

電子報三_荷蘭購物攻略

企四甲 夏立心

食物篇

1. Lidl/Aldi(德國連鎖超市)

在荷蘭交換學生大多都自己煮飯，那麼超市就是非常重要的地方! Lidl 和 Aldi 屬於對低價格的超市，沒有甚麼大品牌的東西在裡面，但我認為品質已非常足夠!用很少的價錢就可以買到很多想吃的東西!不過水果好像真的沒有那麼甜~如果想吃好吃一點的水果可以去 albert heijn 或戶外市集買。

2. Albert Heijn(荷蘭連鎖超市)

Albert heijn 可以說是荷蘭的代表了!不管走到哪個城市走到哪裡都可以看到藍藍的大招牌!他算是中高價位的超市，但也不會到非常貴，尤其隨時都有各種物品在特價，可以下載他的 app 跟店員要會員卡，每次結帳時刷你的會員卡就可以得到專屬優惠!而且 Albert heijn 的物品陳列非常漂亮，看到一排五顏六色的果汁擺在櫥窗裡就會讓忍不住想買!另外，在他的前台(KIOSK)有賣郵票，想寄明信片的朋友可以在這購買~

3. Spar/plus

這兩家有點像是大型版的便利商店，店面較小，商品種類較少，價格較高，但是地點通常較佳，比較容易到達，像在學校裡就有一家 spar。如果不想跑很遠的人可以去 spar 買東西就好!而且他的熱可可非常好喝!

4. 戶外市集

鹿特丹的觀光景點很少，其中之一就是鼎鼎有名，在歐洲中算是非常乾淨整齊漂亮的市集-markethal 了。市內多為熟食小攤販，賣有各種食物，從沙拉、義大利麵、炒麵到優格冰淇淋都有，但因為是觀光景點，價格偏高。而戶外市集則是完全不同的東西，像是傳統市場般，戶外市集賣有各種蔬菜水果及肉類，而且價格通常比超市更便宜，!尤其是水果，我認為戶外市集的水果是最便宜又最甜的!兩盒草莓才 1 歐，相當於不到台幣 35 元!但戶外市集每周二、六、日才有，而且只收現金，所以要去戶外市集的人們記得要帶足夠的現金喔!

5. 東方行/華南行

原本以為自己可以非常適應歐洲食物，但是最後還是發現自己需要吃亞洲

食物，還是比較合我們胃口。在鹿特丹的亞超主要是這兩家，在 rotterdam central 那裏有東方行和華南行，我認為兩家價錢差不多，各有自己便宜的東西，但整體上看起來華南行好像比較精緻一點。在剛剛所說的 markethal 裡面也有一家華南行。但和一般歐洲超市比起來，亞超賣的東西其實很貴，所以大家可以自己斟酌要如何搭配採買的東西，如果都只買亞超的東西來煮其實不一定會比你吃外面便宜。

生活用品篇

1. Action

Action 是雜物採買的最佳地點，東西非常便宜，而且其實大部分都是大牌，只是可能是過季商品所以賣得比較便宜，在這裡你可以完成生活必需品的採買，從洗髮精、鍋碗瓢盆、衣架、洗衣精到菜瓜布等。只是 action 在市區才有，沒有像 albert heijn 那麼常見。因此大家可以自己評估時間和金錢來衡量要去哪裡購買東西~

2. Hema

荷蘭本土百貨!有點像是精緻版的寶雅一樣，主要賣各種生活用品，也有賣一些食物，如果想要看起來更精緻一點的東西可以到 hema 購買，我買過他的鍋子/洗衣袋/浴巾/絲襪，覺得都蠻好用的。另外，他也有自己的餐廳，好吃又便宜，是 cp 值很高的生活百貨呢!在歐洲各國都可見 hema 的身影，你可以很驕傲地跟大家說這是我們荷蘭的百貨!

3. Etos

Etos 等藥妝店有點像是台灣的屈臣氏，歐美各大開架品台應有盡有，重點是跟台灣比起來超級便宜，而且常常有在特價，喜歡歐美妝的朋友的可以在特價時以小小錢購入大量像是 loreal、maybelline、rimmel 等品牌。另外，這裡也有賣維他命 C 發泡錠，如果是輕微感冒或還沒感冒前想補充維他命 C 可以在這購買。聽說他還會不定時販賣各價的火車票，但我沒買過，大家可以去嘗試看看~