酒精濃度，如果加了高樑，酒精濃度會比較高。因此，切勿將果酒當果汁飲用，飲酒可以怡情，但喝一點很易上頭，亦切記不要讓孩童接觸。

1. 李子酒

每年5、6月份正是李子成熟的時候，李子酒是果酒中色香味俱佳的美酒，酸甜開胃。李子分為青李子和紅李子，日本人喜好用綠色的李子釀酒，酒味道香氣撲鼻，還有很好的抗氧化能力，對於女孩來說是不可錯過的一種果酒。酒中的李子雖可食用，但本身較酸，腸胃不好的朋友切勿過度食用。

製作方法：

1. 挑出紅李子1000克；用少量面粉洗淨，晾乾。
2. 李子剪碎，加入白糖200克（李子和白糖的比例約為5：1）用手揉勻，至白糖化開。
3. 裝入乾淨的容器裡，不要將瓶裝滿，留三分之一的空位。
4. 將高度白酒（建議需38度以上）分別倒入瓶中，蓋緊瓶蓋，進入發酵的階段，發酵時間根據氣溫不同，大約為7-15天。
5. 中途可每天開蓋排出發酵產生的氣體1-2次。
6. 陰涼處浸泡2-3個月，將李子酒過濾後，便可倒出一杯自釀的美酒，慢慢品嚐。





2. 楊梅

楊梅酒是和梅子酒相比肩的一種果酒，在每年5月左右成熟，健脾開胃、消食解暑是楊梅酒最重要的功效，楊梅中含有豐富的有機酸可以促進胃酸分泌，從而調節消化不良、食欲不振的癥狀，有生津止渴、助消化的功能。但楊梅對胃粘膜有一定的刺激作用，因此對於腸胃不好的人群不太友好。

製作方法：

1. 將釀酒的瓶子清洗乾淨並徹底晾乾。
2. 挑選成熟新鮮、沒有破損的楊梅，摘除葉子、果梗，並用高度白酒清洗。
3. 將楊梅和冰糖以層層交疊的方式，即一層楊梅，一層冰糖，放入瓶中。
4. 倒入白酒浸過面楊梅，蓋緊蓋子。
5. 避光室溫下15-30天即可。

3. 車厘子酒

很快又到了吃車厘子Cheerries的季節，BC省的出品酸甜又爽口，讓人一試難忘，而且還有消除疲勞及補血的功效，很適合女士食用。將其釀成美酒，豈不美哉？

製作方法：

1. 把車厘子清洗乾淨，去核。
2. 車厘子必須完全晾乾，切記不能有水份。
3. 放入容器內，先鋪一層車厘子再鋪一層冰糖，一層一層加上去(加至7分滿左右)。
4. 密封容器，醃製三日。
5. 三日後：車厘子慢慢褪色，呈鮮紅色，車厘子十分爽口，甜中帶酸，比新鮮車厘子更美味，不過未完全發酵，要等車厘子自然發酵出酒。
6. 繼續密封一星期。
7. 一星期後開始有酒香，便可加入高樑引酒。

4. 青檸酒

青檸一般在6-8月份成熟，含有豐富的維生素C，能夠消除疲憊增強免疫力，味道略酸稍帶苦澀，常被用來製作成果汁，而用青檸加蜂蜜製成的酒，酸甜可口還有淡淡的檸檬清香，喝一口困乏就煙消雲散，是酷暑夏日裡的福音。

製作方法：

1. 青檸洗淨，用廚房紙擦拭乾表面的水，把青檸對半切開四份然後再對角切三角棱狀。
2. 一層青檸一層冰糖（下面放一個稱算冰糖的重量），交替放在罐子裡。
3. 可用伏特加/白酒，慢慢倒入罐子中。確保酒浸泡了所有材料。
4. 最後封罐，貼上標籤，等待三個月就可以開封。記得存放在陰涼無日照的地方，中間最好不要去打開，三個月後不喝也要先過濾起來。
5. 等待三個月，過濾後裝瓶，陰涼下可以存放幾個月。過濾裝瓶後最好不要馬上喝，放置一兩天後便可享用。





戴爾發佈更新版 XPS 17 9700 XPS 15 9500 筆電



戴爾公司 (Dell) 繼今年年初發佈的更新版 XPS 13 機型之後，繼而公佈即將發佈的XPS 15 9500和XPS 17 9700全部細節。新款XPS 17 9700將是一款高端筆記本，將與即將上市的微軟 (Microsoft) Surface Book 3 和蘋果 (Apple) MacBook Pro 16 競爭。為了追求極致的性能，XPS 17配置高達英特爾酷睿i9-10885H處理器、NVIDIA GeForce RTX 2060 - 6GB GDDR6 GPU、64GB DDR4-2933內存和4TB PCIe NVMe存儲。

戴爾將提供兩種無觸控顯示屏 (16:10) 選擇。對於喜歡更多電池續航能力的用戶，有一款17英寸FHD+ (1920 x 1200 px) IPS顯示屏，具有60Hz、防眩光、InfinityEdge、sRGB 100%、500尼特亮度和廣視角等功能。而對於追求出色顯示體驗的用戶來說，戴爾將提供一款17英寸的UHD+ (3840 x 2400 px) IPS顯示屏，具有60Hz、防眩光、InfinityEdge、



100% AdobeRGB、500尼特和廣視角等功能。XPS 17將不會配備任何USB-A接口，反而提供了4個USB 3.1 Gen 2 Thunderbolt 3接口與DisplayPort接口。在電池方面，戴爾提供了兩種選擇。

客戶可以選擇6芯97瓦時的鋰離子電池，支援Express Charge，以獲得最長的電池壽命。對於那些喜歡輕量級筆記本的用戶，還有3芯56瓦時的鋰離子電池。為了提供出色的音頻體驗，戴爾還提供了2個立體聲低音單元 (2.5W) 和2個立體聲高音單元 (1.5W)。為了管理筆記本電腦中強大CPU和GPU所產生的熱量，戴爾還改進散熱管理方案，採用了雙對置出口風扇和熱均板散熱。XPS 15 9500也會有類似的改進，但與XPS 17 9700相比，還是有一些區別。在 XPS 15 9500 上，NVIDIA GeForce 1650 Ti 6GB是唯一的GPU選項。另外，消費者可以配置的最大存儲空間為2TB。



2019 XPS 15 7590



2020 XPS 15 9500

2020 XPS 15 9500



2020 XPS 17 9700



Alienware 春季新品發佈

全面升級十代酷睿 CPU 首次加入 AMD 顯示卡

首先登場的是 Alienware Area 51m，這是一款理論上可以替代台式機的高性能遊戲本，去年配備了桌面九代酷睿旗艦 i9-9900K，今年順理成章地換成了桌面十代酷睿旗艦 i9-10900K，10 核心 20 線程，同時可選 10 核心 20 線程的 i9-10900，8 核心 16 線程的 i7-10700K、i7-10700。顯卡方面，可以從 GTX 1660 Ti 一路走到最高的 RTX 2080 Super，意外的是還提供了 AMD RX 5700M，這不但是該卡的首發，也是外星人筆記本近年來第一次可選 A 卡。

整體造型和去年一致，屏幕也依然是 17.3 寸，可選 1080p、4K 解像度和各種刷新率，內存從單通道 8GB 至雙通道 32GB，頻率 2933-3200MHz 不等，而硬盤標配 NVMe SSD，起步容量 256GB，還能選雙盤組建 RAID。

Alienware Area-51m R2 遊戲本將於 6 月 9 日先行在美國上市，起價 3049.99 美元。



Alienware Area 51m

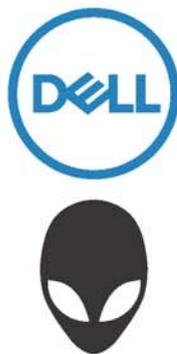


Aurora R11

Aurora R11 台式機也升級至十代酷睿，可選 i9-10900KF、i7-10700KF、i5-10600KF、i5-10400KF，都是無核顯的可超頻版，顯卡最低 GTX 1650、最高 RTX 2080 Super。內存容量有單通道 8GB、雙通道 16GB/32GB/64GB，頻率 2933-3200MHz。硬盤選項非常豐富，1/2TB 7200 轉機械盤，250GB-2TB M.2 NVMe SSD 固態盤，還有 SATA SSD 可選。



Alienware m15



Alienware m17

外星人還發佈了 Alienware m15 R3 和 Alienware m17 R3 兩款高端遊戲本，搭載了英特爾十代酷睿處理器，顯卡可選 GTX 和 RTX 顯卡，另外還可選 AMD 的 RX 5500M。新款外星人 m 系列遊戲本可選英特爾十代酷睿 i5-10300H、i7-10750H 和 i9-10980HK。內存可選 8G 到 32 GB 的 DDR4-2666 內存，顯卡最高可選 RTX 2080 Super。值得一提的是，近年來，外星人首次在其筆記本電腦中加入了 AMD 的顯卡選項，不過只有一款 RX 5500M 可選。m15 和 m17 的屏幕選項類似，可選 FHD/144 Hz 屏、以及 4K 屏。

外星人 m15 R3 和 m17 R3 將於 5 月 21 日起發售，起價分別為 1500 美元和 1550 美元。

克羅地亞 杜邦力夫 Dubrovnik (二)

· 志永

內城門就是舊城區Stari Grad，遊人愛坐在1444年完工地標，巨大圓型「大歐諾弗利歐水池Big Onofrio's Fountain」，正面狗雕像默默守衛，水池原是兩層，1667年大地震上層被震毀，只剩下層16個雕刻精美不同人面出水口，水從12公里外Dubrovacka河引入，當時全城用供水系統，真佩服古人智慧，冰涼泉水仍可飲用，湊熱鬧用水洗洗手，據說能避免將厄運帶入城內。大水池旁邊是建於1520年「聖救主教堂 St Saviour Church」，正門上有玫瑰花窗，大地震幸存建築物。旁邊是始建於1318年「聖方濟修道院 Franciscan Monastery」，大地震後重建，修道院大門上聖瑪像和鐘樓保留哥德式風格，其餘建築被巴洛克風格所取代，鐘樓是全城最高地標。修道院外牆上有塊突出光滑貓頭鷹頭小石雕，據說能站在上面不扶牆轉身會有好運，不扶牆踩上光滑石面，已向高難道挑戰，別說還要轉身。太座躍躍欲試，拉着她無謂獻醜，但很多人樂此不疲。

古城指定動作，上城牆走一圈賞風景，由於尚未入歐元區，門票只收當地錢和信用卡，不收歐元。導遊買了門票帶我們從救世主教堂旁又陡又長的樓梯上城牆，城牆上無遮蔽物，早上來才不曬成人乾。城牆上居高臨下，首先映入眼簾是大歐諾弗利歐水池，看到水池上層沒有復原大洞。中央畢直「史特拉敦大街 Stradun Placa」鋪上光滑明亮大理石板路，聖方濟修道院鐘樓與遠處廣場鐘塔遙遙對望。沿着高低起伏城牆走，每轉個彎，呈現各異完美畫面，幾乎所有明信片都是從城牆上拍。城牆內，大片橙紅瓦屋頂在陽光照射下閃閃生輝，令人目眩，偶爾冒出鐘塔、教堂、希臘式三角鐘。瞥見竣工於1725年，巴洛克式「聖伊格內修斯教堂 Church of St. Ignatius」正面一部份，及遠處山丘上教堂背後和鐘樓，氣勢恢宏。白牆紅瓦伸展上山，一片紅彤彤屋脊瓦頂幾乎伸手可及，古樸歲月氛圍。四方型結構

完整「聖克萊爾女修道院 Convent of St. Claire」，中庭擺滿桌椅，現已改為 Klarisa 餐廳。而民居曬晾衣物，雅緻後院花草茂盛。全長兩公里城牆上，不同時期威脅，不斷地加高、加厚、陡峭石級、方形塔、小門內窄樓梯等防禦措施。從這個角度看，古城建在一塊突出於海面的巨大岩石上。城牆外，一望無際蔚藍色亞德里亞海，藍天萬里，不同藍色組成天然美景，心曠神怡。回頭望，從另一角度看兩個碉堡，波克爾碉堡 Bokar Fort 與「羅維里耶納克碉堡 Lovrjenac Fort」，連接小海灣內的紅屋頂，巧妙配合迷人境界。獨木舟健兒們技藝嫻熟劃破水面，遊艇駛過遍佈泳客沙灘，舒服氛圍度假天堂無誤。「聖約翰碉堡 St. John's Fort」現為海洋博物館，一邊是長方形另一邊是半圓塔，1557年就屹立海岸邊，向海城牆上公認最悲壯「聖布萊斯」像守護港口。站在碉堡頂層平台稍稍休息，制高點擺放大砲、峭岡、小廣場設有商店和餐廳，碧藍耀眼海上，近處橫臥「洛克盧島 Lokrum Island」，遠方大大小小島嶼，遼闊景色盡納眼底，所以一定要陽光普照來，捕捉最美一刻。未完待續。



羅維里耶納克碉堡



史特拉敦大街

「旅遊資料只供參考，更多相片請登入chewing33.blogspot.com或聯絡電郵chewing33@gmail.com」

招聘 出租 買賣

BC埠仔誠聘

BC南部埠仔
聘請
經驗港式
炒鑊、炸爐各一名
包食宿
有意者請電

403-708-6838

揚子江誠聘

Buffet Yangtze自助餐館誠聘
全職經驗炒鑊企枱及帶位
有意請親臨或電

403-273-3337

名苑粵菜海鮮食府 誠聘

企枱、Busboy、洗碗
有意者請親臨面洽

10400 Macleod Trail SE
或電

403-630-3511

東北區大型 食品加工廠 誠聘

1. 食品生產線員工多名
2. 燒腊加工員多名
3. 包粽子計件員多名
有經驗者優先，薪優糧准
有意者請親臨

3153 5Ave NE Calgary T2A 6C9
周一至周五10:00-5:00(節假日除外)

MEDICAL CLINIC HIRING

Our medical clinic is centrally located. We are seeking to hire full time Administrative Staff/Medical Office Assistant to provide support to our medical staff and customer service for our patients. Knowledge of Cantonese and/or Mandarin is an asset.

Please send resume to
medicalclinicinfo@gmail.com

同興樓 聘

西北近大學
同興樓 誠聘
兼職洗碗
(星期四、五、六日)
及兼職炒鑊
有意請電

403-286-0488
或親臨面洽

416-4625 Varsity Dr NW

急聘商場職員

本商場現招下列員工
全職或兼職均可

1. 日間及夜間管理員(工作由早上8am-24am晚上時間內(時薪\$15-18))
 2. 需懂中英文，勤奮工作能操流利廣東話優先取錄
- 有興趣申請者請備履歷 email to

info.dragoncity@gmail.com
李先生收

埠仔餐館出讓

離卡城個半小時車程，35座位
鄰近車行、住宅，大量停車位
生意穩定，可轉做其他類型食肆
有意請電並留言

1-587-679-3422

金源菜館 聘

經驗炒鑊及執碼
有意請下午三時後
致電約見

403-680-0288

西北柏文出租

Sage Hill Park
全新三房柏文，近1,000呎
兩浴廁，特大主人套房
連衣帽間，寬敞實用
特大陽台，私家洗衣房
合學生及小家庭居住
連一暖氣車位
月租\$1,500+電費

12月1日入伙，有意請電IVY
403-891-3387
或微信: ivychinkl

BC埠仔誠聘

BC南部埠仔聘炸爐乙名
廚房打雜乙名，包食宿
有意者請電

403-708-6838

好運點心

聘包點心員工，有經驗為佳
有意請親臨新亞洲廣場
好運點心洽或電

403-282-8405



Raymond Lau

劉俊文

(英、粵及國語)

手提：403-830-6728

raymondlau404@gmail.com



202 - 5403 Crowchild Trail NW
公司：403-547-4102 傳真：403-592-7040
網址：www.raymondlau.net

Pizza外賣店
\$139,900

SOLD
生意穩定，不需廣告。
生財工具齊，租約長，容易操作。

西北 Noland Hill
~~\$469,000~~
\$449,900

西北搶手年輕社區，樓上三房，主人套房，共兩浴廁。主層開揚光猛，花崗岩廚櫃檯面，不鏽鋼廚具，土庫完成，另備特大睡房、娛樂室及浴廁。屋後雙車房。

唐餐外賣店
\$109,900

外賣連鎖店，位於西南區，近市中心，附近柏文林立，生意穩定，生財工具齊，車位充足。自己做老闆。



西北 Hamptons \$749,900

獨立兩層，2,400呎，樓上四睡房，廚戶開揚，花園。w/o土庫。另備兩睡房、廚房及全廁，共3,600呎實用面積，中央冷氣，地點一流。

西北 Beddington \$329,900



兩層半邊37屋，1080平方呎，3睡房，1.5浴廁，全新裝修，新暖爐、熱水爐，全新門窗，新地板、地毯，全新特大陽台。鄰近購物商場，3號巴士站，隨時交吉。

「論盡」樂壇

劉闊樂人

raytheguitarist.blogspot.ca

樂壇奇葩 (1)



今次要講的歌手是朱咪咪，與上期的尹光都有些共通點，就是大家都是過江龍。尹光於1969年偷渡來香港，而朱咪咪則來自馬來西亞。兩人早期都是在酒廊、歌廳演唱，同樣是走諧趣路線，同樣在樂壇唱歌超過四十多年，仍然活躍於娛樂圈，經常到世界各地登台及開演唱會。

朱咪咪原名朱月美，1954年10月26日出生於馬來西亞怡保，幼年家境清貧，父親是理髮師，育有九名子女，一家十口曾住在只有80呎的房間。朱咪咪並非讀書材料，上學時經常魂遊，結果小學還未畢業便跟姊姊朱月萍跑到新加坡學唱歌，晚上返夜校。

朱咪咪在新加坡唱了三年歌，但當時每晚薪金只有坡幣三元，而她因為沒有幾個捧場客，結果被解僱。之後在一次機緣巧合之下，與香港一間歌劇院簽了合約，朱咪咪覺得反正在新加坡的發展並不理想，心想試吓無妨，誰知一試便四十多年，朱咪咪於1978年前往香港展開她新的里程碑。

最初她在夜總會演唱，後來再在一些西餐廳及酒廊唱歌。朱咪咪在尖東一間酒廊唱了九年，後來這間酒廊的老闆因為要到外國處理其他生意，朱咪咪便將該酒廊頂讓過



來自己做老闆。而當時正值是卡拉OK開始興旺的時候，於是她將酒廊改裝成有36間大小房間的卡拉OK店，在當時可算是大型卡拉OK店的鼻祖，並且也賺了不少錢。

1991年，「演唱會之父」張耀榮因之前為某歌星在紅磡體育館開了十場演唱會而虧蝕了八百多萬元，因此找來尹光做了三場演唱會，並請了朱咪咪做演唱會嘉賓，結果觀眾反應甚佳，於是在同年三月再新四兩，並且加入了「波霸」葉子媚，同樣大受歡迎。因此到了同年七月，張耀榮為朱咪咪開了兩場個人演唱會，令她開始受人注意，無線更加邀請她加入《歡樂今宵》，與尹光負責一個環節叫做《香港 Cheap Bom Bom》，可惜很快便傳出兩人不和的消息，據聞是尹光不滿鋒頭被搶而心有不甘，先不讓朱咪咪唱歌，繼而向監製要求把她調走，但因為她受歡迎，無線並沒有理會尹光的投訴。



1991年可以說是朱咪咪重要的一年，除了做卡拉OK店老闆、紅館登台、加入無線電視《歡樂今宵》扮徐小鳳、有唱片公司簽她出碟，歌名《十二分多一半》，更開始有電影公司找她拍戲。後來周星馳找她在《審死官》演奶媽一角，演搞笑角色，甚為觀眾讚賞，亦促使她在舞台上走這條路線。朱咪咪說1991年可算是她的轉捩點，這一年她做了很多人一生也沒有做過的事，她全都在這一年做晒。

--- 待續 ---

* 歡迎登入 raytheguitarist.blogspot.ca 與專欄作家進行交流 *

亞省省提名不受理行業



作者介紹：**Melanie Wen**，溫曼琴女士是加拿大移民顧問監管委員會ICCRC理事。持有暨南大學計算機工程學士學位以及卡加利大學商學學士學位。溫女士有多年留學移民諮詢經驗。專註於加拿大留學申請、留學生移民申請及企業家移民。

myvisavisa@gmail.com

上一期提到了新冠期間亞省省提名的特殊臨時審批辦法。其中提到不受理申請列表，但沒有詳細列出申請列表。亞省EE分數要求相當低（300），對於沒有太多工作經驗但是語言成績不錯的申請人，是一個很好的機會。

原來亞省EE跟AOS不受理申請列表如下：

| NOC Code (2016) | NOC Skill Level | OCCUPATION (職業) |
|-----------------|-----------------|--|
| 0011 | 0 | Legislators (立法員) |
| 0422 | 0 | School principals and administrators of elementary and secondary education (中小學校長及行政人員) |
| 0423 | 0 | Managers in social, community and correctional services (社區服務或懲教處經理) |
| 0432 | 0 | Fire chiefs and senior firefighting officers (火警隊長或高級火警隊員) |
| 0651* | 0 | Escort agency managers, massage parlour managers (應召服務經理或按摩院經理) |
| 4031 | A | Secondary school teachers (中學老師) |
| 4032 | A | Elementary school and kindergarten teachers (小學及學前班老師) |
| 4154 | A | Professional occupations in religion (宗教相關的專業人員) |
| 5121 | A | Authors and writers (作家或作者) |
| 5133 | A | Musicians and singers (音樂家及歌唱家) |
| 5135 | A | Actors and comedians (演員及喜劇演員) |
| 5136 | A | Painters, sculptors and other visual artists (畫家、雕刻家及其他視覺藝術家) |
| 1227 | B | Court officers and justices of the peace (法庭官員及太平紳士) |
| 3223* | B | Dental laboratory assistants/bench workers (牙醫實驗室助理/實驗室人員) |
| 4214* | B | Early childhood educators who do not have certification through Alberta Children's Services - Child Care Staff Certification Office or who have been certified as child development assistant (formerly Level 1) (沒有亞省認證的幼童教學人員) |
| 4216 | B | Other instructors (其他教師) |
| 4217 | B | Other religious occupations (其他宗教職員) |
| 5232 | B | Other performers, not elsewhere classified (其他未提及的表演人員) |
| 5244 | B | Artisans and craftspersons (手工藝品制作者) |
| 5251 | B | Athletes (運動員) |
| 6232 | B | Real estate agents and salespersons (房地產經紀及銷售人員) |
| 4411 | C | Home child care providers (家庭幼教人員) |
| 4412 | C | Home support workers, housekeepers and related occupations (家政助理及相關職業) |
| 4413 | C | Elementary and secondary school teacher assistants (中小學教師助理) |
| 6533 | C | Casino occupations (賭場工作人員) |
| 6564 | C | Other personal service occupations (其他個人服務職位例如髮型師、美容師等) |
| 7513 | C | Taxi and limousine drivers and chauffeurs (的士司機、Limo 司機和私人司機) |
| 8442 | C | Trappers and hunters (獵人) |
| 6623 | D | Other sales related occupations (其他銷售相關行業) |
| 6722 | D | Operators and attendants in amusement, recreation and sport (遊樂場、體育場職員) |
| 6742 | D | Other service support occupations, not elsewhere classified (其他服務類行業比如說干洗店職工、曬黑沙龍職工、戲院帶位員等其他沒有提及的服務類職位) |
| 8611 | D | Harvesting labourers (農作物收割人員) |
| 8612 | D | Landscaping and grounds maintenance labourers (園藝及維護勞工) |
| 8613 | D | Aquaculture and marine harvest labourers (農業及漁業豐收勞工) |
| 8614 | D | Mine labourers (礦工) |

亞省省提名不受理行業



作者介紹：**Melanie Wen**，溫曼琴女士是加拿大移民顧問監管委員會ICRC理事。持有暨南大學計算機工程學士學位以及卡加利大學商學學士學位。溫女士有多年留學移民諮詢經驗。專註於加拿大留學申請、留學生移民申請及企業家移民。

myvisavisa@gmail.com

新冠之前如果你的行業在以下列表裡面將會減少你被邀請的機會。由於新冠，如果你的職業在列表裡面，你根本不會被邀請。

MANAGEMENT OCCUPATIONS 管理職位

| NOC Code | POSITIONS THAT WILL NOT BE PROCESSED 不接受申請職位 |
|----------|--|
| 0121 | Insurance, real estate and financial brokerage managers 保險、地產及金融行業經理及經紀商 |
| 0124 | Advertising, marketing and public relations managers 廣告、市場及公共關係經理 |
| 0211 | Engineering managers 工程經理 |
| 0212 | Architecture and science managers 建築科學經理 |
| 0213 | Computer and information systems managers 計算機與信息工程經理 |
| 0601 | Corporate sales managers 商務銷售經理 |

BUSINESS, FINANCE, AND ADMINISTRATION OCCUPATIONS 金融、行政職位

| NOC Code | POSITIONS THAT WILL NOT BE PROCESSED 不接受申請職位 |
|----------|---|
| 1212 | Supervisors, finance and insurance office workers 金融保險行業的管理人員及辦公室人員 |
| 1225 | Purchasing agents and officers 採購人員 |

NATURAL AND APPLIED SCIENCES AND RELATED OCCUPATIONS 自然科學相關行業

| NOC Code | POSITIONS THAT WILL NOT BE PROCESSED 不接受申請職位 |
|----------|--|
| 2113 | Geoscientists and oceanographers 地理科學及海洋學家 |
| 2131 | Civil engineers 城市規劃工程師 |
| 2133 | Electrical and electronic engineers 電子工程師 |
| 2234 | Construction estimators 建築測量師 |
| 2252 | Industrial designers 工業設計師 |

TRADES, TRANSPORT AND EQUIPMENT OPERATORS AND RELATED OCCUPATIONS 貿易、運輸及設備操作員相關行業

| NOC Code | POSITIONS THAT WILL NOT BE PROCESSED 不接受申請職位 |
|----------|---|
| 7201 | Contractors and supervisors, machining, metal forming, shaping and erecting trades and related occupations 金屬成型機械及有關工程判頭或管工 |
| 7203 | Contractors and supervisors, pipefitting trades 管道判頭或管工 |
| 7236 | Ironworkers 煉鐵工人 |
| 7241 | Electricians (except industrial and power system) 電工 (不包括工業及發電系統) |
| 7242 | Industrial electricians 工業電工 |
| 7251 | Plumbers 水管工 |
| 7271 | Carpenters 木工 |
| 7293 | Insulators 絕緣體安裝工人 |
| 7322 | Motor vehicle body repairers 汽車車身維修 |
| 7371 | Crane operators (except all terrain crane operators) 吊車司機 (不包括越野起重機) |

OCCUPATIONS IN MANUFACTURING AND UTILITIES

| NOC Code | POSITIONS THAT WILL NOT BE PROCESSED 不接受申請職位 |
|----------|---|
| 9212 | Supervisors, petroleum, gas and chemical processing and utilities 石油、汽油、化工及水電行業的管理者 |

以上行業列表於2020年5月5日來自政府網站，職業列表時不時有變化，請參照申請時的職業列表為準。



法拉利 SF90 Stradale 插電式混能開篷超跑間諜照流出

法拉利 (FERRARI) 才宣布將在2020年推出兩款全新車型，網路隨即流出 SF90 Stradale 插電式混合動力超跑開篷版的首張間諜照，新車可能會以Spider或Aperta命名，預計將於2020年下半年正式發表，而另一款車市場推斷可能改款的Portofino。

流出的間諜照顯示，SF90 Stradale 開篷車的原型車完全披掛重度偽裝，外型看起來像是 SF90 Stradale 硬頂車的測試車，但少了先期試裝車的車頂天線，而是移到車頂的後方。同時，引擎室也比 SF90 Stradale 轎跑車更顯得寬而平坦，它和法拉利另一款中置引擎敞篷車 F8 Spider 的設計十分相似，這樣比較能容納收摺的車頂。

實際上，法拉利尚未宣布推出 SF90 Stradale 開篷車型的計劃，儘管法拉利計劃在2022年底之前，再增加15款新車，而且其中的60%將是混合動力車型，不過顧及法拉利才剛為 812 Superfast 追加開篷車型，Portofino開篷車則帶來了Roma轎跑車型，因此SF90 Stradale推出開篷車型也是很合乎邏輯。

除了全新的天篷設計，SF90 Stradale 開篷車型其他部分應該延續原來硬頂雙門轎跑的設計。它將搭載4.0升雙渦輪增壓V8引擎，搭配8速雙離合變速箱和三具電動馬達，所構成的油電複合動力系統，其最大功率為1000匹馬力，其中兩具電動馬達安裝在前軸，帶來具有精確轉向的油電四輪驅動系統，SF90 Stradale 採純電動模式行駛，這兩具電動馬達也可以提供驅動力。SF90 Stradale 配備容量7.9千瓦小時的電池模組，純電力最大續航里程為24公里，0至100公里加速只需2.5秒即可完成，極速達到每小時340公里。



揭開西域古城 樓蘭的神秘面紗

• 宇軒



來自網絡上對樓蘭古城的模擬繪圖



樓蘭古城遺址內的一角



樓蘭古城遺址內的一角

近日不少盜墓劇播出後都引來不少反響，如鬼吹燈系列等。其中在《精絕古城》中描述過的在沙漠中的樓蘭古城最為神秘，今日宇軒就為大家揭開這座古城的面紗。

這座位於西域（現今為中國的新疆地區及中亞部分地區）的樓蘭古城，存在了約800多年。之所以說其神秘，是因為它所屬的樓蘭古國（後更名為鄯善國）曾一度強大，更成為西域七強之一，先後併吞了若羌、小宛、精絕、且末等國。但這座古城，卻在前涼時期的末年（約公元630年），突然消失得無影無蹤。後於1900年，被瑞典人斯文·赫定發現，隨後更發掘了大量文物，包括錢幣、絲織品、糧食、陶器、36張寫有漢字的紙片、120片竹簡和幾枝毛筆。更被稱作“沙漠中的龐貝古城”。

樓蘭古城約建於公元前176年，當時為樓蘭古國的首都，在現今新疆的巴音郭楞蒙古自治州（羅布泊西北岸）。當時的樓蘭城地理位置十分重要，西南通且末、精絕、拘彌、于闐，北通車師，西北通焉耆，東當白龍堆，通敦煌，扼絲綢之路的要衝。有關於這個古城的最早記載，還得益於張騫出使西域。漢朝初期，官員們只知道樓蘭隸屬匈奴，卻不曾了解其真實的地理位置。張騫初通西域後，才被司馬遷和班固記在史書中。最早對其描述，見於《史記-大宛列傳》。書中記載，樓蘭是一個建於鹽澤邊上的小國，“鹽澤”指的就是羅布泊。班固在《漢書》中對樓蘭城面貌的描述：“地沙鹵少田，寄田仰谷分國。國出玉，多葭葦(蘆葦)、枝柳(紅柳)、胡桐家胡楊、白草(芨芨)。民隨畜牧，逐水草。有驢馬，多駱駝。能作兵，與婞羌

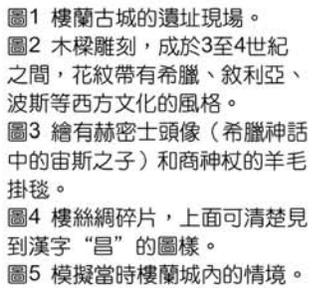


圖1 樓蘭古城的遺址現場。
 圖2 木樑雕刻，成於3至4世紀之間，花紋帶有希臘、敘利亞、波斯等西方文化的風格。
 圖3 繪有赫密士頭像（希臘神話中的宙斯之子）和商神杖的羊毛掛毯。
 圖4 樓絲綢碎片，上面可清楚見到漢字“昌”的圖樣。
 圖5 模擬當時樓蘭城內的情境。

同。” 公元前77年，西漢昭帝期間，漢朝派遣傅介子到樓蘭，刺殺當時的惡國君安歸，立尉屠耆為王，將其首都由羅布泊西岸的樓蘭遷往南岸的扞泥城（漢時稱作伊循城），又改其國名為鄯善國，向漢朝稱臣，原都城樓蘭城則由漢朝派兵屯田。從此，樓蘭城便成為了中央政府控制西域的戰略支點。東漢時，這裡在絲綢之路上依舊佔據著重要的位置。東漢政府在城內大規模屯田，開發樓蘭。此後在魏晉幾百年期間，在樓蘭屯田的規模變得更大，士兵們修渠築壩，種植各類作物，使當年樓蘭地區的農業生產有了相當的發展。當時城內還有人工渠道、農田和灌渠。公元330年，由於孔雀河水的改道（因上游發生了一次嚴重的滑坡事件，嚴重堵塞了河流通道），導致位於下游的樓蘭水源枯竭，屯田生產無法進行。敦煌的索勒率兵1000人來到樓蘭城，又召集鄯善、焉耆、龜茲三國兵士3000人，不分晝夜橫斷注濱河引水進入樓蘭城緩解了樓蘭缺水困境。但在此之後，儘管樓蘭人為疏通河道作出了最大限度的努力和嘗試，但樓蘭城最終還是因斷水而廢棄，民眾南移，於是，樓蘭城最終成為今天神秘的樓蘭古城。有關於它一夜消失的解釋，坊間亦有不少版本。除了因為河水改道而令城內嚴重缺水，亦與數百年來的過度開墾土地有關。另一說法則是消失於戰爭。公元5世紀後，樓蘭國力開始衰弱，北方強國入侵，樓蘭城破，後逐漸被遺棄。說法三，與絲綢之路北道的開闢有關。新開通的北道，讓不少經商隊伍不再路經樓蘭城，隨之它亦失去了昔日的光輝。說法四，與瘟疫有關。傳聞從兩河流域（古希臘時為美索不達亞文明，位於現今的伊拉克，包括蘇美爾、巴比倫、亞述等國）傳入的蝗蟲，以樓蘭地區的白膏泥土為生，成群結隊地進入居民屋中。居民無法消滅它們，只能棄城而去。於是，這個有著800多年歷史的古城隨之消失於歷史中。



為敦煌藝術 奉獻一生的常書鴻

● 宇軒



有些人可以拋開優越的生活，與家人鬧翻，也要為理想奉獻一切。常書鴻便是其中的一位。1904年出生於顯赫貴族，是清朝在杭州駐八旗的雲騎尉世家，幼年便開始學畫。之後考上浙江大學工學部的染織專業，於1923年畢業後留校任教。之後遇到表妹陳芝秀，兩人一見鍾情，便在不久後成婚。兩人在當時流行包辦婚姻的環境下自由戀愛，因此婚後非常恩愛甜蜜。1927年，兩人便啟程去法國深造，陳在法國學雕塑，常書鴻則學習油畫。由於常在中國任教期間已有油畫底子，因此在法國發展得相當不錯。他在巴黎舉辦個人畫展，獲得過法國美術沙龍的三枚金獎、兩枚銀獎，並當選為法國美術家協會會員。兩人亦經常在法國的家中辦沙龍，及聚集多位中國來法的青年才俊，當時兩人可謂風頭一時無兩。



圖1 常書鴻在法國里昂時期用油畫畫的妻子、女兒及自己的全家福。

圖2 曾經幸福的一家。中者為長女常沙娜，1931年出生於法國里昂，現為中國工藝美術家、敦煌藝術研究學者，中國美術家協會原副主席。

圖3 常書鴻一家與朋友在法國的生活照

圖4 常書鴻經常邀請在法國留學的中國留學生到家中聚餐

圖5-6 常書鴻畫筆下的妻子

但一次在街道上的閒逛改變了常書鴻的一生。他無意中見到關於中國敦煌的介紹，頓感驚為天人。卻遺憾這樣優秀的民間藝術沒被發揚光大，讓更多人了解認識。後來他在張大千等人的幫助下，決定放棄法國優越的生活，回中國與梁思成、徐悲鴻等人籌建敦煌藝術研究所。由於當時國內戰亂，他怕妻女不適應，他本人在1937年先到達重慶，妻女則暫留在法國生活。但陳芝秀無法忍受兩人長期的分離，思念之情日益增長，於是決定回國與常共同生活。他們舉家於1943年到達敦煌，由中華民國教育部批准成立了敦煌藝術研究所，常擔任首任所長。他主要的工作就是將莫高窟內的壁畫複製，並將這些藝術品進行保護、挖掘。可以想像，40年代的敦煌，生活條件是何等的惡劣。妻子陳芝秀在法國生活了快10年，亦是名門後代，這樣清貧的生活著實讓人難熬。而她亦熱愛音樂，生活很有情調，在敦煌的日子裡，還不時穿上高跟鞋，捲髮戴耳環，這樣高調的舉動自然引起當地只穿悠閒褲上田的農民不滿。加上每天繁重的臨摹工作，累垮了陳芝秀，每天屈在黑暗的窟中工作更讓她叫苦連天。期間，兩人第二個兒子也出生，這樣的生活更讓她深感不滿。在敦煌生活的2年，兩夫妻爭吵不斷，陳芝秀不理解常書鴻為何可以放棄優越生活來這種“原始地帶”生活，更斷送了子女受高等教育的機會。常一心倒在保護敦煌藝術中，時常忘掉時間，更無暇照顧家庭。



1945年，陳芝秀終於按耐不住，在退伍軍人，接任敦煌研究所總務主任一職的趙忠清的教唆下，跟著他私奔了。當時常書鴻借來跑馬，希望在天亮之前追到妻子。結果在沙漠中太累，一頭栽倒在地，幸好及時被人救起。之後兩人便在蘭州登報宣佈離婚，之後兩人便成為了陌路人。妻子走後，常書鴻一邊照顧年幼的兩個孩子，一邊要早出晚歸繼續敦煌的工作，十分勞累。兩年後，他與助理李承仙在蘭州結婚，育有一女（早夭）一子。陳芝秀拋下孩子私奔後，與趙忠清過了一段短暫的美好日子，趙卻在新中國成立時被判入獄，不久後離世。陳芝秀為了生計，不得不再度改嫁，這次嫁得更糟，嫁給了一個收入不高的工人。之後為了生活，折腰做了不少苦力的工作，卻不曾再有機會接觸藝術，與子女關係並不和諧，後心臟病發猝死。常書鴻在民革期間亦被批鬥，曾在敦煌從事喂豬等勞作，後得到平反復職，1994年辭世，享年90歲。

圖7-8 還在法國時的一家合照

圖9 回中國後的常書鴻與妻子、剛出生的兒子的合照

圖10-15 常書鴻的部分油畫作品