

電子報－魯汶偷懶生存法

中文四 103101043 江君儀

雖然在交換初期會很認真嘗試自己煮飯，然而因為有許多旅行計畫而導致很多食材不能購買；或者是因為考試而不想花費時間在煮飯及事後整理；又或者只是單純想偷懶了，有幾個方法是我覺得相對方便且不需要花費高額金錢的方法。

1. O' Tacos

這是一家跨國的連鎖速食店，用 Taco 餅將薯條、起司、肉包起來，肉類以及醬料可以自己選擇。在週一至週六皆有學生優惠，免費提供一瓶飲料。最偷懶的方法是使用 7 歐點一份 Large size 分成兩餐吃就可以解決一天的飲食問題（他最小為 M 然後一路往上到 XXXL，XL 比 13 吋筆電鍵盤稍大）。

2. 薯條店

薯條店的分量真的很多，通常是點一份正常大小的薯條（大約都是 2.5 歐）加上其他炸物可以吃三到四餐左右，花費大約落在 5-8 歐。特別建議不要向薯條店購買醬料，在嘗試過最喜歡哪種醬料以後，超市有販售瓶裝，一瓶的售價跟薯條店三小盒的售價是差不多的。

3. 冷凍食品

冷凍食品的味道相較於前面兩個就沒有那麼吸引人，然而冷凍食品的確是最方便的選擇。我所知道的宿舍都有提供冰箱、烤箱、微波爐。各個超市的冷凍食品價位非常不同（SPAR 的落在 5-13 歐，LIDL 的則是 2-7），味道也非常不同。另外，亞洲超市也有速凍水餃這種冷凍食品可以選購。

4. 禮拜五特殊牙祭

禮拜五魯汶的市集有非常多的烤雞攤，我通常會選擇買一整隻烤雞，然後買一兩盒草莓，這個份量一個人的話約莫可以吃 5-7 餐，因此通常是三四個人一起購買吃一到兩餐，總費用落在 8-12 歐。

大體來說，以上提到的方法除了冷凍食品一餐的價格稍微較高，其他方法均攤每餐花費幾乎都比正常煮飯還花得更少，既省事又省錢。