



# 廣東月刊

Kwong Tung Association of Atlanta  
5137 Hampton Lake Dr.  
Marietta, GA 30068

KWONG TUNG MONTHLY

Please put  
stamp here.  
The Post Office  
will not deliver  
mail without  
postage.

贈閱

第二十五卷第一期(總二八三)  
出版日期：二〇一四年一月二十日

[www.gd-atlanta.net](http://www.gd-atlanta.net)

## 亞特蘭大廣東同鄉會

盛情邀請全體會員，各界友好光臨農曆甲午年春宴

宴會時間：二零一四年三月一日(星期六) 晚間 6:30PM

宴會地點：喜萬年海鮮酒家 Happy Valley Asian Seafood Restaurant  
5495 Jimmy Carter Blvd.  
Norcross, GA 30093  
Tel: 678-218-0888

費用：每位\$35元，十歲以下\$10元(兒童席)。

備註：今年春宴繼承過往多年來傳統，不但有豐盛的美味佳餚，並有精彩歌舞表演和現場中樂伴奏的傳統粵曲演唱等節目。還有豐富的獎品以供抽獎，希望大家多多捐贈獎品。並請所有會員屆時自覺繳交二零一四年會費。

報名方式：請電：郭順瓊 770-565-6507  
沙國華 770-565-0081

在夏天裡有聽到蜜蜂嗡嗡地到處圍繞嗎？也許您和我有相同回答 — 不多。它們的總數已經急劇下降。原因是農業和城市的發展，農藥的過度使用，原生植物的棄除，外來物種的競爭，缺乏築巢的地方，疾病等。這不僅對蜜蜂的生存是個威脅，對人類也有大破壞的可能性。因為三分之一的人類食物是動物傳粉的結果，而蜜蜂是其中主要的傳粉動物。蜜蜂的傳粉不但使植物繁殖，它也為人類和野生生物提供水果，漿果，種子，堅果等植物性食物。沒有蜜蜂就沒有生命。

好在我們都可以幫忙補救。譬如我們可以開闢一個關心蜜蜂的院園來提高當地的蜜蜂數量。這樣做同時也幫助了自己的園藝工作。蕃茄，茄子，辣椒，南瓜類，景觀植物等都依賴蜜蜂傳粉。下面是三個可行的方法：

1. 在院園裡多種一些開花植物。越多越好，尤其是本地植物。把植物添加到原有的花床，或把草坪轉換成花園。讓一年四季都有花開。即使是一塊很小的土地種植本地原生花(Native Wildflowers)或灌木就可以吸引和保有原生種群。美國農業部(USDA)設網站 [tinyurl.com/beeplants](http://tinyurl.com/beeplants)，列有與蜜蜂友好的植物名單。在網站 [pollinator.org/guides.htm](http://pollinator.org/guides.htm) 輸入您的郵區之後可以取得如何種植當地植物的入門指導。

2. 停止使用廣譜殺虫劑。一個有原生植物，水源的院園會吸引鳴禽，蟾蜍，蜥蜴，蜘蛛，瓢蟲，螳螂，寄生蜂等。它們幫助害蟲的控制。對環境無毒處理害蟲的方法有手工採摘，使用昆蟲引誘劑(Pheromone Traps)，或增加生活在土壤中的細菌，例如 *Bacillus Thuringiensis*，*Milky Spore*。這些細菌能引起某些害蟲犯病。從網站 [beyondpesticides.org](http://beyondpesticides.org) 可以得到更多這類無毒控制害蟲的資料。

3. 提供築巢的地方。大多數的本土蜜蜂是孤獨的，它們不做蜂窩。它們在泥土裡或爛木頭中做隧道。幼蟲養在許多個別小室內，吃花粉蜜汁小球長大。為了幫助蜜蜂築巢，可以留下小塊光禿露天的沙質地面。在設計院園景觀時，包括安排一些樹木斷枝，倒下來的樹幹。或在一段大木頭上鑽孔，形成現成的隧道，讓蜜蜂容易用之來築巢。熊蜂(Bumble Bee)在地下築巢，也常常會住進人類為它們自製或購買的模擬隧道。

蜂的事實 — 在北美本土蜂的種類超過四千。有些傳粉有效性比非本土蜂好。果園石匠蜂對農作物傳粉特別有效，例如對櫻桃，杏仁，梨和蘋果。據說一隻石匠蜂效果相當于一百隻蜜蜂。

## 中醫食療:

## 八珍糕

組成：黨參、白朮、茯苓、白扁豆、蓮子、懷山、薏米、芡實各四錢

製法：將上述藥材，煎成湯汁，用其汁液，加進麵粉，製成糕點。

功效：健脾益氣

備註：如嫌製糕麻煩，可變成湯飲用

一般認為，皇帝身邊有很多御醫，多能得享高壽，此言差矣。根據統計，歷代帝皇共837位，但不過50歲者，超過一半以上。五嶽尋仙不辭遠，千方百計欲尋不老靈丹妙藥的秦始皇，四十九歲已駕崩，什麼願我皇萬歲萬萬歲，都是空話。

乾隆皇帝，是中國帝皇史上是長壽的皇帝，享年八十九歲，五代同堂，其高壽是得益《皇帝內經》幾句說話：「法於陰陽，和於術數，飲食有節，起居有常，不作妄勞，所以形與神俱，渡百歲乃去。」乾隆的飲食，極有規律，講求定時、定量、定質，早餐前定吃一碗冰糖燉燕窩。

還記得我早前介紹慈禧養生，晨起食一碗張福太監為她熬製的冰糖雪耳嗎？雪耳與燕窩，都是補肺佳品，分別是乾隆吃燕窩，慈禧吃雪耳而已。清代名醫汪涵墩所著《筆花醫鏡》記載，冰糖是補肺佳品，兩物相伍，相得益彰。

乾隆的另一個養生秘訣，就是「八珍糕」。什麼是八珍糕，就是由八種藥材製造而成的糕點，寓食於養。這八種藥材是人參、白朮、茯苓、白扁豆、蓮子、懷山、薏米、芡實。對中藥稍有認識的朋友，人參、白朮、茯苓，其實就是四君子湯的骨幹，四君子湯有何益處，是調理脾胃的良方，能助消化，吸取營養。蓮子、懷山、薏米、芡實，則是「清補涼」湯水的骨幹藥材，用以健脾去濕。為何在健脾藥物中，再配伍去濕藥材料，這就是中藥竅妙之處，中醫認為脾臟，喜燥不喜濕，濕重會防礙脾的正常運作，加進薏米後利水，有助脾的運化。

此八種藥材，藥性溫和，對維持脾臟正常運作，大有裨益，中醫將脾臟，喻作「糧倉」，這條保健方著眼點，就是保護糧庫，脾臟正常運作，人體營養就得到保證。

其實這條方原創者，是明代御醫陳實功，其目的是為皇子們因為飲食不節制導致脾胃虛弱而設。清代御醫，覺得此條方藥性溫和，適合帝皇萬金之軀，因而獻給乾隆。乾隆吃後，十分受用，結果從乾隆四十一年開始，直至晚年，糕不離口，乾隆能得享八十九歲高壽，榮登高壽帝皇榜首，與這條配方的療效，密不可分。

這條方藥性溫和，重點在調理脾胃，脾胃運作正常，身體器官自然得到充份的營養，頤養天年，所謂天年，就是上天賜給人類的基本歲數，一百歲是也，因此古人說渡百歲乃去，有恒心的讀者，不妨一試。

## 賦詩贊美神州大地(1)

作者：淡泊

### 云南山行

辞别丽江驰大理，车行缭绕越重山。  
白云生处隐居所，红日当空似闭关。  
天海难求杯水飲，崖沟非易取泉还。  
烟霞百里蜿蜒过，俯视古城倾刻间。

### 游桂林观感

桂林神秀五洲闻，游客如龙热气氛。  
"大象"饮河无日饱，"骆驼"喝水老天分。  
石岩溶洞万般态，峰影漓江百样新，  
一叶扁舟观秀色，风光画卷实迷人。  
注："大象"指象山，"骆驼"指骆驼山。

### 登庐山观感

一山矗立鄱阳边，车绕斜行四百旋。  
炎夜阴凉秋后扇，通宵感冷被同眠。  
近观湖上千帆竞，远望江流万缕烟。  
岁月峥嵘成过去，惊天会议已搬迁。

### 佛山荷花世界

荷花世界看奇葩，"五一"期间达锦华。  
菡萏碧湖蓝湛湛，芙蓉出水顶呱呱。  
争妍斗艳迎千客，竞吐芬芳香万家。  
绿叶扶持添秀色，莲开并蒂受追夸。


### 浏览中山陵

总理墓陵何处寻，钟山坡上柏森森。  
登阶雄伟浩然气，举目庄严肃敬钦。  
四海同盟谋救国，三番北伐尽劳心。  
出师未统身先死，曾使人民泪满巾。

### 游山海关感言

天下堪称第一关，古来镇守并非难。  
高墙厚壁金汤固，大炮长梯视等闲。  
倾国圆圆闻抢占，倒戈三桂引兵还。  
满清得助京称帝，只为红颜当汉奸。

## 只停一站，財路全開



**張麗**  
張麗 (文太太)  
財經分析專家、商管碩士

六十五歲了?請馬上聯繫我!  
了解老人醫保(Medicare):

- 免費處方藥(Part D)保險
- 免費牙醫及視、聽力保健
- 免費醫療保健用品
- 免費參加健身俱樂部
- 更多免費的醫護服務

還提供以下的服務:

- 個人、公司醫療人壽保險
- 個人、公司退休福利計劃
- 私人、商業房地產貸款

**E-mail: Li.Wen56@yahoo.com**  
**電話: 678-772-5390**  
Website: askzhangli.blogspot.com

**誠征  
經紀人**

## 生活常識：

## 蚊子最怕大蒜味道

蚊蟲叮咬是夏季一大煩惱，使用驅蚊劑又會存在安全隱患。下面告訴你蚊子最怕哪些味道以幫你輕鬆驅蚊。

**大蒜:** 吃大蒜後人會分泌一種味道，蚊子就會躲得遠遠的。吃大蒜前，最好先將其切成薄片，放置15分鐘，驅蚊效果更好。還可以將大蒜切片，放在視窗或在紗窗上塗抹，阻止蚊子進入室內。


**大豆油:** 一項新研究發現，由大豆油製成的驅蚊劑與普通含有化學驅蚊成分的驅蚊劑同樣有效。大豆油成本低，並且很常見，是驅蚊的最佳選擇。另外，大豆油具有極好的潤膚功效，取少量塗抹在身體暴露的位置，既護膚又防蚊。


**黑胡椒:** 上述研究還發現，黑胡椒也具有明顯的驅蚊蟲功效。平時可以將其撒在視窗、門口或是花盆邊緣，防止蚊蟲滋生和入侵。

**薰衣草:** 這種香氣驅蚊效果很理想。最好將薰衣草精油用大豆油等稀釋後再使用。

**蓮科植物:** 一項新研究發現，蓮花等蓮科植物是一種有效的驅蚊劑，同時還能殺滅蚊子的幼蟲。因此，夏季不妨在家裡養些小型蓮科植物。

**貓薄荷(也稱樟腦草):** 美國俄亥俄州立大學研究發現，貓薄荷會令蚊子「害怕」，其精油的驅蚊效果是驅蚊露的10倍。





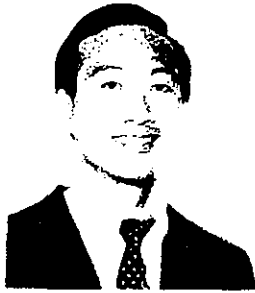
**李麗娟**

專業房地產資深經紀  
值得您永遠信賴  
精專: 商業土地投資各種住宅買賣

公司: 404-236-0043  
手機: 678-521-5214  
Fax: 855-891-6088

地產網址: [www.HouseOnline.us](http://www.HouseOnline.us)  
全球網上購物網址: [www.MaShopOnline.com](http://www.MaShopOnline.com)  
Email: [Lindaly.realtor@yahoo.com](mailto:Lindaly.realtor@yahoo.com)

Linda Ly  
Associate Broker



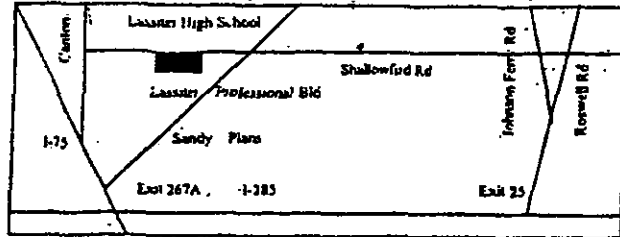
# 關 穗 章

全科牙醫 JEFF KWAN D.M.D

FAMILY & GENERAL DENTISTRY

★ 新設備 ★ 新儀器 ★ 家庭牙科醫生

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



# 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」

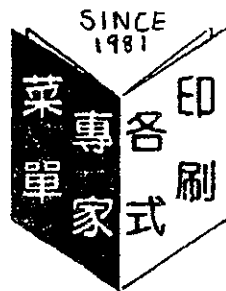
用光明磊落的方法替你爭取正當身份及公正待遇

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； 傳真：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  
做經銷代理及  
個人副業代銷。
2. 專業收購二手機噐  
及印刷設備。
3. 代客規劃機噐及  
印刷廠  
40年經驗。

大同機噐顧問

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

您有政府提供之醫療保險嗎?  
我們有來源可以幫助您。

服務項目包括：

助理護士，家務管理，保姆等。

助理保括：備食，餵食，打掃衛生，陪伴看醫生，  
協助用藥。並有免費交通及其他多項服務。

是誰舉辦此項服務？

這是政府資助，給予合格Medicaid之殘障人士的服務。  
協助他們在自己家中就可以獲得照顧而勿需進住養老院。

您能獲得的服務包括：

家庭個人助理服務。緊急按鈕安裝服務。醫療交通。

及其他多項成人健康助理服務。

以上，全部免費為您服務。

意者請電：678-862-8889



# 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

## 與車隊旅行團(Caravan) 同遊哥斯達尼加(Costa Rica) -驚喜連連之旅 (上) 甘嘉穗

愛旅遊又常旅遊的我們竟從未聽過 Caravan 之名。直到兩個月前收到朋友周君轉寄來的一份伊媚兒，是這個團的網址 Caravan.com，才第一次聽到此旅行社。老公上網一番瀏覽，發現他們包辦好些中美洲的旅遊，價格非常合理。最好的是這個合理的价格，除了機票，司機及導遊小費外，其他全包 - 包膳宿，大巴，所有旅遊點，入場費，地陪，旅館及餐廳小費，機場接送等。這在美式的旅遊是不多見的，老公心中蠢蠢欲動。

某日與一在旅行社工作的友人艾琳提及此事，專業的她也覺得這是個難得的好機會。我們一拍即合。艾琳開始招兵買馬。不久我們已成為一個十人老中的小團體，佔總團的四分之一。

三月七日一大早，我們十人先後聚集於維州的達拉斯機場。除了總召集人艾琳及溫娣，我們全不相識。不過像以往一樣，只要是來自同一鄉土，說著共同的語言 - 國語，年齡層次不是差很遠，轉個灣，拐個角，人人都是朋友的朋友，很快便不陌生了。

我們搭乘 Copa 航空公司，這是在網上尋尋覓覓找到提供最優惠票價的公司。服務倒也周到，有吃有喝，並免費供應烈酒，且不因途短而馬虎。我們先飛五個小時到巴拿馬，然後再飛一個多小時到達哥國首府聖荷西(San Jose)。一出機場，Caravan 的接機人員已經高舉旗誌，迎賓(我們)如儀。

我們未去之前，想著旅費如此便宜，又是到一個比較不富庶的國家，大概住的也是普通級吧，所以也沒抱太大希望，只求旅館房間整齊清潔而已。下午車到 InterContinental 旅館，第一印象覺得倒也有些“國際”氣派，心中定了下來。待進入房間，看看浴廁設備，居然和我們常去旅遊住的大陸大城的五星級旅館也相差不了，只是少了拖鞋，牙膏及牙刷，其他連吹風機和燒水壺都有。床櫃也有五星的架勢，於是放了一大半心。行李到後，我們下樓『探險』，意外發現有一個十分寬敞的中庭，高聳的椰樹中傳來陣陣悅耳的鳥鳴，修剪整齊的矮樹叢旁有一條彎彎的小河，仔細一看，原來是個別緻的長形游泳池，真有創意。旁邊還有一個設計古雅的熱水按摩池。再信步行至中庭的另一邊，旅館的側樓，發現裏面居然是健身房，桑拿室，土耳其蒸氣室，除了美容院外，其他全部免費供客人使用，真是太棒了！

我們逛回旅館大廳，見一年輕漂亮女子迎面來。她自我介紹名叫利百加(Rebecca Gomez)，是我們十天旅程的領隊。當晚第一要務自是晚餐，餐後將有重要會議，介紹每天的行程；坐車排位的方式及各種安全事項。該晚晚餐是為『迎賓晚宴』。我們懷著興奮的心情，以為可以享用什麼大餐。進入餐廳，只見靠牆處一長排普通餐桌，一桌為幾盤沙拉，另一桌上置四個大自助餐用的，底下有火煨著的大鋼鍋，再旁邊是甜點專櫃。大鋼鍋中有一鍋是西班牙式滷牛肉，每個人的感覺是用盡吃奶之力也難以『分解』其肉，最後只有放棄一途。其他食物『果腹』有餘啦。『迎賓晚宴』草草了結。各人心懷鬼胎，開始擔心未來九天伙食，尤其在開會時利百加強調『我們哥國人民每餐必食黑豆大米，所以你們也是同等待遇。』調適一下心態，想著黑豆大米營養豐富，也沒什麼不好。只是『晚宴』不見一丁點兒的水果，而哥國不是咱家附近



超市水果的原產地嗎？有點納悶。會後忍不住問利百加，才知原來他們的習慣是只有早餐吃新鮮水果，倒也附合時下的新營養學。

第二天一早下樓吃早餐，果不其然，眼下所見令我『前嫌盡棄』；好多好多的水果忽然出現在眼前：百香果，番石榴，菠蘿，西瓜，木瓜，桃，李，香蕉，梨，哈密瓜……琳瑯滿目，應有盡有，且都是新鮮切好的，而旁邊還放著幾小碟不知名的沾醬。我們馬上又對『未來』充滿信心。

隔日開始我們的旅遊項目。第一站是到八千公尺活火山上的霧林子(cloud forest)，顧名思義就是很有朦朧之美的森林，一點不假。往深處走還有一個巨型的火山口(Poas volcano)，但你不一定見得著。早我們一批進去的遊客便是『如墜五里霧中』，什麼也看不到。我們運氣還不錯，這霧來得急，去得也快，我們到達時，剛好霧氣散盡，風和日麗，見到了我們的第一景。可是我更欣賞的是長達半小時步行的林蔭小道。行走其間，空氣濕潤。如在國內，就叫做『負離子』特多，走在其間，特健康。兩旁植物茂密，有很多寄生蘭生長在樹幹，樹枝上。這一次來中美洲，才印証蘭花真的是寄生的。上次坐橫渡巴拿馬運河郵輪，曾上岸至一花園參觀，見到有兩棵很大的樹，粗大的支幹上密密麻麻長滿了蘭花，甚至乎在屋頂的排水溝上也長滿蘭花，蔚為奇觀，忍不住在此帶上一筆。言歸正傳，林子中有很多很大的蕨類植物，有的大得像大王椰葉一樣，導遊說這種蕨類植物哥國特多，所以他們國內有許許多多的『蕨園』專門種來外銷。另一種很多很大的葉類植物，因為它的形狀及巨大的尺碼，被取名為『女士的陽傘』，真是十分恰當。

中午吃飯前，在車中，利百加跟我們說飯前有個『驚喜』。連講幾次，製造懸疑氣氛，可就不肯透漏半點風聲，急死人。終於到達午餐處，只見餐桌前騰出來一小片空地，地上放著些石器，樂器。背景像是個古人類居住的窯洞。不久，音樂響起，三名青年男女，身披獸皮衣，表演起來，歌唱內容有聽沒有懂，觀其動作，想是濃縮的演出哥國久遠的歷史，也頗具意義。唔，這個『驚喜』不錯。更讓我們『驚喜』的是後來旅程中『驚喜連連』，一個比一個精彩。餐廳在半山腰上，遙望聖荷西，整個山谷及城市盡入眼簾，風景優美，微風送爽，這頓中午飯胃口特佳。

哥國以咖啡出名。下午去參觀咖啡園，以為會無聊。沒想到講解的一男一女兩位地陪，風趣無比；譬如他們說我們咖啡豆是分等級的，外銷至全球各地。不好不要的咖啡豆就直接運去西雅圖，下面有人輕聲道『Starbuck』，全體轟然大笑。我們沿著咖啡園內小徑參觀，忽見一鮮紅小果實，顯然不是咖啡豆，有人問是啥，男地陪說那是最辣的一種小辣椒。有一團友不信，摘下放在口中，頓時一臉怪相。男地陪馬上作扭腰擺臀狀說：『它"辣"還是我"辣"？』又是一陣大笑。這兩位地陪讓我們開心了一下午。後來利百加跟我們說原來他倆都是演員兼職，難怪。

次日我們要深入哥國熱帶雨林。在那兒跟在其他地方一樣，都是要住兩晚。利百加警告過我們，這兩個晚上我們要去住的，套一句我們的話，是個『鳥不生蛋』的地方(其實那兒生蛋的鳥才多著哪，一笑)。我們先坐五個鐘頭的巴士，再坐一個半鐘頭的小船，然後才到得了這個叫做『Tortuguero』的國家原始森林公園。去時怕小船超重，每人只能帶一個行囊，其餘行李留在巴士行李廂。利百加說我們要去住的小木屋十分『精簡』，除了大毛巾兩條，蚊帳，電話，電視一概沒有。燈光黯淡。當然沒有冷暖氣，但有風扇。『底線』如此，該帶什麼，請自行定奪，這讓我聯想起『探險』二字。於是懷著興奮又忐忑不安的心情，踏上『征途』。

『征途』雖遙遠，卻不寂寞，有加百加當『領導』，真是我們的福氣。這位女士，好像十項全能。所有旅程所經，路邊的花草樹木，地上爬的，林間飛躍的，她都無所不知。在我們參觀香蕉園，鳳梨園時，她告訴我們哥國的工人，十之八九來自鄰國尼加拉瓜(Nicaragua)。因為工作苦，工資低，每月僅 US\$200，本國人都不願意做。由此話題，她很自然的為我們上了一堂哥國的歷史，人文，地理，外交等課，連年代日期都不含糊。固然這和她十六年的導遊經驗，及大學主修生物有關，但也服了她驚人的記憶。她的英語能力也很強，從未離開本土卻講得一口流利的英語，雖略帶口音，仍然清淅易懂。她的服務態度良好，總是笑咪咪的且有問必答。說到安全注意事項，簡直就是苦口婆心，我們很幸運有這麼一位好嚮導。

Caravan 選的地陪們也都很好。本土知識淵博，禮貌周到。這次旅行，我們數度坐小船深入密林中，每次都有地陪在旁講解。年青的船機長更是我們重要的『耳目』，我們看到的水棲林居動物，大部份是拜他們一雙雙『明察秋毫』的眼目所賜；諸如大小鱷魚(Crocodile & Caiman)，在水中飛竄的水蛇，樹獭(Sloth)，吼猴(Howler monkey)，稀有的金黃色吼猴，成雙成對的金剛鸚鵡(Scarlet Macaw)，耶穌蜥蜴(Jesus Christ lizard，因能快速在水上行走得名)，各種不同類，不同色的鸞鷲及水鳥，更有一種小蝙蝠，一長隊排列整齊的伏在樹幹上，煞是好玩。

小船終於靠岸，映入眼簾的是茂密的樹林。林蔭深處，有長廊有吊椅。扶疏的紅花綠樹間，便是我們將要下榻兩晚的小木屋群。整體建築溶入環境，渾然天成。如此幽勝美景，心中竊喜，早把小木屋的種種不便拋諸腦後。小木屋甚至沒有窗櫺，沒有栓子，只有紗窗，這裡是如此的『禮運大同』，大餐廳只有木屋頂，沒有牆 - 除了放食物的後面有一玻璃牆，想來這裡要防的『小偷』，非人也。

畢竟這裡是個『渡假村』，來此者皆為『文明人』，所以在小木居的另一端，我發現有個龜形漂亮的游泳池。

說起『龜形』，必需交代一下。這個渡假村，或說哥國旅遊業的重頭戲原本是在於每年七月底至十月。此時全中美洲，甚至遠至美國佛羅里達州的龜子龜孫都會湧到這附近一個黑沙灘來挖洞產蛋。這是它們的故鄉。能夠想像嗎？整個海灘都是龜，白天在海裡捕食，晚上爬回海灘產蛋，『場面』偉大不？最可愛的是看剛剛孵出的小小龜在太陽出來前本能的奮力爬向海中，所以吸引了世界各地無數的觀光客。龜，是此地的象徵。泳池作龜形再自然不過，旁邊還有個酒吧，我們想回復文明便到這兩處作樂。

夜深回房就寢，半夜裡朦朧中怎麼老聽到獅吼虎嘯的聲音？雖然『睡著』，下意識我還很清楚的告訴自己這裡是熱帶雨林，不可能有獅子老虎，那又是什麼呢？迷迷糊糊中我居然想起了白天導遊們介紹的『吼猴』，第二天一問，果然是它們作怪，可真沒想到吼猴小小身子，怎麼肺活量如此巨大，叫聲賽獅虎？看來取名『吼猴』，其來也有自。

我們選擇三月來哥國是查清楚他們十二月至四月是乾季。本來這麼些天天公也一直作美。卻在我們到這兩林的隔日下午直至第三天早晨離開，『雨林』『原形畢露』，狂風驟雨，好像颱風。

離開雨林不久，巴士經過一棵樹，利百加叫我們仔細看。原來這樹的樹枝上掛滿了一個個像葫蘆一樣的東西，吊在空中。她告訴我們那是一種鳥的巢，這種鳥每年都會回到同一棵樹，同一個巢產卵、孵小鳥，真稀奇。

# 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



## 燉蛋

A. 1 杯 蛋液  
¼ 杯 沙糖  
½ 茶匙 香精  
½ 茶匙 鮮檸檬汁

B. 3½ 杯 鮮奶

六個每個 6 安士的小烤碗

## 做法:

1. 先預熱烤箱 320 度。
2. 把 A 料全部放進一個大鐵碗裡(Mixing Bowl)。
3. 用把子(一扎小鐵條的)將 A 料打勻。
4. 將 B 料鮮奶煮至沸，熄火。
5. 然後把剛煮沸的鮮奶，邊攪邊倒，倒進蛋液裡，繼續拌打均勻。
6. 用篩網把材料隔一隔，撈丟上面之泡沫。
7. 分另倒進六個小烤碗裡。(六個小烤碗，應全放進一個鐵烤盤裡)
8. 用 320 度，約烤 20 分鐘，看蛋液有點突起，就立即熄火，可留在烤箱幾分鐘，熱吃最佳。

這個燉蛋，也可以用一個大盤蒸，蒸大約用 3-4 分鐘，蛋液凝固即成。但用小烤碗，蒸和烤都比較好看。

另注：這張菜譜，同樣的做法，也可以做咸的蒸蛋，咸的不要放糖。若要放蝦米，肉粒，蔥花等，那餡料必須預先炒熟，放下一拌並蒸，蒸好淋上醬油，麻油，胡椒粉就又變成一道小菜了。

## 最超值的汽車保險以及貼心的個人化服務

在State Farm<sup>®</sup>，您不僅可以享有優惠價格，同時，我們的代理人更致力於幫您獲得最合適的保障以及應得的折扣優惠。無微不至的關照，只有我們做得到。請立即與我聯絡。

**梁劉經穗**  
Wendy Leung, Agent

**404-266-8118 (B)**

**404-266-8115 (F)**

wendy.leung.bwvd@statefarm.com

or

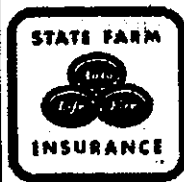
wendy@wendyleung.org

9A Lenox Pointe NE, Atlanta, GA 30324

**做個好鄰居，日日好安心**

State Farm 提供各類保險服務。

請致電 State Farm 保險的代理人於現有辦事處。詳情，請向各保險代理人查詢。  
State Farm 保險保單，表單及所有通知均以英文書寫。





聯邦中小企業管理局優先審核貸款銀行(SBA Preferred Lender)

**Main Office**

**5441 Buford Highway, Suite #109  
Doraville, GA 30340  
770-455-4989**

**Duluth Branch**

3725 Old Norcross Rd.  
Suite #A  
Duluth, GA 30096  
770-495-1774

**Sugarloaf Branch**

1295 Old Peachtree Road  
Suite #180  
Suwanee, GA 30024  
678-735-5150

**Suwanee Branch**

2790 L'ville-Suwanee Rd.  
Suite #105  
Suwanee, GA 30024  
678-482-2996

**Johns Creek Branch**

At Abbotts Bridge Station  
10820 Abbotts Bridge Rd.  
Suite #140  
Johns Creek, GA 30097  
770-495-2423

**Norcross Branch**

5385 Jimmy Carter Blvd.  
Suite #100  
Norcross, GA 30093  
678-689-0093

**East Alabama Branch**

1805 Gateway Drive  
Opelika, AL 36801  
334-741-1300

CDARS Member

[www.metrocitybank.com](http://www.metrocitybank.com)

SWIFT CODE: GMCBUS3A

聯邦中小型企業管理局貸款總額全喬治亞州第一名(2009 - 2012 年度)

# 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