

廣東月刊

KWONG TUNG MONTHLY

Presorted Standard
U.S. Postage Paid
Decatur, GA
Permit No.438

贈 閱

第十九卷第九期(總二一九))

出版日期：二〇〇八年九月二十日

KWONG TUNG ASSOCIATION OF ATLANTA

5137 Hampton Lake Drive Marietta, GA 30068

廣東同鄉會美食飄香賀中秋

九月十三日下午，廣東同鄉會一年一度的賀中秋暨烹飪比賽在 Jones Bridge Park 舉行，場面歡樂，熱鬧非凡，大約一百位多同胞及家屬歡聚一堂，慶賀中國傳統的中秋佳節。

在公園的亭閣裡，裝飾的長桌上，擺設著二十款參加本屆烹飪比賽的美食佳餚，今年最大特點是“菜式新穎，引人入勝”。每道參賽佳餚都令人賞心悅目，食指大動。本會特邀六位僑界知名人士擔任比賽評判，他們是駐亞特蘭大台北經濟文化辦事處曾瑞利處長，<<廣東月刊>> 主持“美食天地”專欄的美食專家李坤華女士，僑領孫德華先生，李玲女士，張宏安醫生，郭安邦先生。佳餚味色飄香，風采各異，評判們徘徊品嘗，難分高下。最後，經過綜合評定，獲得本屆烹飪比賽大獎分別是冠軍李麗娟女士的“茄汁咖哩炆牛腩”；亞軍葉耀和夫婦的“香薰鳳凰”；季軍王雅美女士的“馬來豬柳”。

為支持本會中秋佳節活動，第一市場翁開業先生贊助月餅一箱，東方食品贊助月餅一箱，喜萬年大酒樓三道菜，福臨門海鮮大酒樓兩道菜，Farmers Basket 三道菜，Teriyaki Chicken restaurant 兩道菜，何霄龍先生現金 100，本會代表同胞們特此鳴謝。此外，前來聚會的部分家庭也帶來了“拿手私房菜”，以自助餐形式，讓大家分享。

比賽完結後，美食盛會正式開始，同胞們盡情品嘗中秋美食，相互問候，交流烹調之道，更有遊戲和抽獎。聚會的人士之中，增加了眾多副新面孔，當日共有 3 個家庭加入廣東同鄉會，希望籍此佳節，領略中華文化“人月團圓，家庭和睦”的優良傳統。每次活動，當然都少不了昇華歌唱社的歌手助慶，他們提供了卡拉 OK 娛樂節目，載歌載舞，娛樂升平。花好月圓，思念家鄉，海外存知己，天涯共此時。

小笑話：

顧客：「小姐，妳們的飯菜真難吃。」

店員：「不會吧！」

顧客：「妳去叫妳們的老闆來吃吃看。」

店員：「抱歉，我們的老闆到隔壁餐廳去吃飯了，不在店裡！」

招聘：

美國聯邦政府人口調查局現正招聘2010年度人口調查工作員工，全職或兼職均可。應徵者必須是美國公民，並需要通過考試合格才可聘請。

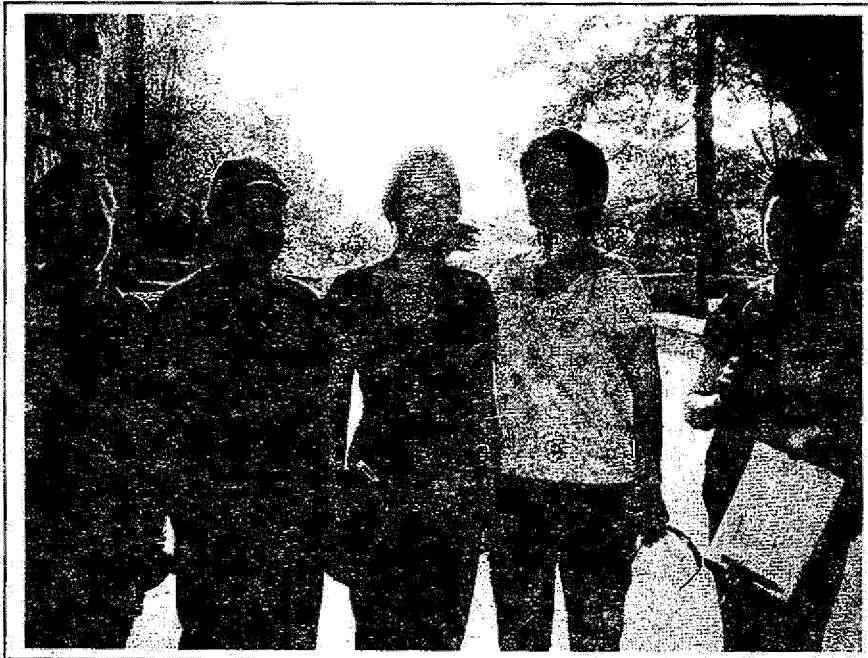
如有興趣加入人口調查工作行列的申請者，請致電給喬治亞州代表專員余周強先生 (Mr. Henry Yee) 聯絡。

電話：(770) 855-7601

恭賀：

本會理事梁文鳳小姐與昇華歌唱社陳崇賢先生已於在二00八年九月六日聯婚。

廣東同鄉會監理事全人祝賀。



圖片為本屆烹飪比賽優勝者：

左二人(亞軍)：

葉耀和夫婦

中間(冠軍)：

李麗娟女士

右二(季軍)：

王雅美女士

右(會長)：

郭順瓊女士

如果植物能長出美麗的花朵，容易種，花費不大，那不是很好嗎？以下是八種植物供大家欣賞。

1. 美人蕉(CANNA) – 可以種在地上或花盆內。不需要怎樣照顧。漂亮的花朵從盛夏開到初秋。花色有紅、橙、黃、粉紅或雙色。植物高度在一呎半到六呎，寬度在一呎到二呎之間。最好種在全日陽光或部份遮蔭，土壤肥沃的地方。
2. 雞冠花(CELOSLIA) – 開出很明亮顏色的花朵，而且很能耐熱。花色有紅、橙、黃或粉紅。會長到6吋到3呎高，1呎到2呎寬，種在陽光充足，排水良好的地方。
3. 天人菊(BLANKET FLOWER) – 種在花圃內。性喜熱耐旱。花很像向日葵。花朵中心有個像牛眼的黑斑。花瓣有紅色、黃色或雙色。適合剪下來做瓶插花。
4. 貓薄荷(CATMINT) – 很容易生長。會長銀灰色的葉子，花葉皆可欣賞。花從初夏開到初秋。能生長1呎到2呎高和寬。依品種不同花色有藍、淡紫或白色。最好種在全日陽光或局部遮蔭的地方。
5. 玫瑰花(ROSE) – 是大家都很熟悉而喜歡的花。整個夏天都會開出漂亮的花，帶有無比的香氣。它可以生長1呎到5呎高，玫瑰花除藍色之外，什麼顏色都有。它喜歡陽光足，排水好，土壤肥沃的地方。
6. 巴豆(CROTON) – 不會開花，從夏天到冬天中期，長出鮮亮五彩葉子。它可以長到3呎到6呎高，2至4呎寬。最好種在全日陽光或部份遮蔭的地方。
7. 蝴蝶灌木(BUTTERFLY BUSH) – 是一種大而茂密的矮樹。會開彩色鮮豔的群花。能吸引蝴蝶。在有些地區，這種植物被認為是有侵入性，因為成長過于茂盛，不易控制。它能長到4呎到10呎高和寬。從夏天到秋天開粉紅，紅，紫或白色的花。喜太陽和排水良好，肥沃的地方。
8. 百合(LILY) – 歷來受人寵愛。花色依品種而不同。能長到2至7呎高，1呎至2呎寬。種在全日陽光或部份遮蔭的地方。

貼士：換花盆植物時，保持手的清潔。頭髮染色劑的盒內有乳膠手套，把它保留下來。在園子裡工作，不想把手弄髒時，這種手套很方便。但必須在手套內撒些玉米澱粉(CORN STARCH)，使穿戴和脫除容易。

廣東同鄉會主辦秋季活動預告：

- 1) 戶外活動 – 秋季戶燒烤於2008年11月9日11:00am在Jones Bridge Park舉行。
- 2) 戶內活動 – 金秋夜舞會於2008年11月15日8:00pm在華人活動中心舉行。

詳情請留意下期月刊或致電郭順瓊會長查詢。Tel: 770-565-6507

太極劍 舞出陰陽之道

陰陽，是自然界相互關聯的事物或現象上對立的屬性概括，正所謂：「陰陽者，一分為二也。」

陰陽理論是中醫防治疾病及養生康復的指導思想，也貫穿於太極劍的套路之中。這不僅因為太極劍既有陽剛之氣，也有陰柔之性，還因為每一個動作和劍力所到之處，都體現了陰陽之理。動與靜，開與合，上與下，左與右，鬆與緊，定與活，快與慢，攻與守，虛與實，升與降，內與外，逆與順，含與露，呼與吸等，每一個環節都充滿了陰陽的理念。太極劍的神與意合，意與體合，體與劍合，身法與劍法融成一體的風格，將陰陽理論之交感相錯等內涵，表現得淋漓盡致。

太極劍「邁步如貓行，運動如抽絲」。柔中寓剛，剛而不硬，柔而不軟。無論是刺、劈、攔、撩，出擊之前必蓄力，虛實分明，開合交替。太極劍動作連綿柔緩，節奏平穩，銜接順和無痕。

先習拳後學劍

學習太極劍最好在學完太極拳之後，這樣既可先打下一定的基礎，又便於對拳與劍兩者之間的異同加以比較，因而對拳劍的動作要領有更深刻的理解。

太極劍既有太極拳鬆靜柔緩、中正安舒及活和連貫的運動風格，又表現出輕、靈、巧、準、美的劍術特點。太極劍法清晰，力點準確，造型優美，劍勢多變。女性一劍在手，劍光閃爍，為清麗平添了幾分神氣。男性持劍揮舞，紅色的劍穗又為剛毅增加了幾許俊秀。女性佩劍獨立更顯颯爽英姿，男性劍袍飛揚倍感瀟灑飄逸。堅持練習不僅可以平衡陰陽，強身益壽，更令人煥發青春活力。

Pacific Int'l Travel & Tour, Inc.

康和國際旅行社

3682 Stewart Rd., Suite A-3A Doraville, GA 30046

★特廉機票： 代理國內、外各航空公司香港、中國、東南亞、香港至美加東西岸及歐洲各地*可在香港及多倫多取票	★代辦： 各地豪華遊輪船票、各國簽證、回美證、護照更換及延期、中英文翻譯、公證、單身證明 AT28166-1
★旅行團： 安排參加中國、東南亞、美加東西岸、夏威夷及歐洲各地旅行團	電 話： (770)457-8488 傳 真： (770)457-8588 外州免費： 866-570-2288 E-mail: pacificintl@bellsouth.net AT34742

健康人生： 小心生命 糖尿病極速降血糖

醫生一直強調，糖尿病人的血糖要控制在一定水平，才可以減少將來出現併發症的機會，始終，糖尿病的「危機」，是來自長期高血糖帶來的心臟病、中風、腎衰竭、糖尿上眼（導致失明）又或糖尿腳（或需截肢）等併發症。

然而，最新的醫學研究告訴我們，把血糖降至合理水平的策略，不能操之過急，否則死亡率反會上升。

怎樣才算是「操之過急」？先看美國國立衛生研究院（National Institutes of Health 簡稱NIH）資助的ACCORD研究結果。研究人員想知道，用盡方法，包括加藥或加用胰島素，在一年內把「糖化血紅素」（HbA1c或稱A1c）水平降至6%以下，能否減少中風或心臟病的糖尿病併發症？糖尿病人都明白，A1c是反映患者2至3個月內的平均血糖值。對患者而言，合理水平應該在7%以下。有醫生相信，若能把A1c降至6%或以下，即與普通人的A1c水平接近，更能防止糖尿病併發症的出現。

死亡率較高 中止研究

然而，ACCORD這項研究發現，把A1c降至6%左右的病人，與降至介乎7至7.9%的病人相比，於3年半後，前者的死亡率較後者高（5%Vs4%），但中風或心臟病併發症的發生率，卻沒有明顯下降，並不如研究人員所預期。與此同時，由於前者的死亡率較高，研究人員為了參與研究病人的安全，只好半途終止研究。

這項研究在今年6月舉行的美國糖尿學會（American Diabetes Association）年度醫學會議上發表時，惹來很大迴響。

有份參加該年會的香港中文大學內科及藥物治療學系副教授唐俊業表示，要A1c在一年內極速降至6%以下，其實並不容易，用上多達5種口服糖尿藥加上胰島素也不出奇。要知道，每種藥物的副作用加起來，已甚「可觀」。而且，這項研究使用的口服糖尿藥中，有3類會帶來肥胖的副作用，而肥胖正好增加患上心臟病的機會。

不過，另一個同樣在是項會議發表的澳洲研究，規模與上一個相近（參加病人逾萬），想探討的問題也一樣（即把A1c下調至7%以下，可否減少併發症及死亡機會），但澳洲研究則不見死亡率上升的問題。

增加藥物 副作用大

唐俊業拿出兩個研究的圖表比較，答案一目了然：澳洲的研究是用上3年時間，慢慢把A1c下降至6.5%，而非如心急的美國人般，在一年內極速達標。

「盲目追求（治療）目標而不看病人情口，並不切實際。」唐俊業說。由此可知，用盡方法極速降低A1c，帶來的壞處多於好處。而且，極速達標，意味很大機會要服用多種糖尿藥，而服用的糖尿藥種類愈多，血糖低的機會愈大。若在睡夢中出現血糖低，會導致心律不齊而死亡，這點不可忽略。

上述兩項研究均已在今年6月的《新英格蘭醫學期刊》（NEJM）刊登。



有個好鄰居，日日好安心
State Farm 提供保險與財務服務

STATE FARM INSURANCE

TEL: 404-266-8118

FAX: 404-266-8115

9A Lenox Pointe NE, Atlanta, GA 30324

百萬保險經紀人

梁劉經穗

Wendy Leung

我們精通中文



歡迎洽詢
退休基金 · 商業保險 · 汽車貸款

人壽 房屋 汽車 健康
服務求真 安全落實



黃迎 理財顧問、註冊代表

4151 Ashford Dunwoody Dr.
Suite 500
Atlanta, GA 30319
電話: 404-704-3130
手機: 678-523-9454
E06068XP5(exp0608)(GA)MLIC-LD

MetLife® IF

假設
假設我意外去世?
假設我活到 100 歲?
假設我失去工作能力?
假設我換了工作?

沒有人計劃失敗，失敗是因為沒有計劃。
請今天就踏出第一步，讓我們攜手規劃未來。

Insurance and annuity products offered through Metropolitan Life Insurance Company and Securities products offered through registered representatives of MetLife affiliated broker/dealers including Metropolitan Life Insurance Company (member NASD) or MetLife Securities, Inc. (member NASD/SIPC) 200 Park Avenue, New York, NY 10166. Investment Advisory services are offered through Investment Adviser Representatives of MetLife Securities Inc., MSI is a Registered Investment Adviser

假設我.....?
'If' is a part of 'life', 大都會保險與理財
一生中有眾多假設，讓我們共同來規劃

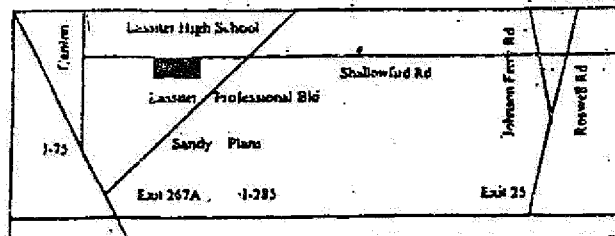
理財規劃 (家庭財務規劃, 子女教育規劃, 退休基金規劃)
商業規劃 (事業延續規劃, 雇主商業規劃, 員工福利規劃)
遺產規劃



電話: 770-924-1232
地址: Lassiter Professional Bldg.
2525 Shallowford Rd., NE,
Suite B
Marietta, GA 30066

關穗章 全科牙醫 JEFF KWAN D.M.D. FAMILY & GENERAL DENTISTRY

★ 新設備 ★ 新儀器 ★ 家庭牙科醫生





聯合銀行

UNITED COMMERCIAL BANK®



Member of FDIC

亞城銀行唯一

二十四小時中文電話查詢服務 (Bank Touch)

利用電話按鍵查詢詳情

(770) 454-8682

撥打查詢電話按 191，即可以中文查詢支票 / 支票存款帳戶的餘額、已付支票、支票存款存款、支票存款支出、開戶申請、開關、改變帳號等有資料。

儲蓄存款 · 本票匯票 ·
個人貸款 · 一般商業貸款 ·
房屋貸款 · 中小企業貸款 ·
國內外信用狀 · 華僑信託基金保證貸款

Dunwoody Branch:	4360 Chamblee-Dunwoody Road, Atlanta, GA 30341	Tel: 770-454-0400
Asian Banking Center:	3490 Shallowford Road, Chamblee, GA 30341	Tel: 770-455-1772
Vinings Branch:	2727 Paces Ferry Road, Atlanta, GA 30339	Tel: 770-432-1000
Peachtree Corner Branch:	3280 Holcomb Bridge Road., Norcross, GA 30092	Tel: 770-582-0705
Park Village Branch:	2540 Pleasant Hill Road, Duluth, GA 30096	Tel: 678-417-7572
Fremont Branch:	46615 Mission Boulevard, Fremont, CA 94539	Tel: 510-252-1600
San Jose Branch:	1648-A Tully Road, San Jose, CA 95122	Tel: 408-270-1500

第一市場

FIRST ORIENTAL MARKET

本店獨家總代理
香港無線電視帶
國、粵、越、泰
東語各種錄影帶

★會員特別優待★

404-377-2185
404-377-6950

南北雜貨 · 新鮮蔬菜 · 海鮮肉類
冷凍食品 · 金豬烤鴨 · 叉燒滷味
參茸補品 · 各國影帶 · 應有盡有
種類繁多 · 零售批發 · 一律歡迎

2774 E. PONCE DE LEON AVE.
DECATUR, GA. 30030

飲茶的食具飲茶是一種源自廣州的粵式飲食。在香港，一開始是叫作「上茶樓」或者「上酒樓」，後來就叫了「去飲茶」，慢慢「飲茶」就變成了上茶樓喝茶吃點心的代名詞。飲茶主要包括了喝茶和吃點心，而點心中數蝦餃和叉燒包在早期較為廣受歡迎，故此粵語內形容飲茶為「一盅兩件」（一盅茶+兩件點心），而且在某些語境下它還表示「最低消費」的意思。飲茶在香港及廣東一帶非常流行，近年更流傳到中國其他省份及世界各地，成為最具代表性的粵菜之一。在外國，飲茶差不多是點心的同義詞。飲茶的茶樓在歐美被稱為「Dim Sum House」。澳紐索性把飲茶的地方同樣稱呼為「飲茶」，而日常交談亦會說「Let's go to Yum Cha」。

從前到酒樓飲茶，需要自己找座位。1980年代開始，香港的酒樓茶市，通常設有輪候制度，由知客負責。客人先到登記處登記並取一籌號，並等候知客宣佈。雖然如此，在周末、周日午市繁忙時間，登記處通常會人山人海，混亂情況仍然可見，到酒樓「等位」是飲茶文化的一部份。

飲茶時，茶客先挑選一種想喝的茶，例如：鐵觀音、普洱、香片、壽眉等。等茶泡好以後，才開始吃點心。侍應亦會把一些醬料（例如：辣椒醬）給予食客，這與茶合稱「茶芥」。

點心分鹹點與甜點。如果是熱吃的多數會用竹製的蒸籠蒸熟。以前「茶樓」的售點員，在胸前掛上一個大盤，把點心放盤上。之後工人一邊在茶樓四處走動，一邊高聲呼喊點心的種類，讓客人挑選。後來逐漸使用了點心車，取代售點員胸前掛上的大盤。點心車可以盛載更多點心，部分點心車亦可以在車前放置寫上點心名字的牌子，不用售點員不斷呼喊。而且有加熱的設備，如內置石油氣罐作為燃料，為蒸點心車內的熱水加熱以維持食物溫度，或為煎炸點心車即製點心。但由於曾發生多宗點心車內的燃料爆炸傷及員工茶客事件，以及在難以準確控制點心出貨數量，故現在香港亦有不少茶樓乾脆取締點心車。客人先在點心名單內挑選想吃的，由侍應（粵語俗稱「夥計」）下單，從廚房內即叫即蒸。近年更配備電腦，由下單至結帳都自動化（資訊網絡化），減少出錯的機會。反觀以前的茶樓連「點心記錄咭」也沒有，結帳時，夥計會數數檯上空碟子的數目，然後用「心算」算出帳單的總數。

老人一般會在早上五點就到茶居等開門，相熟的就會坐在一圍，稱為「搭檯」，天天如此，約六點多就會喝完第一輪。年輕人多數九點才去，形成第二個高峰。在五邑一般過了十點早市就結束。喝茶時間也可以由早上6、7點一直到午餐。廣東人叫做「直落」，意思是「連續」。

香港的茶市時間比較長，除了早市及午市外，一些酒樓在下午會有下午茶時段，約由下午2時至5時。部份酒樓會在下午茶時段提供優惠，例如特價點心或免茶、芥費用等。有酒樓更在晚上宵夜時段提供夜茶。現在香港的茶市，有分大堂及雅座包廂房間，後者一般不容許「搭檯」，茶費比較多收一至兩元每位。

廣州2010年將建成無線城市 計劃覆蓋珠三角

廣州正就建設無線城市諮詢電信專家的意見，據稱2~3年內建成，整個珠江三角洲也將納入無線城市建設的範圍。不過專家分析，建成無線城市後將衝擊一般移動電話業務的生存。報道，在廣州資訊化辦公室組織的專家討論會上，包括無線城市的積極推動者，北京郵電大學教授闕凱力、著名電信專家李進良等均參加了討論會。據專家透露，無線城市將首先在蘿崗、南沙等幾個區試點。此外，整個珠江三角洲也將納入無線城市建設的範圍。

與會專家介紹，整體“無線城市”項目將分三期進行，每期佈置數萬個AP(無線接入點)，預計歷時約2到3年將完成。有與會專家介紹，其中政府將分擔公共設施的AP建設，比如園林局就在路燈上佈置AP，並負責相關的維護工作。火車站、機場將建設自己AP，隨後大學、賓館、餐廳、火車站自行加入，最終將全市納入無線寬帶網路範圍，無線城市建成。

根據有意向參與無線城市項目建設的中電華通提出的方案，預計整個廣州建成無線城市大概需要十億左右的資金。另據與會專家透露，中國移動、中國電信等均可能成為無線城市的運營商。

有業內專家認為，由於無線城市建設存在著各種各樣爭議，因此如何將構想實現依然需要進一步論證。電信專家李進良認為，當廣州建成無線城市後，透過Wi-Fi手機通話必將成為現實，“Wi-Fi手機不但將衝擊一般移動電話業務的生存，而Wi-Fi由於帶寬非常高，因此甚至會衝擊到已經開始試驗的HSDPA高速上網業務。

李進良認為，不論是採取何種方式修建，最終目的就是要讓老百姓承擔得來的價格進行寬帶接入。



美豐銀行

METRO CITY BANK



SBA Preferred Lender

我們珍視與顧客的長遠發展
做你誠摯的朋友和生意伙伴

有小銀行親切的個人服務★有大銀行現代的作業系統★立時就地提供您金融需要

總行：5441 Buford Hwy. Suite 109, Doraville, GA 30340

Tel: 770-455-4989 Fax: 770-455-4988 www.metrocitybank.com

Duluth 分行：3725 Norcross Road, Duluth, GA 30096 Tel: 770-495-1774

Johns Creek 分行：10820 Abbotts Bridge Rd., Suite 140, Johns Creek, GA 30097

Tel: 770-495-2423



李麗娟



專業房地產經紀 值得您永遠信賴

- ★ 精於住宅新舊屋買賣
- ★ 專於商業地產投資
- ★ 熟悉各種貸款及0%Down
- ★ 居於亞城廿餘年，最熟悉亞城的環境

精通國、台、粵、英語及越語

各地新舊房價另有商業地適合開發購物中心
 歡迎來電或上網www.lindayehrealtor.com查詢
 直線：678-521-5214 外州：1-888-735-9862
 公司：770-238-0558 傳真：770-291-0101

LINDA LY
 Associate Broker
 • 全美地產協會會員
 • 亞特蘭大商業地產協會會員
 E-mail: lindaly@remax.net

岑明發律師行

PATRICK SAM & ASSOCIATES

喬州註冊律師 喬州大學(UGA)法學博士 Emory 大學化學碩士, Kennesaw 州立大學化學, 生物學學士

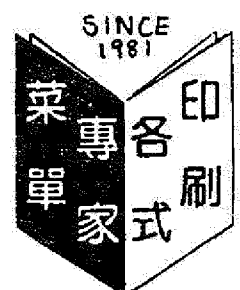
明「謀」正「取」

用光明磊落的方法替您爭取正當身份及公正待遇

專辦：各類移民事務，工作簽證，綠卡，勞工卡，商業事務，成立公司，買賣餐館，契約
 精通 國、粵、越語

3728 Chamblee Dunwoody Rd., Chamblee, GA 30341 WWW.SAMLAWYER.COM
 電話：770-451-5077； 電傳：770-451-5877

大同印刷公司



- 菜單餐牌 • 信紙信封
- 海報傳單 • 貼紙表格
- 喜壽請帖 • 圖章名片
- 燙金包膠 • 期刊書冊

1. 專利易銷產品多項
微營銷代理及
個人副業代銷。
2. 專業收購二手機械
及印刷設備。
3. 代客規劃機械及
印刷廠
40年經驗。

大同機電顧問

458-8588大同印刷祝您發

5420 NEW PEACHTREE RD., CHAMBLEE, GA. 30341 中國城對面
 電話 Tel: (770) 458-8588 傳真 Fax: (770) 458-0366

美食天地

食是人生最高享受



坤華食譜 烹調是一門高度文化藝術

芋頭燜燒鴨

- A. ½ 隻 燒鴨 B. 2½ 磅 檳榔芋頭 C. 1 湯匙 蒜茸 D. ½ 棵 大蒜苗
2 湯匙 魚露 3 湯匙 豆豉
1 茶匙 雞精 1 杯 湯或水

做法

1. 燒鴨去骨除肥。燒鴨皮下很多肥，首先要將鴨皮拿起來，用刀慢慢把皮下面的肥剝除，還要用紙巾抹掉皮下之油，及抹乾淨鴨肉之間的油，鴨皮去油後切塊留用，骨要全部除清，肉切成鴨件。
2. 芋頭要用檳榔芋頭才香，芋頭削皮後，先乾淨，切如 2 段手指大小之芋條，用大盛著，加入魚露和雞精拌勻。
3. 用盤裝好，大火蒸 25 分鐘，蒸熟待涼，待乾身。
4. 燒紅 2 吋厚或 1/3 鍋油，把已蒸熟之芋條炸之身乾，可分 2 次炸，炸好撈起隔油備用。
5. 約用 2 湯匙油起鍋，爆香蒜茸豆豉(整粒)。
6. 跟著倒下已準備好的燒鴨皮和肉，拌炒 2 下。
7. 接下來倒下炸好之芋條，加入一杯高湯，大火煮之沸。
8. 大蒜苗往中間直切，分開兩邊，跟著橫切，約切 1/4 吋闊，切成蒜苗絲，洗淨瀝乾水份。(應預早切好)
9. 燒鴨和芋大火煮沸後，倒下蒜苗絲，繼續待沸即行熄火。(芋條和鴨都已是熟的，不宜多煮)

這道菜極致野味，燒鴨本身已經又減又香，再加上蒜頭豆豉及炸過的芋頭，故帶出一股又香又野而濃沃醇厚的家鄉味，筆者全家大小都很喜歡。



百福國際旅行社 Buford International Travel

經驗豐富 服務第一 價格公道

●代辦各國簽證 ●購買機票免費提供飛行安全險\$300,000

電話：**770-451-1212 ; 1-800-390-2888**

2000 Clearview Ave., Suite 203, Atlanta, GA 30340

■ 主頁 / 產品與服務

- 個人理財
- 商業理財
- 貸款服務
- 國際貿易
- 網上銀行

相關服務資訊請洽詢:

總行:

5150 Buford Hwy, B-130
Doraville, GA 30340
Tel: (770) 457-5858
Fax: (770) 457-1410

Johns Creek 分行:

10900 Medlock Bridge
Road, Suite 102
Johns Creek, GA 30097
Tel: (770) 344-0322
Fax: (770) 344-0323

營業時間:

週一至週四 9:00am ~ 4:00pm
週五 9:00am ~ 5:00pm
週六 10:00am ~ 3:00pm



國際銀行



Global Commerce Bank
www.bank.com

一站式全方位服務 one stop services

體貼您的辛勞，珍視您每一分付托！ - 和您攜手理財
提供個人及商業支票/儲蓄，零存整付，定期存款，IRA 等各種不同帳戶，滿足您的理財需求。

小錢也能辦大事，把握成功契機！ - 與您共創商機

商業貸款: SBA 中小企業貸款，商業房地產貸款，建築貸款，流動資金貸款，機器設備貸款等

國際貿易: 進出口信用狀，押匯，轉讓信用狀，進出口單據託收，融資等

本行宗旨: “服務源自真誠，同發展共成長”

靈活變通，化繁為簡，七天 24 小時網絡理財

喜萬年海鮮大酒樓

Happy Valley Seafood Restaurant

亞特蘭大最新、最大、最豪華、最高品味的粵菜海鮮酒樓

港式飲茶	★	正宗粵菜
歐陸式裝璜	★	帝王級享受

筵開 60 席 ● 預訂全年酒席

地址: 5495 Jimmy Carter Blvd, Norcross, GA 30093

電話: 678-218-0888