

電子報 4 – 民以食為天篇

因為沒有 Dining Plan 的關係，三餐我有時會自己煮，有時則會到附近覓食，以下就推薦一些吃飯相關的好去處！

● 自煮方面：

1. H-mart: 離家最近的生鮮食材好去處！在 The Ave 上有一間小小的，是韓國商店但賣的是各式各樣的亞洲食物，一樓有熟食、飲料、生鮮蔬菜、肉類、冷凍食品、零食甜點等，種類多但選擇不多，二樓還有賣許多調味料、香料、調理包、咖哩塊等等。在 Westlake 有一間規模更大間的，Capitol Hill 地鐵站旁也有一間 M2M 也是同一間公司，賣類似的食物。

▼ 想吃但看到價錢買不下去的生魚片///用厲害調理包做的麻婆豆腐



2. QFC: 位於 University Village，不只有生鮮也有很多日用品，就是大型頂好的概念吧。我通常在這邊買麵包、雞蛋跟牛奶、優格，還有蔬果肉類之類的，可以辦免費會員有折價！價格實惠選擇又多的地方

3. Trader Joe's: 這間我比較不熟因為不常去，但跟 QFC 性質相似，特色是雞腿肉很便宜！！（美國人偏愛雞胸的樣子）



然後冷凍區有一些提拉米蘇跟小蛋糕很好吃！（朋友帶來 dinner party 受到大家一致讚賞，可惜沒拍到外盒QQ）

4. Safeway: 這間跟前兩間性質也相似，特色是他有好多熟食（秤重賣的），我很喜歡這間的沙拉！但要注意 U-Village 那間 Safeway 比較偏僻，附近治安也不太好，要注意安全。
5. Uwajimaya: 位於 Chinatown (International District) 這間是賣很多日本食物的大賣場！但亞洲的食物基本上都好找～在這裡我買過蔥抓餅、蘿蔔糕、冷凍蝦餃、包子、水餃等等，應有盡有。也有很多日本的零食、熟食等等，蔬菜跟海鮮的選項也更多，好逛好玩的地方，我幾乎一兩週去一次！

✧ 在美期間如果想念什麼食物買不到歡迎問我>< 我買到快成專家了XD

● **外食方面**：(其實吃的選項真的很多，我挑沒人介紹過+我私心推的)

Chinatown 搭地鐵大概 20 分鐘會到，有很多間好吃的中式餐館，比如 HK Bistro 香港茶餐廳、A+ Hong Kong Restaurant、Harbor City 生隆酒家 (吃合菜的，叉燒跟燒鴨很讚)、Homestyle dim sum restaurant 來來點心、Jade Garden restaurant 翠苑酒家 (也是吃點心 aka 港點的地方)，中國城超多名字都大同小異的餐廳，我剛開始不熟也會找錯店 XD

下面介紹一些 The Ave 周遭可以常去的店：

1. Sizzle & Crunch: 我在校區最愛的一家！他是越式料理，選擇要的肉類 (牛、烤豬、豬五花、雞肉、豆腐)，再選擇主食 (bowl 都是附米飯、生菜，也可以選法國麵包)。可以加荷包蛋，蔬菜的部分有生菜、小黃瓜、胡蘿蔔、Jalapeño、香菜等，可以自行選擇喜歡的。我的 pick 是烤豬 bowl 加蛋！(點過兩種豬肉各半，但五花蠻肥的會怕的不建議) 營養均衡又好吃。米飯是越南碎米，口感很特別！他的份量不少，(加醬料的話) 口味也重所以到後面會有些膩，我通常都要 1.5 餐才能吃完～



2. Cafe on the Ave: 非常美式的一間店，有很多不同類型的餐點，舉凡美式早餐、義大利麵、漢堡、三明治、咖哩豬排飯等等都都有，第一次去直接選擇障礙發作。最有名的（居然）是泡菜炒飯 XD 我的 pick 是他的美式早餐 Breakfast Skillet with Sausage，烤蔬菜跟他的特製醬料都好好吃！



3. Mod Pizza: 這間披薩是連鎖的，老師上課時有提到他是一間很棒的社會企業，會主動雇用更生人及身心障礙者，協助他們融入社會。Mod 的披薩是用 size 計價，所有配料、醬料都可以任選（當然也有一些固定的口味可以挑選），對不挑食 & 選擇障礙的我來說超棒的！

