

真能省

* 美南最大折扣店, 展示數百種傢俱

美國第一名牌 ASHLEY 沙發及臥房組大量供應

床墊廉售高達 71% off

二件式 全套單人床	\$129	5呎高床架組	\$29
七件式 喜福組 *	\$649	四件式 臥房組	\$289
七件式 木面雕飾餐椅組	\$129	雙層床 (含南床墊)	\$259
五件式 實木餐桌組	\$249	Queen Headboard	\$159
三件式 玻璃面咖啡桌、茶几組	\$ 25	一套 Queen bed	\$159
三件式 木面雕飾咖啡桌組	\$ 35		

* 含沙發、雙人座、咖啡桌、茶几(2)、燈檯(2)

傢俱公司

Nelson & Jean Corp

貨真價實 華人自營
 信譽第一

2

萬呎展示中心

六天營業

週一、二、四、五: 12pm - 8:00pm

週六: 10:00am - 5:00pm

週日: 1:00pm - 6:00pm

週一休息

電話: 713-723-9116

地址: 12677 Hiram Clarke, Houston 近休士頓中國教會的 1 哩

杨怀民 掷4千万 救上万条濒死犬 揪友宜兰买地盖狗园

许多影迷好奇，这几年叶青歌仔戏第一小生杨怀民跑哪去了？日前他接受《苹果》专访，透露这几年他跟4位好友一起拯救重症流浪狗，4年来救上了上万条狗狗，南北狗园月支出约要200万元，2014年他们在宜兰冬山买地盖狗园，在北部成立「莉丰慧民V」北馆，花4千万元盖房养狗狗，他说：「已经1年没接戏，若拍3天的还可以，拍3个月就不行，照顾孤儿无暇身。」

提起「莉丰慧民V」北馆的组台，杨怀民说，「最早是2012徐

慧雯在台南成立「护生园」照顾流浪狗，2013年莉莉加入后，买楼买地救狗，加上他们三个男生，才是「莉丰慧民V」，我们不是收养被弃养的狗狗，而是救援死刑犬与病危的狗。」

人畜关系平等，北馆成立后，陆续收容重症犬只，不少狗狗送来时已经断肢，有的狗狗甚至被人类开膛破肚，但北馆至今仍在施工中，杨怀民说：「去年杜鹃台风在宜兰造成灾害，台风夜断电，房子前缘还因建商偷工减料被吹了大洞，我们泡在水里

，打电话请求救援，消防队来时说「人带走，狗留下」，我直接说「我想要留下来陪狗」，最后他们只好把5大人8条狗都带走。」

拿出养老积蓄，而提到园区窘迫的财务状况，莉莉重申他们都不是富豪，但是把养老的积蓄拿出来救狗。

目前南馆由徐慧雯全权负责，有600条狗，接受民间募款，北馆则透过贩售商品方式筹募资金，不过因为卖商品利润有限，夥伴们仍得自掏腰包才能度过财务难关。

《瓦城》威尼斯获3分钟掌声 柯震东「折磨有效的」



金曲歌王萧煌奇虽然看不见，却是水中蛟龙，日前接受本报专访大秀泳技，靠著岸上同伴拍手听声辨位，而 he 在水中则

柯震东、吴可熙主演的新片《再见瓦城》，昨在威尼斯影展「威尼斯日」竞赛单元世界首映，放映结束后厅内亮灯，现场超过600观众疯狂鼓掌喝采长达3分钟，柯震东被气氛震撼直呼：「之前带有太多对导演的恨意，原来训练、折磨都是有成效的！」

该片更连3发国际发光，继威尼斯、多伦多影展，昨再入选釜山影展「亚洲之窗」观摩单元，还将担任本届金马影展闭幕片。不枉苦磨1年

萧煌奇 一棒点亮盲眼游龙 撞壁头破血染泳池

靠著触觉，手碰壁就调整方向，为了避免头撞墙，工作人员在终点拿「指引棒」点他身体提醒减速，他笑说：「要把钱存下来盖泳池，免得游泳不小心摸到女生，被控性骚扰。」经纪人则爆料，他近年赚的钱，早就足够盖10座私人游泳池。

今年39岁的萧煌奇小学就学过游泳，因为视障不用戴蛙镜，最擅长的是自由式，只是游泳时难免会偏离水道，自曝约3年前有次去游泳，头直撞墙上泳池墙壁，当场血流如注，他痛得哇哇大叫，经别人提

醒才知道头撞破一个大洞，赶紧就医，这场意外阴影使他好几年不敢下水。

萧煌奇不仅会游泳，曾经还是代表台湾参加残障奥运的柔道国手，1994年在北京残障亚运夺得铜牌，爱唱歌的他，过去在歌手与运动员的身分犹豫不决，但考量国手生活需靠获奖的奖金及经费补助，加上运动员生涯有年龄的限制，恐有经济压力，1998年参加世界盲人运动会后告别运动员舞台，全心投入歌坛。

近来萧煌奇为了10月在台北小巨蛋开唱的「神秘世界」巡演积极备战，不仅游泳锻炼肺活量，为了让体型更精壮，找来拥有健身教练执照的祖雄恶补练出好身材；为展现训练成果，祖雄先让他在跑步机上暖身，左右手再高举各10公斤的哑铃，萧煌奇还边举边唱《下个街角》，让众人惊呆了，不过祖雄随即要他「躺卧卷体」，练出「冰块腹肌」，这一折腾让他气喘吁吁搞笑说，阔的香蕉奶昔要吐出来了。

柯雅馨下半身烫伤 恐终生长裙遮腿疤

36岁女星柯雅馨前天在家因不慎将鸡汤打翻，整锅热汤淋在下半身，导致腿部二级烫伤，脚踝三级烫伤，她当时马上脱衣服冲冷水15分钟，却让脚踝到屁股的水泡全破，她痛到大叫，却为安抚妈妈装镇定边冲水边唱诗歌。她因意外得暂停工作，会不会怕留疤，她说：「我已经做过最坏的打算，可以一辈子穿长裙。」

昨已转院

柯雅馨前天下午因严重烫伤搭救护车挂急诊，后在医院冲水约40分钟，消毒后处理伤口，当晚





靚苗米
經濟，營養，美味

- 家庭和飯店的首選品牌
- 優良品質
- 適用於烹飪炒飯，白飯，香攪等任何米製佳餚

可到您喜歡的代理分銷商處購買

(ARI) American Rice, Inc.

聯繫人: Llyn McEuen
電話: 713-525-9570
電郵: lmceuen@ebron.com



综合报道 F1意大利分站正赛，罗斯伯格在没有受到什■挑战的情况下夺得了冠军，杆位的汉密尔顿未能上演蒙扎的三连冠，法拉利的维特尔在跃马主场争得了一个季军。



综合报道 2016年09月04日，新疆维吾尔自治区乌鲁木齐市，霍华德中国行抵乌鲁木齐，造访新疆男篮训练基地与小学员互动。

每个省一道看家菜，看看你的家乡是哪道！

中国幅员辽阔，各个地方的饮食文化也各不相同，不同的菜系有着不同的风味。今天小编给大家带来的是全国34个省市自治区以及港澳台的看家菜，一起来看看自己家乡的是哪道吧！

1、北京——北京烤鸭
北京烤鸭可是世界闻名的一道菜，最著名的就是全聚德烤鸭了。用料为优质肉食鸭，果木炭火烤制，色泽红润，肉质肥而不腻，外脆里嫩。

做法：
烤制完成的鸭子用刀割成小片，叫做“片鸭”，理想情况下2分钟30秒片完，配以大葱丝、黄瓜丝、甜面酱，用薄饼卷着食用。

2、上海——小笼包
“轻轻提，慢慢移，先开窗，后吸汤。”对于小笼而言，自然新鲜的汁水是其精髓。上海小笼包以皮薄、肉嫩、汁多、味鲜、形美著称。

做法：
将肉馅包入薄面皮中，放入宽屉隔水蒸七八分钟，拌匀汤汁一同上桌，趁热进食。

3、天津——锅巴菜
锅巴菜柔软滑润，清素芳香，可作早点或正餐，同芝麻烧饼一起食用味美适口。以大福来字号制作的最有名气。

做法：
以绿豆、小米水磨成浆，摊成薄厚均匀的煎饼，切成叶状，浇上卤汁，再洒上辣椒油、芝麻

4、重庆——辣子鸡
是一道色香味俱全的汉族地方风味名肴，属于川菜系或重庆菜系。菜色色泽红亮，麻辣鲜香，酥香爽脆。

做法：
将鸡块炸至外焦里酥，与花椒、干辣椒和指天椒一同拌炒而成。

5、福建——佛跳墙
又名满坛香、福寿全，是福建福州的当地名菜，属闽菜系。富含营养，可促进发育，美容，延缓衰老，增强免疫力，乃进补佳品。

做法：
鱼翅、鲍鱼、刺参、大干贝、蟹钳、冬菇、香菇、猪肚头、鸭珍等山珍海味都包括在内，配以多种调料及家养老母鸡、家养黄嘴鸭等几十种原料精心煨制而成。

6、辽宁——猪肉炖粉条
是东北菜的代表之一，富有特色的东北地区风味菜肴，深受北方人的喜爱。俗话说：“猪肉炖粉条，饿死野狼嗷。”

做法：
新鲜猪肉切好，粉条提前发好，锅内入油，将肉炒一下，葱花十三香炆锅，加入老汤或者清水适量加入调味料和粉条，稍微炖一会即可。

7、浙江——西湖醋鱼
当场选鱼，以醋为主；美器盛来，鱼身油光，鱼眼圆瞪，胸鳍挺拔，形态生动，诱人食欲；入得口来，清香达脾，细嫩爽滑，鲜美异常，百吃不厌。

做法：
通常选用草鱼作原料，烹制而成。烧好后，浇上一层滑油亮的糖醋，胸鳍竖起，鱼肉嫩美，带有蟹味，鲜嫩酸甜。

8、安徽——臭鳊鱼
又称臭桂鱼、桶鲜鱼、桶鱼，腌鲜鱼，是一道汉族传统名菜，徽州菜的代表之一，闻起来臭，吃起来香，肉质鲜嫩，醇滑爽口，保持了鳊鱼的本味原汁。

做法：
把新鲜鳊鱼用淡盐水腌渍在室温25℃左右的环境中，时经六七天，鱼体便发出似臭非臭气味。然后入油锅略煎，配以猪肉片、笋片，小火烧滚至汤汁浓缩而成。

9、云南——汽锅鸡
是云南的名菜之一，早在2000多年前就在滇南民间流传。建水出产一种别致土陶蒸锅，叫“汽锅”，是专门用来蒸食物的。

做法：
仔鸡洗净后砍成小块，和姜、盐、葱、草果一道放入汽锅内盖好，汽锅置于放滴水的汤锅之上，放到火上煮，一般需3~4小时。

10、吉林——清蒸白鱼
属于东北菜系，食用后可调理身体各项机能。选用的一定是活鱼，本位咸鲜，色彩艳丽，鱼肉洁白，细嫩鲜美，汤汁清淡。

做法：
鱼切两段，加盐、料酒腌一下，加葱姜蒜，等水开后，上锅蒸。8分钟后出锅，倒掉盘里的汤汁，倒锅加蒸鱼豉油煮一下，浇在鱼身上。

11、西藏——手抓羊肉
是我国西北部藏、蒙、回、维等民族喜爱的传统食物，特点是肉味鲜美，不腻不膻、色香俱全。

做法：
青山羊肉剥成大块下入锅中煮熟，装盘；青红椒切碎丁，与葱末、蒜泥放入碗中，加入酱油调匀，再放入香油；上桌时，带

12、广西——荔浦芋扣肉
是广西荔浦及桂北地区的汉族传统名菜，此菜肉质细腻，熟后松软芳香，具有特殊风味，营养丰富。

做法：
将猪五花肉洗净，入沸水锅中煮熟，以少量精盐和蜜糖涂抹在肉皮上，入油锅炸至肉皮起泡，稍腌入味。将荔浦芋切成芋片，入热油锅炸，将其逐一夹在肉片之间，放入蒸碗中，蒸熟即可。

13、江西——三杯鸡
三杯鸡流传数百年，在赣中赣南等地广为传播，发源地是万载县。菜品延伸发展开来还有三杯肉、三杯鱼等，味道相当不错。

做法：
烹调仔鸡块时加入甜米酒、猪油、酱油各一小杯，不放汤水，用炭火将仔鸡块炖熟。

14、湖北——粉蒸肉
荤素搭配，一份蒸菜上桌，都有基底，肉在上面，蔬菜在下面，蔬菜在蒸的过程中吸收了荤菜的油脂和油香更软糯滋润，而肉又沾上蔬菜的清香，软糯不腻，入口顺滑。

做法：
把五花肉皮刮净，10公分长，0.5公分的厚片；放入淀粉，甜面酱、白糖、少许淀粉、姜葱丝拌匀上笼蒸5个小时，扣盘即成。

15、湖南——剁椒鱼头
湘菜中的一个菜品，以鱼头为主要食材，用辣椒炖煮而成。入口香辣爽口，回味无穷。

做法：
先用盐、料酒腌鱼头在表面铺上姜丝和剁辣椒，放上蒸架，大火蒸10-15分钟，铺上蒜蓉。另起一锅烧滚5大匙植物油，乘热均匀的浇淋在鱼头上即完成。

16、黑龙江——锅包肉
原名锅爆肉，是一道东北菜，为适应外宾口味，把咸鲜口味的“焦烧肉条”改成了一道酸甜口味的菜肴。

做法：
等洗净、煮熟切碎，配上花椒、辣椒、盐、大蒜、葱、姜等作料，通常将猪里脊肉切片腌入



综合报道 2016年9月4日，经过长时间飞行，阿联抵达洛杉矶■。在机场，他格外低调，一人推着3大1小四个箱子。当晚阿联的几个朋友前来接他，分别开着一辆黑色保时捷卡宴和白色劳斯莱斯。阿联抵达洛杉矶■后将尽快与湖人队会合，熟悉球队战术打法全力备战新赛季。



味，裹上炸浆，下锅炸至金黄色捞起，再下锅拌炒勾芡即成。

17、新疆——大盘鸡
是新疆知青创造的地区名菜，菜品色彩鲜艳，有爽滑麻辣的鸡肉和软糯甜润的土豆，辣中有香，粗中带细，而且经济实惠，亲朋聚会食用尚佳。

做法：
除净血污，煮时用麻丝将鸡捆好，待锅内凉水烧沸，投入鸡，煮半小时取出，盛一盆内，添作料，入笼蒸透。油炸至鸡是金黄色时，用漏勺捞出，沥油，随即盛盘中。

21、广东——烧鹅
统特色菜肴，属粤菜系，烧鹅色泽泽金红，味美可口。最为有名的是长堤“裕记烧鹅饭店”的烧鹅和黄埔区长洲岛上的“深井烧鹅”。

做法：
鹅以中、小的清远黑棕鸭为优，去翼、脚、内脏的整鹅，吹气，涂五香料，缝肚，凉风而后腌制，最后挂在烤炉里或明火上转动烤成，斩件上碟，便可进食。

22、山东——糖醋鲤鱼
山东临近黄河，黄河鲤鱼不仅肥嫩鲜美，而且金鳞赤尾，形态可爱，是宴会上的佳肴。

做法：
料酒、精盐撒入腌腌鲤鱼；清汤、酱油、料酒、醋、白糖、精盐、湿淀粉兑成发汁；放在七成热的油中炸至外皮变硬，移微火浸炸3分钟，再上旺火炸至金黄色，捞出摆盘，用手将鱼控干；将葱、姜、蒜放入锅中，倒入对好的发汁即可。

