

小小市場 觀察員



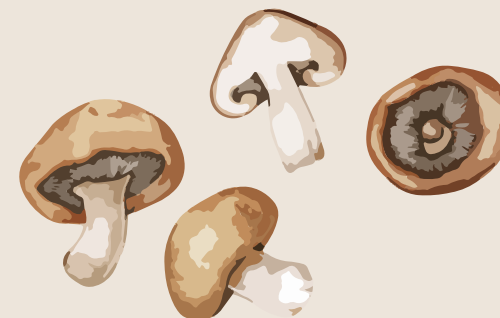
請問你有
逛過市場嗎？



臺中的零售市場



- 傳統市場是城市的縮影，是了解一個城市或是當地生活方式的地方。
- 通常價位會比較便宜。
- 臺中市境內目前共有 42 處公有零售市場。
- 特色市場：最知名的是「第一至第六市場」，加上全臺規模最大的「建國市場」。



第一市場(東協廣場)

- 位於中區，臺中火車站附近
- 現已轉型為東南亞特色商圈

資料來源：

臺中市場食貨誌 <https://www.taichung.gov.tw/media/206673/712610194471.pdf>

臺中市第一公有零售市場-東協廣場 <https://www.facebook.com/tcfirst.market/photos>

第二市場

- 位於中區，臺灣大道上
- 前身為日治時期的「新富町市場」
- 臺中知名的美食集散地：魯肉飯、蘿蔔糕、麻醬麵、老賴紅茶...等

資料來源：

臺中市場食貨誌 <https://www.taichung.gov.tw/media/206673/712610194471.pdf>

大玩台中 <https://www.facebook.com/tcfirst.market/photos>

第三市場(文創市場)

- 位於東區臺中路，臺中火車站附近
- 臺中文化產業創意園區後門可到
- 日治時期開設在臺中市櫻町一丁目

資料來源：

臺中市場食貨誌 <https://www.taichung.gov.tw/media/206673/712610194471.pdf>

臺中市第三公有零售市場 https://www.facebook.com/tcc3rdmarket/?locale=zh_TW

第四市場

- 位於東區南京路
- 外觀為日式太子樓建築
- 110/112/4改建營運，近年已成功轉型為文創園區與咖啡廳空間。

資料來源：

第四市場 <https://www.facebook.com/TaichungFourthMarket>

大玩台中 https://www.facebook.com/tcc3rdmarket/?locale=zh_TW

第五市場

- 位於大明街、樂群街，鄰近臺中文學館
- 又稱第五百貨
- 早期是買賣醃菜的集散地
- 以在地平價小吃與文化氣息聞名：蚵仔粥搭配燒肉、
太空紅茶冰

資料來源：

臺中市場食貨誌 <https://www.taichung.gov.tw/media/206673/712610194471.pdf>

大玩台中 https://www.facebook.com/tcc3rdmarket/?locale=zh_TW

第六市場

- 全臺首座開在百貨公司(金典綠園道)內的冷氣菜市場
- 新鮮肉品、生鮮海產、蔬菜水果、養生雜糧、熟食小吃，乃至生活雜貨等，皆能在這裡一次購足



建國市場

- 在東區，lalaport對面
- 全臺灣遷建後規模最大的公有零售市場，共有超過
700 個攤位
- 建國臨時市場(舊建國市場)

你眼中的傳統市場...



- 東西是裸賣的，秤重或賣一籃的
- 蔬果攤可以買到各種類型的蔬菜們
- 最重要是有濃~濃~的~人~情~味！

認得出這些蔬果嗎？



認得出這些蔬果嗎？



認得出這些蔬果嗎？



市場可以買到各種東西-1

肉 & 海鮮



各式熟食



米 & 各式調味料



市場可以買到各種東西-2

水果



麵包



衣服



除了傳統市場，還可以去.....

- 現代人因為生活作息不同，無法早起去傳統市場，慢慢演變出...
→ 黃昏市場、超級市場(全聯)、量販店(家樂福/大買家)、假日小農市集、團購社團.....等
- 不一定要出門，才可以買菜喔！(可以上網宅配到家)
(之前Covid-19疫情期間，市場曾推出蔬果箱配送服務)



超市、量販店

- 基本上都是有包裝的、處理過的(有專人負責分裝)
- 現在環保意識抬頭，也提供裸裝販售
- 環境比較乾淨、明亮、有停車場，逛起來也比較舒適
- 東西份量較大，對小家庭來說一次購買可以用很久





臺灣阿嬤的「LV包包」 -茄芷袋

茄芷袋的由來



- 臺灣的特有的「復古」手提包。
- 發音源於日語「かぎ編み (kagiami)」，意指其編織的手法。
- 相傳起源於臺南市後壁區菁寮里，原本是由蘭草製成，後來改成防水的塑膠尼龍布。
- 經典配色以紅色、綠色、藍色所構成的橫條紋。
- 某名牌曾經推出類似的手提袋，售價為好幾倍.....

美味調味料秘訣-1

• 米酒、白/黑醋、味淋、醬油、沙拉油、鹽巴、胡椒鹽、白/黑胡椒、七味粉.....



這些調味料在烹飪的過程中，都是增添食材風味的來源喔！

美味調味料秘訣-2



可以拿來熬高湯



拌麵可以加



滷肉可以炒糖色



來點有趣的~

你知道學校每天吃的營養午餐從哪裡來嗎？

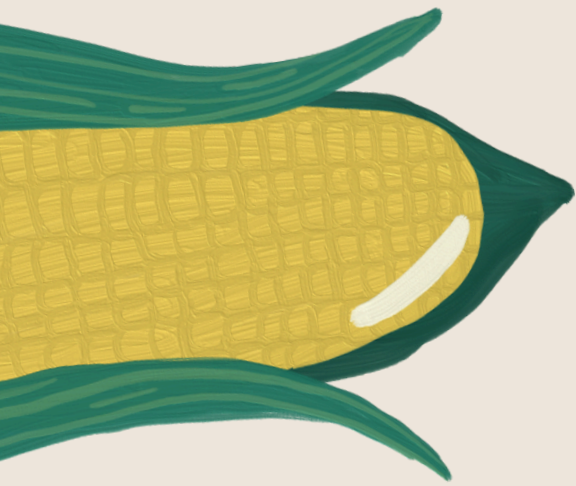
- 在「教育部校園食材登錄平臺」可以看到每天吃什麼喔！
- 有專業營養搭配，吃最新鮮的在地食材
- 115學年度起臺中公立國中小營養午餐

全面免費

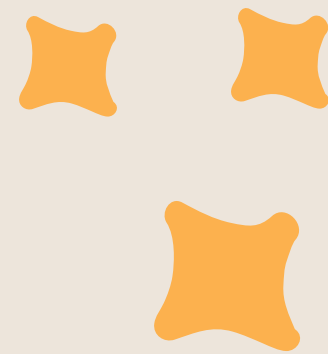
資料來源：

教育部校園食材登錄平臺 <https://fatraceschool.k12ea.gov.tw/frontend/search.html?school=64608>

臺中市政府市政新聞 <https://www.taichung.gov.tw/8868/8872/9962/3182734>



加碼小問題~



你最喜歡學校營養午餐哪一道呢？

為什麼？

Ex: 玉米濃湯

因為料很多，我可以喝2碗哈哈~

