

電子報一：馬斯垂克生活——食

來到歐洲交換基本上都是以自己煮居多，除了出去旅遊外，在馬斯垂克很偶爾才會上餐廳吃飯，不過雖然自己煮對於我這個習慣買外食和吃父母煮的人來說看似很麻煩，但其實習慣就好，因為在這邊大家幾乎都是自己煮飯，半年下來廚藝大升！除了自炊，這個小鎮上還是藏有許多不錯的餐廳，以下簡單介紹一下在馬城吃的部分：

1、超市

由於歐洲餐廳十分昂貴，基本上在馬城期間都是自己煮的，這時候超市就是我們的好鄰居。距離住宿區最近的有三個超市，分別為 AH、Jumbo、ALDI，前兩者在一個商場裡屬於大型超市，後者為小超市品項比較少但價格相對便宜。

本人非常喜歡吃所以很愛逛超市一個星期會去 2-3 次，其中最喜歡購買的就是蛋奶類和一些零食，荷蘭的奶製品非常便宜，起士、牛奶跟優格跟臺灣價格差超多（牛奶 1.5 公升 40-70 台幣；優格原味 1L 也只要 50 台幣），是回臺灣最懷念的事情之一。另外如果喜歡喝酒，也要把握機會，因為歐洲的酒類品項非常多而價格也相對親民不少。

✧ Jumbo :

Brusselsepoort 19、6216 CE Maastricht



✧ AH :

Brusselsepoort 19、6216 CE Maastricht

✧ ALDI :

Volksplein 34b、6214 AM Maastricht



2、餐廳 (按照價格由低至高)

➤ 火車站前的 Kebab，推薦指數：★★☆☆☆

歐洲非常多 Kebab，類似臺灣可以看到的沙威瑪，但是份量大上許多，吃一個絕對吃得飽。價格相對便宜，位於火車站出入口前的一個白色小攤販，有時候會出去玩回來很晚會買來吃，晚上就不需要自己煮晚飯。但也只買過一兩次因為實在是太鹹，吃完會想喝水一整晚 XD

➤ **DaDaWan**

Spoorweglaan 1、6221 BS Maastricht、

推薦指數：★★★★★

火車站對面的亞洲料理，有拉麵、壽司、石鍋拌飯。價格平價，我只吃過石鍋拌飯和壽司，推薦牛肉口味，雖然非正統的韓式石鍋拌飯（醬料非辣醬反而有點像烤肉醬）但是吃得很飽而且牛肉好吃，當不想煮飯又很想吃亞洲料理的可以來嘗試。



➤ **Les Grands Buffets**、Statenstraat 6、6211 TB Maastricht、推薦指數：★★★☆☆



市中心一家吃到飽餐廳，28.5 歐偶爾會特價成 25 歐，想大吃一頓可以和三五好友相約，有龍蝦、牛排、生魚片、啤酒、飲料和一些港式燒臘，個人覺得烹調方式普通，不過生魚片滿新鮮的滿適合考試前後去吃的。

➤ **炸魚**、市中心 Markt 廣場、推薦指數：★★★★☆

週三和周五廣場會有市集，炸魚攤販就會在此出現，如果中午有課可以在上課前繞過去品嚐，吃完或者出宿舍前可以帶一瓶飲料去配，滋味絕佳！雖然份量不大但因為炸魚口味偏鹹，所以我都是和朋友合吃一份，而且一定要配飲料或水。