

CCACC 義工支持蒙郡食物分送站活動

新冠疫苗期間，美京華人活動中心(CCACC)依成立宗旨，積極扮演蒙郡政府與蒙郡居民間的重要橋梁的角色，包括在個人防護用品的捐贈、為獨居或受困家中的居民發送食物、建立網絡教學、舉辦各種免費網絡活動、分享政府緊急救助的訊息與申請法、疫情最新資訊等等。CCACC的義工團隊同樣如此，祇要有需要的地方，義工精神一直都在。

日前，蒙郡亞裔社區合作辦公室(Asian Liaison Office of Community Partnerships)聯絡人沈毅先生在收到 Hughes United Methodist Church(UMC)食物發送站，需要中文翻譯的需求後，立即向CCACC尋求支持，中心副會長張麗芳立即指導中心的社區服務部門的義工團隊與Hughes UMC聯系，在了解到該服務站的運作與需求後，CCACC義工團隊立即出動五

名義工支持，包括現場包裝食物、將食物放到排隊的車子內、實時為領取食物的華裔家庭翻譯等。其中四位義工年齡平均超過75歲，一位陳姓義工表示，她深受CCACC的照顧，行有餘力，很高興以她82歲的年紀仍為社區付出所能。另一位溫姓及李姓義工說，感謝CCACC的義工團隊給他們機會，看到他們的價值，讓他度過快樂又有意義的一天。

現場有許多居民尚未施打疫苗，義工們也發放傳單，倡導疫苗站的地點及重要性。Hughes UMC的負責人也表示，他們十分感謝CCACC的義工團隊，加入發放食物的行列，並驚訝我們對此的幫助有多大，讓他們發放食物的過程非常順暢，Hughes感謝所有的支持義工，並期待下周二再度聯手發送營養的食物。
美京華人活動中心在蒙郡亞

裔社區合作辦公室的協調下，一直與其他社區服務組織合作服務華裔朋友，為華裔創造最大的利益與爭取最大福利。中心的服務項目包括老人日間照護、居家照護、義務診所、教育、常青社、社會福利諮詢、社團活動、就業服務站、文化藝術及免費報稅等，涵蓋了家庭的小孩大人老人，食醫住行等服務。社區朋友歡迎至CCACC網頁ccacc-dc.org查詢您需要的服務。



義工將食物放入後車箱



CCACC 義工團隊



義工接力依序分送食物

為未登記疫苗注射的華裔家庭填表

與眾不同的感恩節食譜！

蒙郡華人家長會小記者: Vicky Shan, Chaiwey Chen
指導老師: Julie Yang

感恩節是美國的傳統節日。人們都會從四面八方趕回家跟家人聚餐，並感恩過去一年裏的收穫。節日氣氛非常濃厚，大家都會非常開心，但是為所有人準備食物會需要很多時間和精力。所以這個月，我們為大家準備了兩個簡單又美味的食譜，保證色香味俱全。如果你想在家人面前展示你的廚藝，就請往下看吧！

獨特的土豆泥: A Unique Spin on Mashed Potatoes:

在每一家的餐桌上都會看到一盤香噴噴的土豆泥。作為感恩節必不可少的菜，它是怎麼來的呢？讓我們穿越到1700年的法國。當時，法國人把土豆當成一種低毒，對人體有毒的食物，甚至全國都禁止吃土豆。幸好有人勇于嘗試並發現它不僅沒毒，還挺好吃。于是土豆便流行了起來。

19世紀的時候，土豆泥是又便宜又方便的食物。到現在，已經變得很普遍了。這款土豆泥在基礎的食譜上加了一點“小心機”，讓它更有獨特風味。(點擊這裏可以看到完整的菜譜哦！)

需要的食材
-1 1/2 杯全脂奶油
-2 瓣大蒜，切末
-30g / 2 tbsp 融化的無鹽黃油
-1.25 千克 / 2.5 磅 土豆 1 tsp 鹽
-1/4 tsp 胡椒
-2 1/2 杯奶酪碎(最好是格魯耶爾奶酪或馬蘇裏拉奶酪)，
- 2 tsp 百里香葉, fresh (optional - but highly recommended)

步驟
準備:
1.將黃油、奶油和大蒜放到一起，攪拌至混合，放到旁邊。
2.將烤箱預熱至 180°C/350°F。
3.將土豆去皮，切成大概 1/8"/3 毫米的薄片。
操作:
4.把所有食材分成三份來制作三層。
5.放一部分土豆到烤盤，倒一部分奶油醬，並撒一部分鹽，胡

椒，和百里香葉。
6.再撒四分之三杯奶酪碎。
7.重復第五步至所有食材都在一個烤盤裏。(除了奶酪碎) 烤:
8.蓋上一層錫紙，放入烤箱烤 75 分鐘左右，或者直到中間的土豆可以用筷子插進去。
9.撒剩下的奶酪碎，並再烤 10-15 分鐘或者當奶酪成金棕色。
10.稍微放涼 5-10 分鐘就可以上桌啦！

本文由美國蒙郡華人家長會少年記者俱樂部(CAPA JRC)成員進行了採訪、錄音、撰寫、翻譯和攝影。小記者俱樂部有 26 名蒙郡高初中學生。他們創建了一個雙語平臺，以傳遞信息並為社區服務。

Youtube: <https://www.youtube.com/channel/UCA0gylW1ZCcgDvDiLAyObbA>
Instagram: @capa_jrc
博客: <https://capajrc.org>

蔓越莓餡餅
“苦梅”，(我們現在說的蔓越莓)是美國原住民食譜中的“常住

客”。當拿破侖來到北美的時候，原住民們把這種果子介紹了給他們，還教他們制作“pemmican”，一道將蔓越莓與幹肉和脂肪一起搗碎的菜。從蔓越莓的普遍性來說，清教徒們和原住民們極有可能把它擺上了第一個感恩節的餐桌。

到現在，蔓越莓餡餅是你可以提供的最美味、最經典最有節日風味的開胃菜之一。這個食譜將把它做成三口一個的迷你型點心，而且不僅在感恩節可以做，所有節日和派對上都是拿得出手的。點擊這裏可以看到完整的菜譜哦！

原料:
-1tsp 融化的咸黃油
-2 杯新鮮蔓越莓
-2-4tbsp 紅糖，根據你的口味調節用量
-1/4 tsp 肉桂粉
-2 張(1 盒)冷凍酥皮，提前解凍
-2(8 盎司)布裏幹酪，每片切成 12 片(保留外皮)
-1/3 杯無花果蜜餞

-1 個雞蛋，打散
-粗糖
-新鮮百里香，點綴用
-

步驟:
1.將烤箱預熱至華氏 425 度。在烤盤上鋪上羊皮紙。
2.在一個中等大小的碗裏，混合黃油、蔓越莓、紅糖和肉桂。
3.將每片酥皮切成 6 個方形並撒大約 1 tsp 無花果蜜餞，留大概 1/4 英寸的邊框。
4.在上面放上 2 片布裏幹酪，然後將蔓越莓堆在布裏幹酪上，將它們壓入布裏幹酪中以便其稍微粘附。
5.將糕點的邊緣向內折疊，包裹布裏幹酪。
6.用打好的蛋液描過四周的邊緣，撒上粗糖。
7.烘烤 15-20 分鐘或直到糕點呈金黃色並且奶酪融化。
用一些新鮮的百里香葉點綴每個餡餅，添加一點喜慶的綠色和一點咸香就可以吃啦！如果你喜歡蔓越莓和布裏幹酪，你一定為愛上這些迷你點心。

