

雷恩超市評比

想不到來法國之後逛超市變成休閒娛樂之一...因為自己煮吃的比較習慣也比較省錢，所以三不五時就會跑去超市補貨，還會去不同家超市，然後菜買著買著就會跑去看有沒有好吃的零食，所以常常跟朋友一逛就是一小時以上...

這邊列出我常去的一些超市給大家參考！

推薦指數： 

可以說是我最常逛的超市之一，蔬果、肉類等的價格應該算是所有超市裡最便宜的，有時候也有打折的肉類，基本上都不會太貴，而且可以吃蠻久的(冷凍起來的話啦)。冷凍櫃裡的冷凍蔬菜、海鮮也蠻方便的，要煮的時候可以直接下鍋煮、炒，或放進微波爐裡面加熱一下就可以吃了，我蠻常買冷凍菇類的因為菇類不好保存，蠻容易壞的。麵包區也很不錯，聽同學說他的可頌和pain au chocolat好吃，但我沒吃過，不過有一款叫pain sportif amandes的麵包很不錯！裡面有蔓越莓和堅果，吃起來酸酸甜甜的，還有堅果增加口感，而且蠻大條的，一條1.89歐。

總之LIDL推！也蠻多地方都有的，學校附近就有一間，附近還有亞超可以順便一起逛！



推薦指數： 

蔬果跟肉類的價位稍微比LIDL高一點，不過零食（特別是洋芋片跟巧克力哈哈）種類比LIDL多蠻多的，零食的價格也差不多，想要找比較多零食的話可以去！U express 也有賣Oatly的燕麥奶，沒記錯的話一瓶500ml的是2.多歐，好喝，推！



推薦指數： Carrefour Market ,
Carrefour City, Carrefour Express 

Carrefour是法國本土的品牌，所以路上常常可以看到家樂福的超市，又以Carrefour Market, Carrefour City, Carrefour Express這三種最為常見

規模&種類：Carrefour Market > Carrefour City > Carrefour Express

價格：Carrefour Express > Carrefour City > Carrefour Market

Carrefour city 和express比較小間，東西也比較貴一點，但開到比較晚，如果通常有急需才會去這裡買，market在地鐵JF Kennedy那邊有一家（但這邊麻味超重超級臭），Alma也有更大的。

Carrefour market蠻容易可以買到亞洲或一些其他國家的調味料（例如醬油什麼的），也不會太貴，就不用特地跑去亞超買，也有蠻多其他國家的零食等等的。

Brets 這個口味的洋芋片好吃！家樂福自有品牌的sour cream口味的洋芋片也很讚 Tyrrell's的English Smokey口味也不錯，吃起來真的有煙燻味；松露口味也讚，松露味很濃！





推薦指數：●●●●●●●●●●

這間算是高價位的超市，賣的東西比較精緻但也比較貴，蠻適合買伴手禮的因為包裝都好看。沒在這邊買過生鮮食品什麼的，但推薦一個好吃的巧克力餅乾！是Monoprix 自己的品牌，包裝算精緻。口味是黑巧克力的！一盒六包，一包一片，裡面的餅乾是是一層巧克力一層威化餅，最外面再裹上一層巧克力，微苦也不會太甜，記得好像也有其他口味，但我沒吃過。因為蠻喜歡所以就買了一些帶回台灣送朋友！這裡也有賣蠻多普拉奶奶（布列塔尼蠻知名的餅乾牌子 La Mère Poulard）的奶油餅乾，也很好吃！還有蠻多鐵盒餅乾也很適合買來送人。



(亞超) 推薦指數：●●●●●●●●●●

越南、泰國、中國、日韓等等的食材這邊幾乎都買得到，想煮火鍋的話可以來這邊買湯底跟丸子餃子類的來煮！但台灣味的零食就偏少，大多是東南亞跟中國的零食。



(亞超) 推薦指數：●●●●●●●●●●

這間亞超老闆是中國人，很健談，但這間相較Blasie價格好像高一點，有賣很多中國的零食、麵條、蔬菜等等的，跟Belasie賣的東西基本上沒有差太多。不過要特別注意這間消費超過5歐才能刷卡。