

## 電子報第一期

105302031 金融三 蕭芳其

交換期間：2018/8-2019/1

### {Tilburg 食}

荷蘭外食的平均花費不便宜一餐大概要 20 歐，所以自己煮飯是交換生的必備技能，蒂爾堡雖然不像阿姆斯特丹、鹿特丹那樣繁榮，但基本生活機能算是很方便的，以下推薦幾家學校附近的超市跟餐廳：

#### 1. AH (Albert Heijn)

AH 是荷蘭各地最常見的超市，還有不同大小的分別，小間的比較像是台灣 Seven Eleven 的便利商店，價位比較高，通常開在火車站，提供通勤族解決吃的問題，一般大小的超市就有點像是台灣的全聯，不只賣食物也有一些生活用品，但是在生活用品的部分又沒有全聯來的齊全，如果要買生活用品可以到底下推薦的 **kruidvat**，AH 的分店數雖然比較多，但是價格相對會貴一些些，同樣商品小的話則差距則零點多歐大則一兩歐，雖然看起來是小數字，換算成台幣有點可觀。建議果汁跟牛奶可以在 AH 買，肉品可以到底下推薦的 **Slagerij Pessers**，超市蔬果的價錢都差不多，如果時間允許可以到 **open market** 買。另外，可以跟 AH 索取會員卡，AH 不定期都會推出不同的商品折扣，結帳時要感應會員卡才能打折。

#### 2. EMTE

EMTE 離學校比較遠一些，走路大概十分鐘，商品種類比正常大小的 AH 多，價格低一些，建議如果時間允許可以花一些時間走到 EMTE 買，EMTE 有一區販賣各式各樣不同的 **cheese**，如果是 **cheese** 愛好者，非常建議來這裡逛逛，另外 EMTE 也會不定期推出商品折扣，但是不需要會員卡就可以打折，比較需要注意的是平日 EMTE 通常是晚上六點就會關門，星期五會開晚一點。

#### 3. Kruidvat

販賣生活用品的超市，化妝品、保養品、盥洗用品等都可以在這裡買，有時會有一些零食小特價。

#### 4. Action、op=op

也是販賣生活用品的超市，Action 的品項比較多，連衣服都有賣，有點像是台灣的超市跟五金百貨行的結合，但是沒有販售生鮮食品，op=op 偏向盥洗用品，打折時會比 Kruidvat 更優惠。

#### 5. Slagerij Pessers

賣肉品，就像是台灣菜市場的肉攤，但是環境很乾淨，所有的肉品都擺在櫥窗，可以自己選擇秤重，這裡的肉品比超市新鮮，也比較便宜。

## 6. Open market

每星期四早上會在 EMTE 前面的廣場，有賣菜跟蔬果的，也有肉品、海鮮、甜食等，如果時間允許可以來這裡買菜，種類也比較多。其他天在蒂爾堡的其他地方也有 open market，時間跟地點可以在學校的網站上找到。

## 7. 餐廳推薦

ASIAN BOULEVARD：韓式燒烤吃到飽，25 歐/人，食物種類很多，不只有肉品還有還有一些韓式小菜。

SUMO：壽司吃到飽，平日星期一到三比較便宜，大概是 25 歐/人。