

東鑫超市
SUNRISE
恭祝大家
新春快樂
水果蔬菜 海鮮活魚 風味食品 日用雜貨
1841 Henderson Rd Columbus, OH 43220
Tel: 614-326-1999; Fax: 614-326-3999

伊利華報

ERIE CHINESE JOURNAL

● 本報在美東北部: 克里夫蘭、哥倫布、匹茲堡、辛辛那提、紐約州、賓夕法尼亞等地發行 ● Published in Cleveland, Columbus, Pittsburgh, Cincinnati, NY and KY

第一七四期 Vol.174 Jan. 31.2011 免費贈閱 FREE

ISSN 1544-7766 發行商/PUBLISHER: ERIE CHINESE JOURNAL, INC.

Website: www.ecjweb.net; E-Mail: echinesej@yahoo.com

Tel: (216) 324-2959; Fax: (216) 255-9806 Add: 9810 Ravenna Rd., #8 Twinsburg OH 44087

寶龍大酒家
Bo Loong
曾獲 AOL 評選克城最佳中國菜
品嘗美味佳肴
放歌卡拉OK
3922 ST. CLAIR AVE. CLEVELAND, OH 44114
TEL: 216-391-3113 FAX: 216-391-8407



生活的真諦

The Life Tips

图/文: 浦瑛

2011 年新春佳節轉眼就到,是新年寄語,或許也是往事回憶? 此時此刻我只有一個心念:感恩,感恩伊利華報在風風雨雨中成長,我們編輯部全體同仁盡心盡力,從來沒有一期報紙因為身體或其他原因推遲或取消出刊,

感恩這八年來我結識了許多良師益友。

今天我要給讀者介紹的這兩位曾經在心靈和身體上都有過死而復生的經歷。Virginia Marti Veith 女士(82 歲),創辦了 Virginia Marti College, Young Moore (39 歲), Virginia Marti

College 的學生,她們兩位在新春來臨之際送給我一份十分珍貴的禮物:我稱它為生命處方,生活真諦。

Virginia Marti Veith 女士說:人生沒有絕對的圓滿,我出生時美國經濟大蕭條,我在

1956 年結婚,生了八個孩子,6 個男孩 2 個女兒,結婚 20 年後發現先生在外面還有一個家,這讓我精神上崩潰了,但面對事業和家庭,我讓先生去選擇,要哪一個家,先生頭也沒有回就走了。
(下轉 P11)

【本報訊】1 月 21 日,本報記者收到克里夫蘭好芽菜工廠老闆 Judy Chiu 女士來電,說要反映本市有超市和飯店選用有毒芽菜要顧客小心,因為選擇有毒的豆芽會影響身體。好芽

菜公司為本報提供以下知識和性息。

芽菜也稱芽苗菜,是各種穀類、豆類、樹類的種子培育出可以食用的“芽菜”,也稱“活體蔬菜”。品種豐富,營養全面,豆芽中含有豐富的維生素 C,可

根劑催化劑生產豆芽菜,用這種對人體健康不利的化學品生產出的綠豆芽形狀矮胖,色澤白嫩,看似很新鮮,在外觀上較用天然方法生產出的豆芽菜更為好看;用天然方法生產的豆芽



安全健康選吃好芽菜

以治療壞血病;它還有清除血管壁中膽固醇和脂肪的堆積、防止心血管病變的作用;綠豆芽中還含有核黃素,對口腔潰瘍的人很適合食用;它還富含膳食纖維,是便秘患者的健康蔬菜,有預防消化道癌症(食道癌、胃癌、直腸癌)功效;豆芽的熱量很低,而水分和纖維素含量很高,常吃豆芽,可以達到減肥的目的。

CLEVELAND BEAN SPROUTS, INC.“好芽菜”公司成立於 1989 年,至今已有 21 年歷史,主要生產綠豆芽,純天然生產工藝,安全可靠,芽菜供應給克里夫蘭、哥倫布、芝加哥等地區的各大中國超市和中國飯店,多年來,深受好評。

根據 Judy Chiu 女士介紹:有不法商人為牟取利益,用無

根劑催化劑生產豆芽菜,用這種對人體健康不利的化學品生產出的綠豆芽形狀矮胖,色澤白嫩,看似很新鮮,在外觀上較用天然方法生產出的豆芽菜更為好看;用天然方法生產的豆芽

菜一般可存放 2—4 天,而經過化學品處理的豆芽菜可以放到 5 天。商家為了利潤,不顧顧客的身體這是不道德行為應該抵制。

另外食品營養專家介紹:無根劑是一種能使豆芽快速分裂的激素類農藥,同氮肥一樣對人體都有致癌,導致畸形作用。另外會使兒童發育過早,女性生理髮生改變,老人骨質疏鬆症等等,及時有害不會在短時間內出現,預防吃到不好的芽菜只有靠顧客自己預防。

通常我們識別好的芽菜可以將芽菜折斷,無水分冒出的是自然培育的豆芽,有水分冒出是激素催生的豆芽。另外自然培育的豆芽身挺直稍細,而激素催生的頭芽菜莖粗,少根或無根。

廣大顧客千萬要小心辨認天然芽菜和經過化學品處理的芽菜的不同,不要為其外觀所惑,以免食用,危害身體,最後祝廣大市民健康生活!

感謝您大力支持華報 新年同賀

企城唐人街發展有限公司
百佳超市全體人員
哥倫布亞洲超市
Pacific East 全體同仁
全美中文學校主席湯年發先生
第一信用貸款公司王繼瑞女士
Cleveland Bean Sprouts, Inc
顧記車行



TCP

Asia

嚴雲泰先生
倪舉凌先生
紐約人壽保險公司呂永健先生
合豐食品公司何明先生
全美安良工商會主席歐陽永兆先生
MC 車行
可可餅屋
Twinsburg Dry Cleaning Center
利事會計事務所
黃唯律師事務所
微笑牙科診所
京園餐廳
領先裝修工程消防滅火公司



祝大家兔年行大運

好芽菜
CLEVELAND BEAN SPROUTS, INC.
Test by: ACCRA LABORATORIES L.L.P.
1-330-963-7492
2675 E. 40th
Cleveland, Ohio 44115
(216) 881-2112