

奶中沐浴 佳肴嫩又滑

牛奶还有一个别名“白色血液”，可见对人体的益处有多高，更被广泛应用于食疗。有顺德大厨巧烹妙炒，成就了一席“牛奶大餐”，让人享了口服又收获了健康。

牛奶是最古老的天然饮料，同时也是营养最丰富的食材之一。而且，牛奶既能缓解压力，还有助于睡眠。但是，每天猛灌牛奶，难免有点“简单粗暴”。将牛奶入菜，可一边享受美味，一边吸收营养。

顺德大厨设计的这席“牛奶大餐”，包括“蟹柳黑松露炒牛奶”、“鲜荷牛奶炖乳鸽”、“金榜牛奶糕”、“大良炸牛奶卷”和“姜撞奶”等特色菜。其中“蟹柳黑松露炒牛奶”、“鲜荷牛奶炖乳鸽”是当



之无愧的“美食与营养担当”。

大厨介绍，在“蟹柳黑松露炒牛奶”菜式中，炒牛奶时加入蟹柳、黑松露能让口感更丰富。而“鲜荷牛奶炖乳鸽”是创新菜，做法简单，以牛奶做汤水，放入一只乳鸽，再添加鲜荷叶调味，食材蒸熟即可。这道菜的精华在于鲜奶汤水中，不仅完全带走牛奶的腥味，而且有一股特别的清香，与奶香相融后，汤汁“丝丝入滑，啖啖清香”。

“炒牛奶”是顺德传统菜之一，有悠久的历史。要做好“炒牛奶”，必须掌握“软炒”。炒之前，首先旺火烧锅、冷油润锅，然后旋转锅身，油转了一遍锅底、锅壁后倒出。“软炒”时才不会出现粘锅的情况，即粤语所指的“搪镬”。接着在“文武火”的情况下倒入鲜奶，火力小了不易炒透，火力大了则易烧焦。

当锅中心位置的牛奶开始凝固时，将锅端离

火源，同时用锅铲将开始凝固的奶液推至锅边。此时还没有凝固的奶液就会流入锅的中心位置，再次将锅置于火上，如此循环反复6至7次，“炒牛奶”就能出炉了。

炒鲜奶时要用锅铲只顺着一个方向炒，使奶中蛋白质便于集聚凝结。当炒至即将凝结时，再用勺子从四边向上一层一层地翻，翻一层凝结一层，堆成下宽上尖的金字塔形即可。

野花牌綠蜂膠™

巴西农业部唯一允许出口的蜂胶品牌

调节血糖 降低血脂 平稳血压
软化血管 净化血液 增强免疫

销量冠军



厂家建议零售价
CAD\$49.99/瓶



加拿大驻巴西大使Jamal会见巴西野花蜂业总裁Fabio及副总裁Alan, 商讨两国双边贸易合作发展

野花牌绿蜂胶北美亚太区总代理加拿大皇家天然品有限公司营销副总裁Alan Li受到加拿大驻巴西大使Mr. Jamal, 加拿大驻圣保罗总领事Mr. Stephane, 加拿大驻巴西高级商务参赞Benoit等政府外交高层亲切接见，商讨未来如何进一步推动巴西加拿大双边贸易



左图从左至右依次为巴西野花蜂业实验室主任Paula,加拿大皇家天然品有限公司营销副总裁Alan Li, 圣保罗大学生物学博士、昆虫学博士、食品科学硕士、巴西野花蜂业国际首席科学家Dr.Esther Margarida博士, 巴西野花蜂业总裁Fabio及加拿大皇家天然品有限公司总裁Luciano

Disclaimer: This statement has not been evaluated by NHPD. This product is not intended to diagnose, treat, cure, or prevent any disease. 保健品不可替代药物，有病请先就医

巴西原装进口野花牌绿蜂胶Apiario Silvestre

北美亚太总代理Royal Natural Products Co.

加拿大多伦多总部地址: 7130 Warden Ave., Suite 406, Markham ON L3R1S2 Canada 欢迎访问, 祝您健康

Email: service@royalnatural.ca 北美免费长途: 1-866-690-4888 订购网址: www.royalnatural.ca

加拿大皇家天然品有限公司

加拿大多伦多总部地址: 7130 Warden Ave., Suite 406, Markham ON L3R1S2 Canada 欢迎访问, 祝您健康

Email: service@royalnatural.ca 北美免费长途: 1-866-690-4888 订购网址: www.royalnatural.ca

请到来选购我们备最多
Corelle, Corningware
及Luminarc!!



Corelle 1qt/.95L蓝边大碗
原价\$12
特价\$6.50



Corelle 28安士大碗
(指定款式)
原价\$6.50
特价\$4.95



Visions 1.5L玻璃煲
原价\$70
特价\$59.50
(Cooking with VISIONS is visibly better in every way-easier, healthier, tastier and better value with VISION you cook with confidence, control and style)



Zwilling® Sol 9.5"/24cm Thermolon Ceramic
不黏底平底镬
原价\$85
特价\$49
(Thermolon Granite non-stick ceramic coating will not burn, blister or peel and is PTFE and PFOA-free)



HOME WORLD
106-2929 Sunridge Way NE 403.451.0650 www.shophomeworld.com

Mon-Fri 10-5:30pm
Sat 11-6pm
Sun 12-5pm

华侨学校

卡城历史最悠久的中文学校

(提供亚省教育部认可普通话 / 广东话高中分班)
校址: 唐人街河滨大厦 (文化中心侧对面) 电话: 403-264-2233
126 2nd Ave SW, Calgary, AB. T2P 0B9 传真: 403-282-9854
网址: www.calgarychineseschool.com 电邮: ccps@shaw.ca
Facebook: www.facebook.com/calgarychineseprivateschool

2016 年 七 月 份 暑 期 班

日期: 2016年7月4日至7月29日 时间: 星期一至星期五 上午9时至下午4时
小学部: 组别: 幼稚园组 / 初级组 / 中级组 / 高级组 / 普通话组 学费: \$400
(可分期报名, 每周一周, 学费为\$120) 若留校至五时, 加收\$100。
课程内容: 教学内容轻松, 以快乐学习为主题, 内容包括语文、普通话、美劳、剪纸、唱游及校内课外活动等。
中学部: 级别: 中四至中六 (学分班) 学费: \$340 (毕业班另缴\$40毕业费)

招收 2016 - 2017 年度新生

新学年度学生注册于2016年2月27日开始。若在6月15日前报名, 仍可获优惠减免学费\$20.00。
师资: 近四十名热爱中文教学、具教育专业背景的教师, 教学经验丰富、态度严谨; 多位教师曾分别获“华文教育优秀奖”、“华文教育杰出贡献奖”及“华文教育终身成就奖”。
设施: - 灵活生动的教学方法, 多媒体教学工具, 令教学更生动有趣;
- 宽敞明亮的教室, 闭路电视监控, 为学生提供良好而安全的学习环境;
- 独立行政办公室, 每周6天专职和兼职行政人员为老师、家长和学生服务;
- 课堂布置、为学生提供更宽松、舒适及更自由的学习地点及教学设施;
- 邻近中华文化中心, 方便参加文化中心举办的各项弘扬中华文化的活动及参观文化中心, 认识中华文化。
课程: 幼稚园至高中十二年级普通话简体字及广东话繁体字课程。高中部学生修毕中文十至十二年级课程, 可获得亚省教育部认可的15个高中学分。并设高中(中四至中六)函授课程。
教材: 选用中国暨南大学华文学院编写的《中文拼音》及《中文》系统教材, 同时也根据亚省教育部的课程指引并配合中国文化节庆等自编或选用其他教材。
活动: 开设各种兴趣班: 成人拼音和普通话会话班、成人广东话会话班、美术班、舞蹈班等。
时间: 2016年9月17日 (星期六) / 9月18日 (星期日)
上午班: 9:00am - 12:00noon 下午班: 1:00pm - 4:00pm
级 别: 广东话及普通话: 幼稚园低班至十二年级
学 费: ECS、幼低、幼高 全年\$310
一年级至十二年级 全年\$290 (六年级及十二年级另加\$40毕业费)
办公时间: 星期一至星期日 上午 9 时至下午 5 时 (逢星期三休息)