
University of Washington

Foster School of Business, Seattle WA

國貿四 Shirleen Chou 周芷安 - Fall

超市攻略(Grocery Store)

因為我取消了我的dinning plan（視宿舍不同，住宿生通常被強迫要綁，但是我住的 steven courts是唯一一個可以不綁的，省掉我不少預付的住宿錢），所以逛超市變成每個禮拜必做的事情哈哈～這邊介紹幾個離學校比較近、我常去的超市。

- **QFC**

最近的QFC位在U-Village（一個充滿商場的小型社區），附近有Sephora, GAP, H&M, AE等等台灣學生比較知道的品牌，當然也有Microsoft, Apple，甚至Amazon實體店。我覺得他們的商品陳列的比較明亮整潔，比起隔壁的Safeway人也比較多，不過價錢當然也稍微高一點點，但是是我比較喜歡的中價位超市。

- **Safeway**

學校附近有兩間Safeway，一間在Brooklyn Ave上，一間也在U Village。Safeway的超市定位比較像是QFC系統的Fred Meyer，走比較平價的路線，不過我有朋友說他的Cheese Cake很好吃～Brooklyn Ave上的人比較多，也比較不建議晚間的時候去這裡，因為走過去的話路上會有比較多Homeless在吸大麻，但是有的時候會有些特定的水果或著肉類特價的很便宜（可以自己來煎牛排！）。

- **Trader Joe's**

如果你是煮飯懶惰鬼，恭喜你，Trader Joe's會成為你的天堂，因為它賣很多微波的亞洲食物，不少都還是挺道地的（推韓式煎餅！）。但如果你不是，你還是必去，因為他賣很多好吃的零！食！（推甜甜的楓糖餅乾）甚至有不少留學Youtuber還特地為Trader Joe's的零食做一個試吃影片呢～UW附近的Trader Joe's比較小，但是還是有不少東西值得挖寶！不過Trader Joe's的東西通常沒有「特別」做什麼特價，但是好消息是都不貴，也有Organic or non-Organic可以讓你選，有平價版Whole Foods之稱喔！

- **Wholefoods**

因為來之前剛好聽說Amazon併購了Wholefoods，所以就決定不管有多貴一定要來朝聖哈哈！（不過聽當地朋友說，Wholefoods在Amazon的管理下已經比以前便宜許多了），美國人很愛Organic or Vegan foods不管是吃的還是用的，所以來這也可以買到好吃的有機食物，例如跟平常美國水水的牛奶不一樣的玻璃瓶牛奶！不過比起其他超市，大部分的食物還是價位稍為高一點，而且也稍微遠一些，所以只適合買特定的商品。



網路上傳說中的玻璃瓶牛奶！我買低脂的，但大家都說全脂比較香濃好喝

- **Uwajimaya**

留學生不能不知道亞洲超市在哪裡！！雖然有些亞洲食物美國的超市也是找得到，但最齊全的當然還是在亞洲超市，這裡就大推在China Town的Uwajimaya！另外，如果想要買日本化妝用品，裡頭也值得去挖寶（或著有人告訴我可以去亞米網看看）。推薦行程：中午先去吃隔壁的Boiling Point 台系的沸點火鍋（中午送飲料跟比較便宜），下午再去逛超市！

其實現在西雅圖買亞洲熟悉的食物都已經很方便了，只是可能稍微貴一些（有部分原因也是因為西雅圖的整體物價較台灣貴），所以也不需要太過擔心飲食上的不熟悉。只是美國人在蔬菜上面還是比較喜歡吃冷食生菜，而且份量都超大，為了營養均衡跟符合亞洲口味，我覺得偶爾自己下廚煮些青菜還是必要的啦！