

华人 通讯

SCA
华人协会
Newsletter
2012 春/Spring

(509) 720-8825



拜年啦

编辑的话: SPOKANE 舞台上的春晚, 掌声不断。其实, 舞台后面有更生动的故事。很多华人家庭全家以赴, 父母孩子都上台了。比如朱伟玲蔡文生夫妇和他们的孩子, 文波和李京夫妇和他们的女儿, 宫江清和白力军, 刘君和顾天宁, 王仲敏和孟燕夫妇等等。孩子们表演的红肚兜是许杨等老师夜以继日缝出来的。家长的配合, 出色的舞台背景和灯光, 等等, 很多幕后英雄的故事, 一言难尽。春节传统菜比赛的前三名也出来了, 有照片还有故事。 **下期预告:** 孩子教育和夫妻关系, 欢迎来稿: spokaneca@gmail.com

龙年是这样来的

龙年? 美国人好奇, 龙是什么样子? 华人协会想在春节编个舞龙的节目, SCC 社区大学亚太学生会(辅导员苏锐)向中国大陆购买了一条龙回来。于是, 华人协会主席宫江清和“中国文化馆工作室”的主任王仲敏去社区大学商讨租借事宜。

躺在箱子里的龙很长很大, 要八个人才能撑起来。用什么去撑? 找遍箱子的角角落落, 找不到。两人欢天喜地去, 垂头丧气地回来。龙年一天一天接近, 电话一个一个打出去, 找到大陆的生产商, 再找美国的代理商, 终于有了结果, 亚太学生会好事做到底, 把撑龙的棍棒买回来了。两人兴冲冲地赶去, 开箱一看, 都是竹棒, 经过太平洋的风吹雨打, 呲牙裂嘴, 手一碰, 就出血。

宫老师买了一卷塑胶带请学生帮忙, 全部绕在八根竹棒上。竹棒起死回生, 得有人撑起来。龙长十二米, 龙头重三十磅。需要八个年轻力壮的小伙子。

贴布告招兵买马, 有四个来自中国大陆的留学生报名, 两个华侨子弟, 两个有中国血统的学生参与进来。宫老师和老王第三次去社区大学, 把龙接出来了。

八个新手合成一体, 配合谈何容易! 老王说, 最少排练六次, 一个都不能缺席。结果还是有迟到和缺席的, 老王急得干瞪眼。

欢庆的节目单出来了, 有舞蹈, 有独唱, 有魔术, 有合唱, 等等, 舞龙是开场也是结尾。消息口耳相传, 一直传到加拿大, 一位母亲来信说, 我们已经订了 SPOKANE 的旅馆, 我的女儿从来没有见过龙, 我们预定两张票。

排练舞龙需要很大的场地。宫老师说, 舞龙者都在我们学校, 就在走廊上练吧! 排了三次, 已经到了演出前夕, 老王想, 要把龙舞活, 体现龙的精神, 起码再排练三次, 我们已经没有时间, 不如把这个节目取消了吧! 宫老师在演出的前一天晚上给学生们写了一封电子邮件: 今晚大家早点休息, 明天不能睡懒觉, 没有电子游戏, 早上九点准时咱们上舞台排练。她作了最坏的准备, 就是抬也要把龙抬上去。八个学生都来了, 没有一个缺席。这是第四次排练, 离下午三点半演出还有几个小时。

SPOKANE 的龙年, 就这样走来啦! 龙头高昂, 龙须飘飘, 龙鳞闪烁, 龙身腾跃。从台上走到台下, 又从台下走到台上, 观众沸腾。掌声雷动。

(舞龙者: 张冠楠, 朱诗雨, 李洋, 顾浩严, Devon Asmus, Jordan Nichols, 周平博, 曹宇贺)



宫江清：道不尽的感谢！

举办斯波坎的“春晚”，我们困难重重：没有排练场地，没有足够演员，没有时间。排练就像“地下游击队”，打一枪换一个地方，先后换了6个地方，包括走廊和地下室。我最多一周排四次，星期一和三晚教小孩，星期二和六排成人。如何解决演员问题？靠团结齐心，年龄从5岁到65岁，全部在周末和晚上无偿加班。作为总导演，我深深被感动。家长们毫无怨言的接送孩子，全力以赴的支持排练。舞龙的学生们舍去周末睡懒觉的机会，冒着寒冷在室外练习，一遍又一遍，看得我又爱又怜。舞蹈队员跪下去，站起来，左右转向，手脚并用，姐妹们戏说“宫扒皮太严格了”。四位节目主持人是咱春晚的骄傲！藏族演员久美郑智(男生独唱)，赵紫旭(超级模特)去年下半年刚到达斯波坎，积极投入，主动“救场”，捐助我们的“吉林姐妹城市”，亚洲超市，A-TAC Varieties 以及众多餐饮饭店等，真是有太多太多的人需要感谢！



成人
舞蹈
演员：

许扬
程斌
魏群
平苹
杜颖
张藐
孟燕



特邀演员：久美郑智-藏族



右上：GONZAGA 大学中文班表演唱
“对面的女孩看过来”

下图：WHITWORTH 大学中文班表演：“三句半”



右上图：赵紫旭，亚洲小姐选美
2009，亚洲模特小姐 2010

太
极





指挥，领唱：朱伟玲
右： 华人教会合唱队



观众说，华人教会合唱队的表演是最令人感动的节目之一，演员们小到六岁，老至年近八旬，人人脸上散发喜悦和蒙恩的光辉。



幕后英雄：蔡文森，吴新华，自立军，李京，顾天宁，刘君，宫江清，刘天明



魔术师 Matt Van Zee



(左图) GONZAGA 大学中文老师程斌：“我给学生组织中文唱歌比赛，选择好歌手上台表演。”

(右图) WHITWORTH 大学中文老师刘丽丽：“三句半是非常有趣的中文语言节目，机智幽默，学生都喜欢。排练时，需要铜锣。到哪里去找呢？我们找到了，这是秘密，不对外公开。”





上图左起: Rebecca, Sheryle, Jeslyn, Justin



右上图: 中文大班孩子排练
中文老师魏群: “十一月排练后, 圣诞新年孩子们放假, 大多忘了。家长主动提出‘加班’排练, 教育孩子使劲地跳。使劲啊, 使劲! 可爱的舞蹈就是这样练出来的。”





平萍：夸夸文化组的志愿者

几个月前，华人协会讨论春庆文化活动时，陆红梅主动请缨，说要做炸馄饨。我建议改做煎锅贴，因为我们没有食品执照，不收费，无偿服务社区。红梅和我分头买了饺子，前一天晚上在家里煎好，春节活动那天带到 **Central Valley High School** 去加热。红梅做的煎饺很漂亮，几位得力助手来自斯波坎华人教会，美味儿的饺子受到人们的欢迎和感谢。

刚到斯波坎两三个星期、来自新加坡的刘亚青也是主动提出做剪纸，她和先生自己准备了材料，在文化节现场为大家表演示范，很受欢迎。

季青青在 **Saint George** 做中文老师，她组织了非常新颖的游戏，如空竹、踢毽子、成语接龙，令今年的文化节特别生动、好玩、带着浓浓的中国传统游戏元素。

王宗仁、刘伟华夫妇每年都为大家献上绝活儿：书法和传统剪纸。王老师的书法透着大气，笔力苍劲，气韵生动。今年的红纸还是他的亲戚从中国带来的，这里还买不到如此正宗的红纸。



陆红梅



右：王宗仁

下图：刘伟华的剪纸有的精致，有的拙朴，有的婉约，完全可以跻身专业剪纸艺术家的行列。



薛伟主持的拍卖桌摆满了诱人的好东西。前一天中午，就带着儿子来看场地，她和儿子龙大恺帮助平萍摆好了每一张桌子，为桌子铺好了桌布。近两小时的劳动使儿子饿得慌了，薛伟不慌不忙地说：就好了，摆好了妈妈就带你去吃饭。特别令人感动。左图：薛伟全家



The Spokane-Jilin Sister City Society was honored to participate in this year's festivities honoring the Year of the Dragon. We continue its affiliation with the Spokane Chinese Association and educate people about Chinese culture and society to reach our mission which is peace through person-to-person understanding with the people of Jilin City, China and the world. It is our wish that all who read this have a healthy, ---



happy and prosperous Year of the Dragon.
Margo Buckles



中国文化馆工作室展台



上图：给您取个中国名字



融融书展



来稿选登

平萍：儿子参加舞龙表演

小时候爸爸告诉我的一句过年经典对联一直不会忘记：“炮竹一声除旧，
办了一场热闹隆重的庆祝龙年春节活动，文化庙会和文艺演出依次进行，有近六百人观看了演出，演出完后有 200
来人在一家中餐馆吃年夜饭。

这条龙是一个华人协会的委员从她工作的社区学院特地在中国浙江订购来的。这条龙跨越千山万水，来这里安
家。龙长达 20 来米，红色的身子镶着金边，头巨大而活泼，眼珠突出虎虎生威，龙须飘逸，大嘴巴里一颗白珠，非
常漂亮神气！

今年的晚会以舞龙开场，我的儿子是 9 个舞龙队员之一，掌
管龙尾巴。为了练习舞龙，年过半百武艺超群的太极拳教练王仲
敏带领着小伙子们进行了两个月艰苦认真的排练。这条龙终于闪亮登场了！

我在舞台的侧面看着这条龙进行演出前的走台、彩排，9 个
小伙子达到了最佳状态，把龙的神采演活了。他们身穿黑色 T 恤衫，
雪白的武术裤，龙在他们手下，时而低低盘旋，时而一冲云霄，
时而翻飞串腾，时而摇头摆尾极尽泼，时而如鱼儿穿越水中嬉戏，
最后来了一个卷起身子叠起三米高的造型，那安然若素的神情真
是活龙活现，可爱极了。演出结束时也以龙先出场，全体演员陆
续出场，在龙的背景下，在《难忘今宵》的歌声中向观众告别。

我也参加了演出，站在舞台上向观众谢幕。这是我 8 年后重
返舞台，当主持人用一贯都是那么熟悉而悦耳的声音说，“观众
朋友们，我们的演出就要向您说再见了”，那个瞬间，我真的有
些激动，真的是热血沸腾。真的看到龙来了，龙来到了这个舞台，
龙走向了这座城市。我默默祝愿我在中国的父母、
亲人、朋友们平安幸福。（图右：舞龙者全体合影）



舞龙者全体合影

亚洲超市观春庆

撰稿 融融

SPOKANE 的 The Best Asian Market，离我家很远。春节前夕，我接受当地英文杂志《The Pacific Northwest Inlander》采访，带记者去了一趟亚洲超市，被介绍给超市的主人 VAN。从他那里得知，该店每年庆祝春节，今年定于 28 日。你们要来玩啊！VAN 在分手时说。那天我一早赶去，门口已经被堵得水泄不通，排起了长队。原来，每个消费者在这天都有一份礼物，还有机会抽奖。排队并不是拿礼物，而是拿抽奖卷。拿来抽奖卷还不能拿礼物，要去转“火轮”，转出一个数字来，按照数字拿礼物。“火轮”有小圆桌的直径，挂在墙上，每人转一圈，纯粹是游戏，老少皆宜，给大家添加过年的快乐。

停车场上，锣声鼓声乒乒铿锵，跳出两只彩色的狮子，还有带着面具的大头娃娃。狮子一起一落，又爬又跳，听从大头娃娃的指挥，绕场舞蹈。人们围了一圈又一圈，有的照相，有的鼓掌，不少孩子骑在爸爸的脖子上观看，热闹非凡。



亚洲超市是捐助华人喜庆活动最频繁最热心的赞助者之一。今年 VAN 不仅给春晚演出抽奖礼卷，又给“春节传统菜肴比赛”奖卷。28 日，参加菜肴比赛评比的前三名都到现场，想拉 VAN 过来照一张合影，却是怎么也拉不动他。VAN 实在太忙了。我记得他对记者说，每一次有难民来，我们送一袋二十磅的大米，还送碗筷锅子和菜肴，这是我们的心意，也是回馈社会。这不是又一个证明？（摘自美国 2 月 12 日《星岛日报》）



杨丽萍（第三名）融融（第二名）程斌（第一名） 第一名获奖菜肴：炸茄盒

获奖菜谱和菜肴故事

第一名：炸茄盒（程斌）

过年的时候我们东北沈阳是从腊月二十三就开始热闹起来了。小时候常听大人们说的就是：腊月二十三灶王爷上天，二十四，写大字，二十五，扫尘土，二十六，宰年肉，二十七，宰年鸡，二十八，把面发，二十九，走油，三十，叩头。这二十九走油说的是用油把鸡鸭鱼肉炸好，还要炸丸子，炸春卷等等。有时候妈妈也炸茄盒。妈妈做的炸茄盒外焦里嫩，荤素结合，是我最爱吃的。

做法：

把猪肉馅，葱末，姜末，精盐，五香粉，料酒搅拌均匀备用。茄子洗净去皮，然后把茄子切成一厘米厚的片。在切好的茄子片中间切一刀，但不要切断。这样就可以在中间放入拌好的肉馅。把鸡蛋打入碗内，加入一些面粉，调成糊状。放油与锅内，加热。把做好的茄盒裹上面糊，放入油锅内，炸至金黄即可。

人们普遍认为常吃油炸食品对身体没有好处。我觉得问题在常吃上面。美味不可多贪，偶尔吃一点即解馋，又增加食品的多样性，何乐而不为？多样，有度，一直是我饮食的宗旨，也是我生活的准则。（程斌）

用料：长条茄子两个，猪肉馅100克，鸡蛋一个，葱，姜，酱油，精盐，面粉，五香粉，料酒等等

第二名：粉蒸小排骨（融融）

海外移民想念家乡粉蒸肉的大多为男士，因为所用的猪肉很肥。五花肉的皮和肥肉粘在大米粉上，被蒸熟以后，入嘴即化，鲜嫩软糯而不腻，对很多人来说，这种口味是终身难忘的，可谓一大乡愁。粉蒸肉的历史传说有很多，其中一个是一清初明末崇祯皇帝微服南巡，投宿在一姓丁的农夫小店，吃到这款佳肴，崇祯对丁厨说到：“食之粉肉也，妙哉；来到郑韩城不来封后岭是一大遗憾也！不食丁氏粉蒸肉又是一大遗憾也！”从此丁氏粉蒸肉一直流传至今。另有一种说法是在清末，“粉蒸肉”是当时杭州菜馆厨师，为适应夏令游客赏景品味的需要，用西湖十景之一“曲院风荷”的鲜荷叶，将炒熟的香米粉和调好味的猪肉裹包起来蒸制而成。

我们不敢吃肥肉，就用猪肉小排骨代替。美国超市出售的小排骨（英文：Ribblets, WINCO有售），已经切成一尺多长一条，大约半寸厚，只要断成两寸宽就行。小排骨因为没有肥肉，吃口干而硬，红烧或者煎炒，都不好吃，即使煮成小排骨汤，我都觉得肉太粗。尝试粉蒸怎么样？今年吃年夜饭，我请中国朋友，也请美国朋友，摆了一桌菜，粉蒸小排骨最受欢迎。我发现美国的批发超市 Costco 有甜酱油出售，牌子叫 Mr.Yoshida's，里面加了有各种调味料。我用蒜泥，姜末，米酒和老抽，拌入猪排，放置二十四小时，就能上粉了。

自制米粉：亚洲超市有粉蒸肉的米粉出售，我比较喜欢自己炒的米粉，粒子粗一些，口感很好。我用泰国香米，炒到发黄，关火冷却后倒入搅拌机，把米粒搅碎。其实这不是米粉，而是小米粒，半粒或者三分之一粒大小的炒米。用这样的“粉”裹在腌好的排骨上，蒸出来的米饭浸透了排骨的鲜香，比肉还要好吃。开火前要用剩下的腌汁，加一杯水调匀，淋在上面，淋到容器四周能够看见汁水为止。蒸一个小时，即成。有人喜欢在粉蒸肉上覆盖芋头，土豆，主要是为了吸取肥油。粉蒸小排骨不需要，出锅后，撒点葱花就行了。

原料

一磅小排骨
二匙 (table spoon) 甜酱油
二匙 (table spoon) 老抽
二匙 (table spoon) 米酒
一小匙 (tea spoon) 蒜泥
一小匙 (tea spoon) 姜末
一杯水
一把葱花
一杯炒米粉 (压碎)



(左图：粉蒸小排骨)



(右图：剁椒鱼片)

第三名：剁椒鱼片 (杨丽萍)

湖南人爱吃地上的辣椒塘里的鱼！剁椒鱼头吃过吧？找不到鱼头，只好拿鲫鱼片将就做一道剁椒鱼片来解馋。鲫鱼片在很多超市有买，剁辣椒要去 **Best Asian Market** 找。我用的是株洲红翻天剁辣椒，一看那火红火红的剁辣椒，口水就流出来啦。

材料：鱼片，一磅
生姜切片、蒜瓣切片、盐、醋、料酒、酱油少许

做法：

- 1、将鱼片洗尽，用纸巾拍干水分
- 2、鱼片撒少量料酒、醋、酱油腌约 **10** 分钟
- 3、不粘锅里放 **2** 勺植物油，加热至 **7** 分，加入鱼片煎熟出锅；锅里的鱼汁备用
- 4、鱼汁里加入剁辣椒 **2-3** 勺，加入姜片和蒜片炒香出锅，浇在鱼片上。

家里如有老人小孩不吃辣椒的，这种方法比较好。如果都爱吃辣椒，那就可以把剁辣椒直接放在鱼片上在锅里煎煮好了出锅。爱吃很辣的就多放剁辣椒，不爱吃那么辣的，就少放剁辣椒。辣着了，不要喝凉水哟，要赶快喝牛奶。

SPOKANE 华人协会网页：<http://www.spokanechinese.org>

征 ●情感生活：夫妻，亲子；友情； ●庭院与厨房：绿手指交流；烹饪窍门
文 ●旅游智慧（图文并茂） ●小灵通：便宜货，治病妙方； ●新动态