

芬蘭之食

芬蘭基本上沒有什麼特別的食物，所以我就針對平常能夠所見不多的特別飲食介紹，圖一看起來像蛋糕或者說麵包的烘焙物叫做 **Rice pastry**，這個必須要熱熱的吃，大部分的人吃過都覺得冷掉的很難吃，在超市能夠買到，住飯店也都能吃到，外皮為硬硬的麵包皮，中間包的是奶油飯，吃起來沒有很重的調味，真要說的話就是外硬內軟，夾帶奶油香。接著，圖二可以看到有藍莓、桑椹及各種果類，但我自己最推薦壹定要多吃的水果為藍莓，因為芬蘭緯度高的關係，使他們成為藍莓的盛產國，但也要慎選藍莓購買的地點，通常在超市都會賣，主要分為幾大超市包含 **K market**(最貴)、**Lido**(最便宜又大碗很實在的購買選擇)、**S market**(印象中也是偏貴)等，我個人會推薦在 **Lido** 買，這是一家德國的超市，東西都很實在。圖三為 **Fazer Café**，基本上每個交換生到了芬蘭都會去吃肉桂捲以及巧克力、喝它們的鮭魚湯（我印象中好像是 10 歐左右鮭魚湯喝到飽，雖然肉不多）。圖四為甘草糖，黑黑的那層即為甘草糖，非常多歐洲人喜歡吃這種糖，因為他們覺得很解渴，但是普遍我認識的亞洲人吃完這種糖後覺得十分噁心，不會想再吃下一次，所以見仁見智，可以嘗試一次看看。圖五為鮭魚，在芬蘭吃鮭魚真的非常便宜，一大塊的鮭魚可能比買紅肉便宜（廣泛地說牛肉、豬肉），在超市可以買到，在任何的餐廳或是碼頭魚市場也都會有鮭魚可以吃，非常推薦省錢的時候買一大片鮭魚，可以每天煎一兩片來吃，非常滿足。最後圖六介紹芬蘭學餐，最便宜又大碗的學餐，只要有一張黃卡，到處學餐隨便你吃到開心，都是 2.7 歐，一主菜、一沙拉夾到爽、麵包夾到爽、一杯水、一杯牛奶或燕麥奶，真的是吃到吐又省錢。



https://stock.adobe.com/tw/search?load_type=search&is_recent_search=&search_type=usertyped&k=Liquori
[ce&native_visual_search=&similar_content_id=&asset_id=93977932](https://stock.adobe.com/tw/search?load_type=search&is_recent_search=&search_type=usertyped&k=Liquori&native_visual_search=&similar_content_id=&asset_id=93977932)
https://stock.adobe.com/tw/search?as_audience=srp&as_campaign=Freepik&get_facets=1&order=relevance&safe_search=1&as_content=popup&k=Finland+food&tduid=c7bc9900503a6dd71dc18f294701966b&as_channel=affiliate&as_campclass=redirect&as_source=arvato&asset_id=209151299

以上圖片皆來自 **Adobestock**。僅作為教育分享使用，非營利用途。