

電子報一：超市篇

德超：Rewe、Aldi、Lidl、Penny

對於沒有德文基礎第一天到達後開始逛超市購買食糧的人，僅僅買幾樣東西也能逛超過一小時。有些超市在郊區會較為大間，若位處市中心或鬧區，常常只會看到 City（較小間、東西不多、價格有時比較貴）。Rewe 以價格定位來說是最貴的，大約等於台灣的 Jasons，但是食材會是這幾間中最好的，青菜也時常是最齊全的（可以買到青江菜、菠菜等等比較好吃的蔬菜）。高麗菜的話建議不要輕易嘗試，因為德國的高麗菜是拿來做酸菜的，煮很久基本上都不太會熟，口感也蠻不好吃。其餘幾間想省錢的同學都可以去逛，有時可以買到特價的肉或青菜。推薦一定要多喝牛奶，歐洲的牛奶真的很便宜，以及燕麥奶。另外如果很想吃米，建議買 Milch Reis（milk rice 牛奶米），那是最接近台灣口味的米了。

DM：超便宜好逛的德國屈臣氏

DM 大家最熟知的應該就是自有品牌 Balae 的保養品了吧。尤其是安瓶，常常是代購的熱門項目。在德國買洗髮精與沐浴乳，找不到按壓式的罐子，大部分都是 250ml 大小瓶身，洗澡都需要拿起來自己擠，非常不方便。另外，十分推薦大家一定要多多買 DM 的維他命 C 發泡錠，十分便宜（一條 0.35 歐）而且是橘子口味的，非常好喝！可以當成增加抵抗力的方式，只要想到就可以泡來喝，或是喉嚨發癢怪怪的時候也可以喝。

亞超：遠東、興隆

遠東位於市中心，環境乾淨而且東西齊全，可以買到台灣的維力炸醬麵，而且不會很貴。對於學生來說也很親民，只要拿著學生證就可以打 95 折，而每個月

的第一個週六則會打 9 折，建議如果想要購買大量亞洲食品的同學可以趁每月第一個週六去採購。

興隆位於學校附近，上完課就可以坐車去購物，也非常方便。但是環境就稍微陰暗，賣的東西比遠東會更廣，例如燈籠和中式掃把等等。