

「來喔！一斤50，最青的，俗俗啊賣啦！」

在臺北城各個角落的傳統市集裡，每天都有充滿生命力的叫賣聲，喚起這座城市的活力。

傳統市集最引人入勝的地方，就是它的特色產品、在地文化與傳統市集特有的人情與活力。這就是臺灣傳統市集的軟實力！近年來，臺北市市場處針對傳統市場，推動一系列整體行銷與空間改造策略，讓臺北的傳統市場開始有了新的面貌：整潔與明亮的空間、特色與創意的各色產品，帶給你全新的市場印象，但不變的依然是那濃濃的人情味！

而體驗臺北的市集，有沒有新的方式呢？會不會有一天，我們踏進傳統市集時，不是帶著菜籃，而是城市旅行的輕裝行囊與相機呢？為了發掘臺北市傳統市集的新體驗，為這些富有特色與生命力的市集，開發新的契機，臺北市市場處特別規劃製作《臺北市集Pa Pa Go！》電子書。希望藉由網路快速而無邊際的傳播力量，提供讀者一個新的方式，從傳統市集認識臺北這座城市。

不論你是上班族、學生、家庭主婦或自助旅行的背包客，都歡迎你來一同探索傳統市場美好的一面，以新的心情，新的方式，探索臺北市集的各種風貌，就請跟著《臺北市集Pa Pa Go!》一同出發吧！

臺北市市場處 中華民國99年5月





# 水源市場

美食源源不絕



早從日據時代起，公館一帶就與「水」密不可分。當年日本人在這裡興建了臺灣最早的自來水廠，供應全臺北市的用水，也就是今日的自來水博物館。這段歷史也在公館一帶的街道命名留下了痕跡，水源路、思源路等路名就是由此而來，而位於公館的「水源市場」，也同樣記憶著這段「水」的歷史。

成立於民國42年的水源市場，原為木造建築，民國66年改建為綜合行政大樓。走過將近一甲子的歲月，水源市場見證了公館商圈的興起，並照顧了鄰近住家與無數學子的一日飲食。

從雜亂無章的傳統市場演變至今，水源市場歷經了多次艱辛的轉變。民國98年市場內部進行整修，這段期間攤商們得在市場外的人行道上擺攤做生意。時值炎炎夏日，儘管酷熱難耐，但為了讓市場有更美好的未來，攤商們還是撐過了這段過渡時期。整修後的水源市場，有著乾淨明亮的走道，以及嶄新的空調設備，一掃傳統市場過去給人陰暗骯髒的感受。





## 陳師傅全麥麵食



明亮、乾淨、整齊是水源市場的新風貌，但不變的是陳師傅全麥麵食專賣店，在水源市場經營多年的好味道。店名既然標榜全麥，只要是麵食類的食品，就真的

的是以全麥製作。陳師傅曾經當過花蓮美崙飯店的廚師，自己出來開業後，便想做出與一般市面上不同的麵食。

麵食類乍看之下很容易製作，但要做到與眾不同卻格外困難。於是老闆陳師傅結合了養生的觀念，大量運用全麥麵食，意外的在眾多美食雲集的公館商圈打響名號。吃慣精緻麵食的人，一開始會覺得這種全麥麵食口感較粗糙，然而用料實在的全麥麵皮香Q彈牙，越嚼越有小麥的香味，特別容易有飽足感。

陳師傅的鮮蝦豬肉荸薺水餃，有別於一般鮮蝦水餃，光內餡就有二隻以上的蝦子，加上花生米大小的碎荸



薺，咬在嘴裡，既有蝦肉的鮮，還有荸薺的甜，口感爽脆，即使放涼了，口感也是甚佳。



由於店面鄰近臺大，為了照顧廣大學生的胃與荷包，這裡的水餃硬是比一般水餃大上1.5倍，價格也少了三分之一，湯碗選用超級「大碗公」，就算是胃口大的男生，十幾顆水餃下肚後，也得舉雙手投降。

這裡的麵疙瘩，也是不容錯過的美味。普通用精製麵粉製成的麵疙瘩，雖然略有嚼勁，但陳師傅用全麥製成的麵疙瘩，口感更加有彈性。一大碗餛飩麵疙瘩只要80元，就能享受到二種不同的美味。陳師傅的餛飩，也與一般外皮軟爛的餛飩不同，堅實有嚼勁的口感，讓陳師傅的麵食有著強烈個人風格。下次來到公館，千萬記得把肚子空下來，到水源市場好好大快朵頤一番！







## 祥記美食

整座水源市場美食區，其實都是臥虎藏龍，許多店家老闆都曾在大飯店或餐廳工作過。祥記美食與龍記炒燴，正是其中代表。這二家老闆是一對兄弟檔，哥哥走親切的臺式大叔風格；弟弟則有些酷酷的，紮著馬尾，大火快炒的身手，格外俐落。

祥記美食在水源市場開業已30多年，是綜合行政大樓落成後，第一批進駐的店家。一開始市場生意不佳，要與周邊眾多流動攤販競爭，大家也不知該如何經營。歷經了兩年多的試驗，祥記與其他店家一同想方設法，為市場尋求



新的經營模式。從一開始只有幾樣的簡單小吃，開發出牆面上密密麻麻的多樣菜單。而其中的牛腩燴飯，可說是祥記的招牌，柔軟而帶有彈性的牛腩，加上適宜的調味，突顯出牛腩本身的自然香味。

祥記老闆的炒飯功力也是一絕，蛋花炒得很細，和食材、調味料混合得很均勻，表現出絕佳口味。而為了迎合臺灣人的口味，祥記將原本港式料理的蠔油，改為臺灣人習慣的醬油。即使是最簡單的味噌湯，老闆也用心加入多種配料調理。如此用心，自然打下好口碑，每天十一點半左右，祥記攤位前就開始出現排隊人龍，如果來晚了，就只有耐著性子慢慢等。

如此用心料理，加上口耳相傳的好口碑，也讓祥記美食在2009年臺北市傳統市場節「天下第一攤」網路票選中，獲得了「小吃類」第2名的好成績。



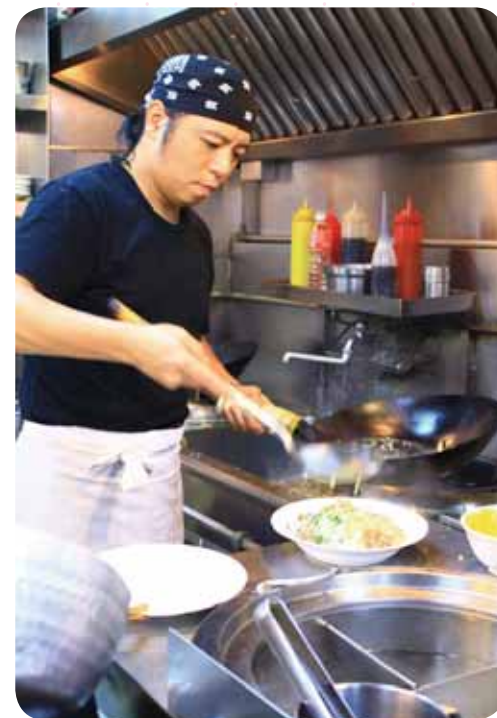


## 龍記炒燴

龍記炒燴的老闆曾在美麗華飯店工作過，在那裡學得一身港式炒燴的好功夫。一盤滑蛋牛肉燴飯，不消五分鐘就能輕鬆上桌。大火快炒的燴飯香稠濃郁，滿滿一盤美麗的蛋花與大塊牛肉，色香味俱全。

這裡除了東西好吃之外，看老闆架式十足的料理過程，也是一種享受。熟練無比的翻鍋動作，讓全部食材和調味料均勻地拌和，也均勻地受熱。從鍋底奔竄而上的烈焰，迅速翻炒出食材的香味，並將天然食材的原汁原味封存起來，等待著上桌後，由你的味蕾親自將他們一一釋放。而這一切舞蹈般的節奏，全部掌握在廚師的一鍋一鏟之間，震撼人心卻又和諧無比。

每到用餐時分，龍記攤位前也同樣大排長龍，這些排隊的人潮，都是為了一份蒸騰的熱氣中散著誘人香氣的美食。龍記的料理，走的是濃濃的港式風味，而且口味十分道地，不少來自港澳一帶的留學生，都專程來這裡吃上一盤燴飯，以解他們離鄉背井的思鄉之情。如果你懷念70年代在臺灣風行的港式飲茶風味，來一趟龍記吧，這裡是能讓你一解嘴饞的好所在。





## 賢夫美食

在水源市場裡的賢夫美食與吉興號，讓人看到夫妻胼手胝足，用心為人生打拼的美麗畫面。賢夫美食甜蜜蜜的招牌是老闆夫妻幸福的象徵，在水源市場經營了18年的港式點心生意，男主內，女主外，大部分時間在攤子裡都看不見老闆的身影，

因為老闆都待在廚房裡製作點心，小攤子全由老闆娘一手張羅。滷心蛋、燻魚、鮮蝦雲吞、糯米雞、燒賣、烤白菜，數不清的美食都細心地包裝好，方便客人帶回家自行加熱。



## 吉興號肉舖

位於市場2樓的吉興號肉舖，也是在水源市場已經經營30年的老店。老闆年輕時是標準的「迢迢 囡仔」，娶妻後為了心愛的妻子，開始有了為家庭打拼的動力，在水源市場裡一做就是30年。堅持給顧客最好的精選上等黑豬肉，在市場裡做出了好口碑，還獲得了2009年臺北市傳統市場節「天下第一攤」網路票選「生鮮類」第3名的好成績。





# 南門市場

兵家必爭，老店齊發



於民國前5年成立的南門市場，堪稱為臺北市的活歷史，從日據時代的磚造平房，到今日地下兩層、地上十層的綜合行政大樓；從「千歲市場」更名為南門市場，過去悠久的歷史已遠去，但歷經幾代傳承的口味卻歷久彌新，若提到可代表臺北市的傳統市場，南門市場絕對當之無愧。

南門市場平日就常擠滿採購的人潮，更別說逢年過節的盛況了。原因無他，南門市場裡的攤商們對商品品質要求極嚴格，因為誰都不想壞了這塊老招牌，生鮮、蔬果、魚肉，都是新鮮又漂亮；熟食與南北貨，也是種類齊全味道好。有的職業婦女下班開車經過想買菜，懶得找車位時，一通電話，攤商不但能幫忙買齊菜色，還提供免下車的貼心服務。



在臺北有「南霸天」之稱的南門市場，市場裡的熟食類以江浙菜為大宗，這與當初來臺時的主政者多為江浙人有很大的關係。另外，當時一同來臺的其他各省的人們，除了賣些家鄉味的菜色餬口，也發展出許多新式的菜色。例如川菜裡頗有名氣的一道「五更腸旺」，其實是當時來到臺灣的老兵，將軍隊裡大鍋剩菜，加上大腸、鴨血、蒜苗、辣油而成的一道雜煮，在四川反而看不到這道菜。除此之外，在南門市場還能看到來自福州、山東、四川等地的熟食菜色，還有許多稀奇古怪的醬料、食材，在大賣場裡絕對找不到。多元化的外省料理，讓南門市場在美食王國中占有無法取代的重要地位。





## 億長御坊

講到南門市場，就不得不提網路票選「天下第一攤」的常勝軍：億長御坊。由湖州粽起家，湖南籍的老闆朱億長（朱姐），最擅長江浙料理。攤位上近50種菜色，如蔥烤鯽魚、冰糖蓮藕、東坡肉、雪菜百頁、糖醋藕片、蒼蠅頭等，樣樣都是招牌，除了需要費時熬燉的雞骨高湯外，所有菜色都是當天現炒現賣，絕不隔夜販售。

另外，億長御坊更講求自然、環保，廣受顧客青睞的無錫排骨與東坡壇子肉選用紅麴染色，佛跳牆的魚翅則用一般魚種製成的魚翅。為何不用高檔魚翅？朱姐說，用鯊魚魚翅是種迷思，不同魚種製成的魚翅口感並無差別，而魚翅營養價值在於膠原蛋白，跟魚種並無關係，選用一般魚翅不僅價格平實，更可為生態保育盡一分力。



朱姐不僅堅持美味，更堅持產品衛生。位於南門市場旁的中央廚房，每天有10幾位員工用大量清水反覆清洗食材，冰庫嚴格控管溫度，員工定期接受健康檢查。為顧及鄰居的感受，朱姐不惜耗費百萬在廚房設備上，一走進廚房，抽油煙機聲響雖然震耳欲聾，但一踏出廚房，竟然一點聲音都聽不到，附近也聞不到油煙味。



## 上海合興糕糰店

上海合興的招牌食品有：寧波年糕、青江菜素包、蘇式月餅、上海鬆糕等，合興所出產的寧波年糕、鬆糕，是故總統蔣經國的最愛。除了糕點外，合興的雙鮮粽子更是不可不提，粽料餡加入鮮美的金華火腿，肉汁滲入米中，讓您吃得到飯粒拌和著鮮肉與火腿的雙重口感。





## 金龍食品



金龍食品成立於民國55年，成立以來不斷推陳出新，將肉類食品多元化發展到了極致，每天現場烘烤的肉乾吸引無數饕客，一靠近攤子附近就能聞到濃濃的肉香。最有名的當屬金龍食品獨家研發的肉紙系列，薄如蟬翼的紅色肉紙不僅可以透光，而且口感韌性十足。原味肉紙可以細細品嚐豬

肉的鮮美，其他種類的肉紙則各有不同的風味，微嗆的黑胡椒肉紙、濃濃杏仁香的杏仁肉紙、富有BBQ的趣味的蒜味肉紙，還有能同時吃到海陸美味的櫻花蝦肉紙，每種口味都值得您細細品味！不愧是網路票選的常勝軍。



## 南園食品

南園雖然也賣湯圓、蘿蔔糕，但最有名的還是肉粽，每逢端午前夕，這裡的粽子至少都要排上個10幾分鐘，才能買得到。南園的湖州粽油脂豐富，裡頭的糯米事先經過拌炒調味，蒸過後軟爛如米糕般的口感極為美味，油脂融入糯米中，濃郁香味令人難忘。另一樣與湖州粽並列

的熱門商品，則是香甜不膩的豆沙粽。豆沙餡熬煮的細膩香甜，一點渣滓都沒有，深紅色的豆沙餡配上白玉色的糯米，光是視覺上就令人超滿足。





## 萬有全火腿

老字號萬有全火腿，已經在臺灣風靡超過50多年，包括老蔣總統在內的政商名流都是忠實客戶，在當時以萬有全的火腿作為年節贈禮可是非常高檔的禮物。走進萬有全，天花板上懸掛著五花八門的肉品，包括自行生產的傳統肉品金華火腿、家鄉鹹肉、湖南臘肉、湖南香腸、煙燻辣臘腸、廣式臘腸、廣式肝腸，還有色澤較暗紅，完全不添加染料的蜜汁火腿等等。



從賣火腿起家的萬有全，近年來已將事業版圖擴張到涮羊肉，在南京東路、忠孝東路、羅斯福路上都有萬有全的店面，不僅嚴選肉品，連醬料都相當講究，提供超過10多種的醬料供人自行搭配。但最推薦的吃法還是以芝麻醬、腐乳汁、辣椒油、香蝦油、醬油、韭菜花醬和香菜等7種酌料調配而成的「老七樣」。



## 立家湖州粽子

在南門市場內開店已20幾年的立家，每逢端午佳節，店內總是擠滿各地慕名而來的饕客，97年榮獲全臺十大名粽網路票選第1名，同時獲得美食專家阿基師的推薦。店內招牌湖州粽用料傳統、口味獨特。加上20幾年的包粽手藝，精準火候控制，整個粽子吃起來的口感香Q，絕對會叫您念念不忘。







## 快車食品

在南門市場裡，快車食品跟金龍食品可說是不分軒輊。快車也是以肉類產品聞名，而且曾經獲得中華民國優良食品評鑑的金牌獎。快車並特別研發出低糖低鹽的肉鬆作法，對講究健康概念，但又喜好美食的現代人來說，可說是一大福音。另外，這裡結實又有韌性的肉條，不僅香又耐嚼，而且不會把手指頭弄得油膩膩，是相當受歡迎的小零嘴。

## 逸湘齋

在南門市場開店已有20幾年歷史的「逸湘齋」，以外賣各省特色菜而享盛名。逸湘齋販售的菜色與億長御坊相似，生意一樣好到不行，每天的營業額可達10多萬元。過年前夕，一天更可達到上百萬元業績。除了埔里紹興醉元寶、酥悶鯽魚和獅子頭等功夫菜，深受顧客歡迎外，其素菜更是名作家司馬中原的最愛！





# 永樂市場

## 織品花園



永樂市場所在地原是一處美麗的花園，1908年日本人將此地規劃為大稻埕市場，1982年因市場老舊等因素，政府拆除了舊市場，興建永樂市場大樓，新式的玻璃帷幕大樓與閩南式建築的結合，象徵著迪化商圈、大稻埕商圈傳統與現代的融合創新。

永樂市場是臺北市規模最大、種類最多的布料集散地。市場二樓集中了上百家販售各式布料的店家，由於每家店鋪空間都不大，一捆一捆的布匹得



豎立陳列在走道上，商品種類琳瑯滿目，有棉布、絲綢、防水布、卡通布、家飾布、舞臺布。還有花樣繽紛的絨毛布，



有玫瑰圖樣，也有各種獸皮花色，想得到的、意想不到的布料，在這裡都找得到。踏進永樂市場迷宮般的布市裡，常一不小心就會迷路，讓人常有宛如尋寶的樂趣呢！

近年來cosplay次文化蓬勃發展，許多cosplay迷都向專業工作室訂製服裝，訂製一套的價格從5、6千元起跳，有的甚至高達數萬元不等。因此，永樂市場價格低廉、選擇多樣的布料，就成為Cosplay迷們的第一選擇，從買布、設計到製作，永樂市場提供一切必要的零件、配件，熱心的店家還會提供剪裁的小秘訣，讓cosplay迷能自己DIY製作服裝。





電影《曼哈頓情緣》中，童話世界的公主用窗簾做成洋裝的橋段，並非子虛烏有。在永樂市場經營數10年綢緞布匹生意的曾老闆說，國人愛用的窗簾綢緞布，厚實、硬挺又華麗，在外國人眼裡可是做禮服的好材料，因而許多來到此地的外國遊客都忍不住要大批採買。這些布匹從設計到製作，全由臺灣工廠一手完成，因此喜歡細膩精緻中國風圖騰的歐美人士，都能在此買到他們想要的布料。

受到年輕人及女性歡迎的印花棉布，也是永樂市場受歡迎的大宗布料，市面上常見的手工拼布裝飾物的布料，大多都從這裡採購，價格比起外面的縫紉材料店要便宜個兩、三成。

除了算尺碼販售，這邊也提供很多零碼布，不僅價格低廉，用來縫製小東西或製作拼布也非常方便。對於喜歡DIY的手工一族而言，永樂市場可是他們又愛又恨的地方，愛的是這裡有琳瑯滿目的美麗布匹可選擇，恨的是每次來到永樂市場就忍不住東買買、西買買，積少成多的驚人效果，即使是選購零碼布，也常忍不住買到上千元。每季從



日本進口的印花棉布數量有限，若是在店裡看到喜歡的樣式，最好趕快下手，以免下次再來時候，已經換新花色了囉！

而永樂市場三樓提供各種服裝訂製的服務，許多從國外來的朋友，都會在這裡為自己量身訂作一套旗袍，作為紀念。製作旗袍已經三十餘年的王女士，在永樂市場落腳後便開發出一系列手工旗袍，布料是直接向二樓的攤商選購，而為了方便國外客人，還提供送達住宿旅館與國外寄送的貼心服務，讓短期停留的旅客，也能放心訂作一件美美的旗袍。





## 林合發油飯



除了各式布料，永樂市場的一樓也販售各項生鮮食材與熟食，而其中最著名的非林合發油飯莫屬。林合發的工作檯上擺了滿滿的餐盒，在老闆指揮下，將近十名員工忙進忙出地分裝油飯，且現場還排滿了等待油飯解嚙的客人。



論斤賣的油飯紮紮實實，現場有不少單車客用塑膠袋裝著吃，大口吃油飯看來超級過癮。若是想帶回家分享也有紙盒裝，一斤的份量已足夠一家四口分食了。



由於油飯需求量極大，林合發的櫃檯上擺了一個大鐵盆，每次油飯出爐都要用好幾個水桶一股腦地往盆裡倒，熱騰騰的油飯冒著裊裊蒸氣，濃郁的香氣撲鼻而來，場景甚是壯觀。林合發的油飯口感甚Q且不會過於黏膩，與油飯搭配的香菇更是一絕，不像一般市面上的香菇吃起來乾乾硬硬，咬一口林合發的香菇，鮮甜菇汁四溢，不僅完全保留香菇的甜味，和菇類軟韌的口感，搭配香Q的油飯超完美。







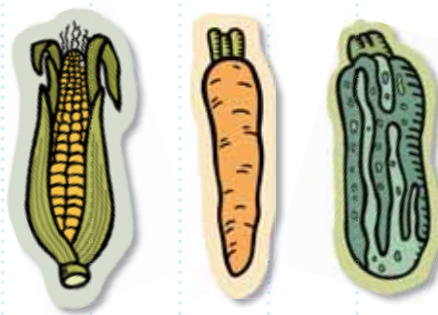
## 三發點心總匯專賣店



三發在永樂市場經營已有25年了，以「三發」為名，是因為老闆林先生家中有三個寶貝兒女的緣故。現在林家三兄妹已經長大成人，與爸爸媽媽同心經營這家小店鋪。三發小小的攤位檯面，擺滿了各式各樣的中式點心，包括肉包、饅頭、花捲、壽桃、發糕、千層派、芋頭包、素包子及蘿蔔糕等，一字排開約有數十種，相當壯觀。

由於所做的麵點皆由手工製作、價格實在，所以每天都能賣出上千個。其中最有名的人氣商品是「三發千層派」，這是第二代老闆林世文的父親，由於過去從事西點烘焙，引用製作大理石麵包的概念，而研發出千層饅頭的作法。12層麵皮，一層抹紅豆沙、一層抹綠豆沙，相互交疊，做起來十分費工，但口感十分有層次。

由於純手工製作，量多也趕不來，所以每隔兩小時才會有一批新鮮出爐熱騰騰的包子饅頭。因此如果喜歡特定的口味，最好先問清楚出爐的時間，以免久候。第一批的出爐時間是九點半，每隔兩小時才會再出一批。







## 王老闆菜攤

另外，在林合發對面的還有一家經營五十多年的蔬果攤，乍看之下跟一般的菜販沒有什麼不同。但老闆王先生自己開發了一項特別的貼心服務。在現代工商社會中，幾乎沒有時間下廚做菜，更遑論食材的清洗、削切等前置處理。為了節省顧客處理食材的時間，讓服務更加升級，王老闆開創了「代客洗切」的服務。只要在這裡買菜，便可以享受代客清洗或削皮等服務，為顧客節省不少整理食材的時間，也為自己多開發了一些客戶群。

## 手工潤餅皮

在一樓市場中1094攤的「林良號」潤餅皮，在永樂市場是老字號的美食，經營了45年，老闆表示，潤餅的皮很薄，甩麵粉的技巧需要經驗與手勁，輕輕一兜就貼在平底鍋，數秒鐘後就是一張薄軟有彈性的餅皮，除了附近的居民會來購買外，許多飯店與餐廳都會跟他們訂購潤餅皮。

## 永樂雞捲大王

永樂市場對面的小巷子裡，藏著一家好吃極了的「永樂雞捲大王」。「雞捲」名為「雞」捲，但它可跟「雞」一點關係也沒有。原來「雞捲」是臺語直接音譯而來，意思為「將『多』的剩菜，用豆皮包捲製成的餐點」。源自傳統臺灣人勤儉不浪費的小巧思，「雞捲」演變為一道別具風味的臺式特色手工料理。



這家店也是永樂市場林合發油飯的後代所經營，由兩兄弟共同經營。由於隱身在小巷弄裡，不仔細找還不太容易發現。永樂雞捲大王的外觀看起來雖然老舊，但裡面卻打掃得乾乾淨淨，整體用餐環境也非常寬敞，很有老式公寓客廳那種時光緩緩流逝的悠閒氛圍。

這裡雞捲的食材選用豬肉跟洋蔥，以紅糟醃漬過後，外皮用豆皮包裹，油炸成金黃色澤。豆皮油炸過後的酥脆口感，加上口感略帶韌性的瘦肉，一口咬下，口感層次豐富，再搭配甜美多汁的洋蔥丁，現炸雞捲的誘人香氣，讓人忍不住一口接著一口的品嚐。





# 永春市場

## 傳統裡的新創意



座落在4層樓建築物裡的永春市場，1、2樓規劃為傳統市場，3樓為圖書館，4樓為里民中心，為這一帶最為熱鬧的市民活動中心。由於市場外圍為虎林街流動攤販區，販售的商品與永春市場相近，因此嚴重影響到市場生意。而市場二樓因營運狀況不佳，後由全體攤商為股東組成永春零售市場股份有限公司承租，但營業狀況仍未能改善。

擔任市場自治會長超過20年的黃秀玉，積極地想為大



家改善經濟困境，因此在女兒的建議下發揮創意，調整市場走向，將外國跳蚤市場的特色，與臺灣的傳統市集結合，發展出兼具傳統與現代的二手創意市集。

永春市場二手市集的攤租便宜，1天只需幾百元就可以擺攤作生意，因此只要一開放登記，幾乎馬上一搶而空。二手市集裡什麼都有，什麼都賣，二手攤商們秉持愛物惜物的分享精神，也讓永春市場在傳統市場中，走出自己的特色。





## 阿留申生魚片

在菜市場賣生魚片賣到出書？永春市場的阿留申生魚片老闆阿萬，畢業於基隆海事商專，跑船跑了幾年之後，落腳在永春市場經營生魚片的生意。個性爽朗又愛講故事的他，對每個客人都如朋友般親切，因此結交了不少朋友，還有出版社老闆將他的故事寫成傳記《沙西米阿萬》，把阿萬的精采故事與人生哲理，分享給讀者。更妙的是，這



個出版社老闆後來乾脆跟阿萬一起進入生魚片的世界，成了工作夥伴，可見阿萬的魅力有多大。

值得一提的是，阿留申生魚片是少數能在BBS站，獲得數十篇好評的市場攤位。幾年前，一位陽明醫學院的學生來買生魚片，一吃之下驚為天人，於是在BBS站上大力推薦，從此吸引臺北縣市各大專院校的學生前來朝聖，還經常出現長達十幾公尺排隊人龍的盛況。大學生經濟能力有限，高檔生魚片一頓吃下來往往千把塊跑不掉，但阿萬「揪感心」地不計成本，原價500元的生魚片，只賣

300元。而且三不五時阿萬還會大請客，多切一些壓箱寶珍貴魚肉，讓大家嚐鮮。大學生們也很上道，經常帶著阿萬喜歡的小禮物，來跟他「搏感情」。問阿萬經營之道為何？他打趣的說：「我心中自有一把秤。」

阿留申的店面很小，剛好位在市場廁所旁邊，位置雖不佳，但上門的顧客從沒停過。要想內用，只能站在阿萬身旁，邊吃邊看他切魚。阿萬另一個受到學生歡迎的原因，是因為他本身就是一本「生魚片的百科全書」。如何吃魚？那個部位好吃？哪種魚是當季？如何鑑別魚的好壞？跟阿萬買生魚片，還能聽到一籬筐的魚經，也難怪許多臺北的大學生們，都把阿留申當作是臺北市首屈一指、物美價廉的生魚片首選。





## 阿松生魚片

永春市場另一攤阿松生魚片，生意也是好得不得了。清晨天未亮，老闆風塵僕僕到基隆漁港挑選新鮮魚貨，每天從早上8點營業到晚上7點，幾乎沒有休息的時間。

在永春市場營業已經十多年，阿松生魚片做的幾乎都是老主顧的生意，一看到上門的客人，不需多說，老闆娘就能切出剛剛好的份量，也對客人喜好的魚種、部位瞭若指掌，緊緊抓住老客人的心。

儘管只是市場裡的小攤子，老闆娘對生魚片的料理卻十分仔細用心，去除不好的部位一點也不心疼，賣出去的每一塊生魚片絕對漂亮又美味，每盒外帶生魚片都貼心地附



上包好的冰塊供客人保鮮。若是有新進的魚貨，也毫不吝嗇地切給客人試吃，雖然賣的是冷冰冰的生魚片，卻吃的到老闆娘暖洋洋的人情味。

## 南港武大郎碳烤燒餅

市場外，武大郎剛出爐充滿麵香的燒餅，是當地人最愛的早餐選擇，使用傳統烘爐碳烤出來的餅，看起來外焦內軟，嚼起來麵香十足，過路人潮很少不被它吸引！

所賣的各式餅都是由老麵發酵而成，吃了不傷胃。且不採用氣味有害人體的金碳，而是選用泰國紅木，讓客人或燒製人員也能保有健康。



除了好吃的三角燒餅外，還有吃起來爽口、餡料為宜蘭蔥的蔥餅；以黑毛豬為內餡的胡椒餅；喜歡吃甜的，可以試試芝麻餅，把黑芝麻跟甜醬一起放入酥餅中去烤，並在麵皮塗上麥芽糖，吃起來酥脆，芝麻香氣更是逼人。

店名有趣的地方是叫做「南港武大郎」，老闆說因為「武大郎」的職業是賣燒餅的，所以才叫「武大郎」。加了南港，主要是因為手法技巧來自「南港老張」的分店，要吃到好吃的碳烤餅，別忘了走一趟永春市場喔！





## 山東老店

越是簡單的食物，越能吃出單純的美味與細膩的變化。

兩代經營的山東老店，賣山東大饅頭已經40年。第一代蘇老先生跟隨國民政府來臺後，把道地口味的山東饅頭帶來臺灣，憑著一身作饅頭的好功夫養活一家人。而接棒的第二代蘇老闆，為了滿足現代人多變的口味，選用當季新鮮蔬菜作為包子的內餡，研發出各式各樣的包子，相當受到顧客歡迎。

夏季的瓠瓜包子，以及冬季的雪裡紅包子，都是店裡熱賣的商品。除了賣包子，只在六、日販售的滷牛肉也是大受好評。然而最受歡迎的還是山東饅頭，早年只靠人工攪拌麵團時，老闆凌晨二、三點就得起床作饅頭，現在雖然有機器幫忙，但掌握麵團揉製仍得靠蘇老闆親自留意斟酌。

蘇老闆說，山東饅頭特色在於紮實、有嚼



勁，像嚼口香糖一般，甜味沒那麼重，反而帶有很濃的麵香，不過現在的年輕人卻不習慣這種口感。為了符合現代人的口味，蘇老闆也嘗試將山東饅頭作的鬆軟一點，對愛吃饅頭的老人家負擔也不那麼重，但每當逢年過節，還是會回復古法，製作結實的山東饅頭。

## 專一豆花

一般豆花小店通常做到最後都變成了「連鎖」豆花店，而這家一直位於永春市場週邊的豆花小攤，可是真的「專心一意」地賣豆花！

賣豆花已30幾年的老闆娘，因為堅持純手工做豆花，加上個性保守，不管客人再多，她也不想擁有自己的獨立店面。

老闆娘的女兒說：「會叫『專一』是因為剛開始時，只做花生豆花口味的豆花，後來才應客人要求，多了其他種口味的豆花。」也因為老闆娘如同店名所稱的專一與堅持，我們才有機會吃到鮮嫩滑順、超濃豆花的滋味，吃過一次絕對讓你難忘。





## 金味記滷味

金味記滷味店在永春市場外已經營20年，店內的滷味都是由特調的滷包、肉汁熬煮而成，採用新鮮食材，共計有雞爪、豬腳、蹄膀等30種滷味，走進金味記滷味攤前，香噴噴的味道撲鼻而來，讓人不免得吞了好幾次口水。

老闆連忠德說，他們的滷味用特調滷包、滷汁整整滷2小時，1斤肉配多少滷包、冰糖都很重要。早年連忠德每天凌晨3時到環南市場，親自挑選新鮮肉品，後來與肉販熟識，直接由肉販宅配到府。

金味記每天約賣100公斤滷味，連忠德說，每早滷2小時，滷完剛好7時營業，讓客人吃到剛出滷鍋、熱騰騰的美食。中午賣完後，下午又端出另一鍋剛滷好的新鮮滷味。食材新鮮，滷汁入味道地，自然讓嚐過金記滷味的客人吃過還想再吃，一試成主顧囉！



## 東北名點 賈家哈爾濱大餅



熱呼呼的「哈爾濱蔥花大餅」，才剛烤好沒幾分鐘，馬上就被客人搶光光。切開瞧瞧，厚達3公分的麵糰，層次分明，蔥花滿滿塞在餅內，這可是在中國東北有名的哈爾濱大餅。由於堅持現作，所以要買得等上10分鐘，但老闆透露，就是要蔥花夠多，才能越嚼越香。大餅在放入悶鍋烘烤前，還灑上芝麻提香，30分鐘後，蔥花和餅香融為一體。

當初因為愛吃，老闆跟一位來自東北哈爾濱的師傅，學習這種大餅的作法，因而開了這家店。大大的厚餅，裡頭是滿滿的蔥花，吃起來層次多，美味中帶點鹹香，口感外酥脆內軟Q，難怪很多人一吃就成主顧。





# 東門市場

## 如老酒越陳越香濃



東門市場位在信義路與仁愛路間的金山南路上，是臺北市傳統的老市場之一，由於位處精華地段，被戲稱為「有錢人逛的市場」，許多高價的食材都可以在這裡買得到。也因為歷史悠久，且擁有許多美食，令許多消費者不辭千里遠道前來採買，由此可見東門市場的獨特魅力。

東門市場建於1928年，當時臺北城在西門、南門、東門，分別設立了市場。不同於其他市場擁有獨立的賣場樓層，東門市場反倒是沿著金山南路2段及信義路2段81號間的小巷、曲折巷道，而成迷宮般的菜市場。

二次大戰結束後，中華民國政府遷臺，將信義路一帶規劃出信義東村、仁愛東村等眷村，而將所接收的宿舍分發隨之來臺的中央要員居住。東門市場自然成為這些外來移民採購民生用品的主要去處，由於信義及仁愛東村裡住的大多是達官顯要，東門市場的商品價位也相對反映了這一點。所以四、五十年代，經常上演著整排進口黑頭車在東門市場外排隊，等待官太太們買菜的氣派情景，讓東門市場成為許多人眼中的「有錢人逛的市場」。

民國68年，金山南路進行拓寬，以舒緩周圍交通，增加便利性。東門市場被分割為兩處，一是被稱為「東門外市場」的攤販集中場，因為價格便宜，越發興盛；而老字號店鋪林立的內市場，則因為停車不易、信義路改為單向車道等因素，客源不斷流失。然而，老字號、好口碑、食材高檔細膩的東門市場對老饕們依然有著無法抗拒的魅力，美食家梁幼祥、梁瓊白、烹飪名師傅培梅，都是東門市場的常客。

民國98年東門市場重新整建完成，市場內一掃過去招牌雜亂、陰暗骯髒的形象。以明亮整齊的新面貌，歡迎舊雨新知一同探訪宛如一罈老酒，越陳越香的東門市場。





## 黃媽媽米粉湯

在東門市場裡一開就是35年，一路走來始終堅持20元不漲價。許多客人都是從小吃到大，常常可看見提著小鍋子的客人排隊來買米粉。黃媽媽米粉湯口味較清淡，黑豬大骨熬製的湯頭清爽不油膩，吃得到豬骨的濃香與米粉的清甜，加上芹菜末爽脆的口感，整體搭配協調又多層次。

若是嗜吃重口味的客人也可以加上黃媽媽特調的蒜頭醬油，每天新鮮現磨的蒜末混入醬油內，吃起來非但不會死鹹，微嗆的蒜味反讓味覺更加敏銳，更可烘托出米粉湯的鮮美。



店裡的豬舌、豬肺、豬皮、大腸頭等小吃都是一絕，黃媽媽小吃的共同特色是，Q、脆、清淡，選用臺灣本土的新鮮溫體豬，每天耗時反覆清洗內臟，油脂全部手工清除，所以吃起來完全不會有豬腥味，嚐得到食材淡淡的甜味；豬皮如羊脂玉般的溫潤色澤，入口全是膠質，口感卻像蒟蒻般彈牙；豬肺口感軟嫩，反覆咀嚼後還會帶出一股菇類的香味，鮮美的滋味連不敢吃內臟的人都要讚嘆不已。老闆還說，豬肺能清肚子裡的髒東西，所以不少客人專程買回去入藥。由於小吃都是汆燙，黃媽媽還準備了多種醬料供客人搭配，醬油膏口味較清爽，甜辣醬則適合重口味，若是夏天胃口較差，也可以搭配白醋開胃，有創意的客人不妨自行混合搭配，吃更出多變的口味。





## 羅媽媽米粉湯

比黃媽媽還早在東門市場擺攤的羅媽媽，也是臺北市米粉湯界的箇中翹楚！客家人出身的羅媽媽，米粉湯的湯頭以豬骨熬成乳白色後，口味較為濃郁厚實，內臟的處理也同樣細心到不行，連豬皮下水煮過後都還要趁熱再次去油，就是要保留完美的膠質，不讓油膩感破壞膠質的甜美，羅媽媽還教我們，吃黑白切時，可試試客家特調醬料：將蒜蓉醬油、辣椒醬、客家醋、醬油膏調在一起，美味升級。

網路上還流傳著「不知道羅媽媽，別說你是臺北人」，更有外地人特地北上打包，一次就是二、三十碗，可見羅媽媽的遠近馳名，為了避免長途運送悶爛米粉，羅媽媽也細心地將湯跟米粉分開包裝，好讓外地人有機會一嚐道地臺灣美食。

但不管黃媽媽，還是羅媽媽，兩家在價位上都一樣，不管吃哪家都一樣料多味美又實在，值得細細品味。



## 四海牛肉莊

從靠近金山南路的入口進去第一家就是四海牛肉莊，映入眼簾是整攤的生牛肉。不過可別被弄迷糊囉！四海牛肉莊除了販售生肉外，其實還有一項秘密武器，就是自家牛肉製作的牛肉乾。四海牛肉莊的牛肉乾可是日本遊客的最愛，而許多旅居國外的客人還會託臺灣的親友代買呢。



四海牛肉莊在東門市場也是老字號，始終堅持每天凌晨現宰、產地直送的新鮮牛肉，是官夫人和臺北市各大餐廳的最愛。到了第二代老闆，更引進臺灣以外產地的牛肉，在一貫堅持的品質下，四海牛肉莊可說是臺北的一級肉店。

四海牛肉莊的牛肉乾口味很簡單，只有原味、黑胡椒、麻辣、重麻辣四種口味，原味牛肉乾滷汁不會收得太乾，口味略略偏甜，肉質有嚼勁卻不會太硬，光是用聞的就能聞到濃濃牛肉香；重麻辣口味可遇不可求，老闆娘說吃完女生連口紅都不用擦了，可見麻辣程度，也因為敢吃這麼辣的人不多，除非有大量訂單，不然很難買到。

特別提醒的是，完全不含防腐劑的牛肉乾最多只能放兩個月，不過這一點應該是完全不用擔心，因為牛肉乾太好吃，一不注意就會整包嗑光光。





## 黃媽媽滷肉飯

東門市場中鄰近黃媽媽米粉湯旁，有一家空間雖小，卻充滿著溫馨與家常菜的小店，店內只賣少數幾種食物：滷肉飯、滷筍絲及幾樣小炒，而其中最令人津津樂道的便是滷肉飯。有別於一般北部使用免治豬肉（不用再加工，可以直接烹調），這家店反倒使用南部切粒豬肉的作法。將豬肉最上層的那層豬皮油切粒，汆燙去腥後，放入陳年滷鍋熬煮，將被逼出來的油過濾完後，再加入清醬油和肉片高湯，並用小火燉煮，逼出油脂，再過濾。如此整整重覆約5到6個小時，讓豬皮嚐起來有柔嫩無比的口感，一點也沒有油膩的感覺。澆淋在熱白飯上更顯晶瑩油潤，芳香撲鼻，會讓人有一口接著一口，停不下來的感覺。若經過東門市場，您一定要來品嚐一下黃媽媽滷肉飯，真的有媽媽的味道唷！

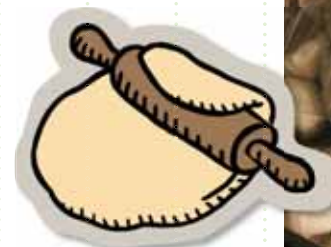


## 興記食品行



興記就位在金山南路入口處，所賣食品以手工水餃與各式港式點心最為著名，如叉燒酥、腸粉、蘿蔔糕、燒賣、珍珠丸等，在店門前常可見大排長龍的購買人潮。第三代的郭老闆表示，早期的興記是以生麵為主，逐漸發展出包子、饅頭、麵點及熟食，至今已研發出約五十幾種港式點心，還有各式水餃、包子與小菜。

興記的好手藝，連料理名人梁瓊白都十分驚豔。梁瓊白最推薦興記的菜包和紅燒肉，頭小而圓，如一球冰淇淋。肉質緊實彈牙的程度，據梁瓊白形容，極似港式牛肉丸。





## 義芳福州魚丸

已經經營了二十幾年的義芳魚丸老闆娘鄭雅芳表示，福州丸做法是遵循父親所傳下來的製作古法，外皮以海鰻魚肉加上地瓜粉製成，內餡則採用本地豬後腿肉，再加上蔥花、蝦仁拌成，且因為製作魚漿的時候，在溫度的控制上極為講究，所以外皮彈性非常好，一口咬下去，內餡湯汁鮮美，豬肉、蝦米、蔥花腴而不膩，讓傅培梅、于美人、陳文茜等名人一吃都成了老主顧。

另外，店裡的燕丸更是一絕，燕丸的皮不像一般市面是用麵皮做成，而是用瘦肉敲打成薄片，做成彈性十足的燕皮，再包入飽滿的肉餡，口感十足。

除了可在店裡享用美味魚丸外，店內供應外帶生丸子，也可以買回家自己煮，但要訣是現煮現吃，不能煮太久，以免外皮太爛影響口感，除了魚丸、燕丸外，店內還有賣自製的魷魚羹、炒米粉等，口味十分獨特，值得品嚐。



## 沅誠海鮮水餃

沅誠海鮮水餃開在黃媽媽米粉湯隔壁，小小的店面裡擺滿了冰櫃，老闆娘滿面紅光在小桌子前俐落包著水餃，老闆娘非常低調，開店已經三十餘年，從杭州南路違章建築的小店面，搬遷至東門市場，從不打廣告，靠著客人口耳相傳，一代傳過一代，在東門市場裡名氣可大呢！

特別的是，店內賣有七種水餃口味，而其中最特別的是「吻仔魚高麗菜水餃」，混合豬肉、吻仔魚、高麗菜的口味，滿滿的肥美吻仔魚，肉質Q嫩細緻，海鮮的鮮味十足，不需要沾醬油就非常好吃，搭配高麗菜絲的爽脆口感，滿足雙重享受，吻仔魚富含鈣質，非常適合一家大小，不但吃美味也吃健康。只是水餃太暢銷，想一嚐美味可得早起喔！





# 華山市場

## 藝文創意市集



華山市場位於紹興南街與忠孝東路交叉口，近30年來一直維持傳統市場的型態，市場「華山」名稱源自於日據時期，取自首任臺灣總督「樺山資紀」之名，當時也將臺北舊有街庄名改稱為「樺山町」，直到中華民國政府遷臺後，又將「樺山」改為「華山」而成。

近年來鄰近的華山藝文特區融入了藝文活動等元素概念，華山市場面臨如何從傳統菜市場轉型的問題，最後華山市場創先將創意市集產業帶入傳統市場內，成功的結合藝文與民生兩大元素，激盪出市場的新生命。

歷經2次整建，華山市場於2009年底再度以嶄新姿態亮麗出發，市場二樓美食區融合科技與人文元素，在精心設計裝潢下更顯得美侖美奐，簡潔的現代感設計同時兼顧了後續維修的便利性。另外，燈飾則選擇日式風格的米白色布質燈罩，與天花板上帶有金屬光澤的管線，形成既衝突又協調的美感，整體設計反映了華山區域的調性：科技與人文，傳統與現代的相互碰撞與調和。





## 阜杭豆漿

講到華山市場，就不能不提在臺北市風靡了半世紀的阜杭豆漿。儘管這一家中式早餐店開設在市場二樓，每天生意卻好得不得了，尖峰時段排上十幾二十分鐘是常態，大排長龍的人潮，讓人不禁疑惑臺北市怎麼會有這麼多不用上班上課的人？

第一代老闆徐老先生從30歲開始賣燒餅豆漿，至今已是81歲高齡，但身體依然健朗，偶爾還會到店裡看看。如今生意傳到第二代手裡，整個家族齊心協力讓阜杭豆漿的老招牌發光發熱。或許是看到自己傳承下來的事業做得有聲有色，徐老先生的臉上總是帶著滿足的溫和笑容。

阜杭豆漿最著名的厚燒餅採用古法，貼在烤爐壁上用炭火烘烤，每個燒餅都必須仔細注意烘烤的火候。其麵糰因不加酵母，以老麵耗費16小時



以上慢慢發酵，吃起來有一點像上海生煎包的感覺，帶有獨特的香味與耐嚼的口感。

而厚燒餅有單吃、夾蛋、夾油條三種吃法。單吃能細細品味老麵特有的滋味；夾蛋則有溫順的口感；若是搭配油條，軟、韌、酥兼具的口感更是一絕。燒餅外皮也與一般刷糖水的作法不同，用的是麥芽糖，經過炭火烘烤，麥芽糖形成薄



薄的脆糖衣包裹住餅皮，微甜微鹹的口味讓早晨不那麼敏銳的味覺一下子清醒過來。

阜杭豆漿另一項著名的招牌即是鹹豆漿，由於豆漿接觸到鹽類就會開始凝結，讓鹹豆漿看起來有點像攪碎的豆花，而且豆漿裡加了鹹菜、蝦米、油條，豐富多層次的味道，是許多顧客的最愛！





## 喜樂手工蛋捲



喜樂手工蛋捲是華山市場裡令人動容的美麗奇蹟，老闆娘廖倍慧是一位中度智能障礙者，但她的人生卻處處充滿了生命的智慧。求學路上一路走來跌跌撞撞，但倍慧始終很堅強。

就讀高職時的她因對烹飪有興趣，一開始在喜憨兒的庇護工廠學習製作蛋捲，但失敗的作品比成功的更多。在餐廳實習時，害羞的倍慧不擅長面對客人，經常躲回廚房求救，輔導她的李怡老師不放棄，從簡單的加減法慢慢教導

倍慧。倍慧也很爭氣，一點一滴慢慢學習，不害怕失敗，竟然一路做到了正式店長。現在的她不但能充滿自信地面對客人，甚至填寫工作報表等工作也難不倒她。

如今，倍慧用自己的名義在華山市場承租攤位，將人們對她的幫助，轉化為幫助其他身心障礙朋友的力量，現在店內共雇用了 6 位身心障礙人士一同為人生打拼。

倍慧的付出，終於在2009年臺北市傳統市場節「天下第一攤」網路票選中，獲得回報，喜樂手工蛋捲榮獲「熟食類」第二名的佳績。

喜樂手工蛋捲就像倍慧一樣，擁有單純獨特的滋味，值得忙碌的現代人停下腳步細細品味。





## 幾米麗飾



在一樓的創意市集中，有一攤藝術商品「幾米麗飾」，店名雖有「幾米」兩字。但與插畫家幾米一點關係都沒有。會取名「幾米」，是因這裡的創作媒材是用比米粒更為細小的琉璃珠取代顏料來作畫。

透過光線照射，每一顆琉璃珠都呈現出不同的色澤，讓一幅畫透過不同角度呈現千變萬化的美感。老

闆也可以將客人提供的照片或圖畫製作成珠畫，現場還販售老闆自行研發的作畫工具，讓消費者能親身體驗製作珠畫帶來的成就感。



## 阿米濃原舞原味

華山市場一樓除了販售一般生鮮蔬果的攤商，還聚集了許多臺灣別具特色的創意市集產業，如有濃濃原住民風格的阿米濃原舞原味，就販賣屬於原住民獨特的藝術創作。看過電影「海角七號」的人一定都對裡面的排灣族琉璃珠飾印象深刻，孔雀之珠象徵著堅定不移的誓約，勇士之珠則是部落頭目贈與勇士，嘉獎其保衛部族的英勇。除了原住民飾品，阿米濃也積極的推廣原住民藝文產業，期待在更多人的加入下，能讓臺灣美麗的原始之美廣為流傳。





## 饌食品點

饌食品點是來自於宜蘭的創意點心。老闆娘原本從事保險業，因經常贈送客戶自製的點心，而在一次偶然下學得製作涼糕的方法，老闆娘發揮小創意，將包子型式的涼糕改以壽司形式製作，意外獲得客戶歡迎，並鼓勵她自行創業。



透過網路創業顧問公司的協助，中年創業的老闆娘將品牌名稱取為「饌食品點」，以諧音巧妙地點出產品的特性。2009年臺北市傳統市場節，饌食品點在「天下第一攤」網路票選中，獲得「熟食類」第三名，同時也是2010年「市場拌手禮」得主之一的肯定。

## 天象國際手工皂

在一樓創意市集中，也有販賣來自泰國頂級手工皂，源自喜馬拉雅山下清邁的四季飯店的雪文皂，其材料是採用新鮮的



植物油和當地所生產的新鮮蔬菜、水果、香草(鬱金)以及生產豐富的米(茉莉米)，同時添加了100%純精油所製造出「天然的保濕皂」。

現在要買到曾被雜誌所報導，旅行團必買的禮物－雪文皂，不用出國，來到華山市場就買得到！





# 光復市場

## 眷村美食市集



光復市場的形成，與中華民國政府遷臺密不可分。民國37年底，聯勤總部第四十四兵工廠的員工及眷屬們，搭乘太康輪，連夜從青島來到臺灣。兵荒馬亂之際，軍眷們先被安置在臺北市郊的日軍舊庫房，家戶間僅以布幔作為區隔。為了儘速安頓家眷，四十四兵工廠的成員們自己動手，用土瓦、泥漿等簡陋的材料，搭起簡陋的房子，並命名為四四南村，是臺北地區第一座自行興建的軍眷村，後來四四東村及四四西村也陸續興建完成。



到了七〇年代，傳統眷村面臨拆遷改建的命運，四四南村保留下0.5公頃作為眷村文化保留區（松勤路與莊敬路一帶），四四東村遷移至青年國宅，四四西村則就地改建為忠駝國宅。同時於現址改建而成、具有眷村房屋特色的市場，即為現今的光復市場。由於屋頂裝設的溫度感應器非常敏感，因此在市場內禁止炊煮，熟食攤也特別少。

光復市場算是個迷你的市場，僅有56個攤位，站在門口就能一眼望見所有的攤位，但麻雀雖小卻五臟俱全，這裡能買到各色各樣具有眷村特色的商品。

光復市場裡的攤商，除了原在此營業的攤商外，還有來自四四西村等地的攤販，許多老兵來到臺灣後，憑著一身家鄉味料理的好功夫，不但養活一家子，也為這批遠離家園的異鄉人一解思鄉之愁，因此這裡擁有許多具有濃厚眷村味的美食。







## 一元行水餃

2010年網路票選「天下第一攤」得主：一元行手工水餃在光復市場經營已有40年，是真正的在地老店，除了各類麵食外，最受歡迎的當屬各式手工水餃。其中鮮肉水餃使用的是市場內的新鮮黑豬肉，一咬下去，濃郁湯汁隨即爆出，豬肉甜美的滋味，更讓人一口接一口。內餡滋味十足，不用加醬油，只要加一點點和風醬，就能嚐到水餃的好味道。曾有遠道而來的日本遊客，因難忘水餃的好滋味，回國後還打電話來請店家宅配到日本，而臺北市政府的官員們也經常來此光顧呢！



## 阿美素食

位於光復市場1號攤的阿美素食店歷史悠久，口味眾多，是2010年網路票選「市場伴手禮」得主之一。販售各式素食小菜、素粽，蒟蒻、仙草、豆腐、豆乾、芋粿類食品等，深受一般民眾喜愛！不管是潮州粽、南部粽、素粽、五穀米粽一顆都只要30元。端午節前夕，老闆還會推出粿粽，而最受客人喜愛的是料多味美又實在的南部粽，老闆不惜成本的把香菇、花生、蘿蔔干、蝦仁、蛋黃等等好料全包進粽子裡，由於供不應求，還有很多顧客因買不到粽子而怪罪老闆呢！而另一項人氣商品是：新疆餅，著重胡椒味，更加了蔥花、花椒等，多層次且鬆碎的口感，常常讓人忘情的一口接著一口，是很吃好又沒有負擔的新鮮味零嘴。







## 金牌滷味

金牌滷味店在光復市場已有30年歷史，攤子上琳瑯滿目的乾扁四季豆、辣椒小魚干、滷牛腱子、滷筍絲、鹽酥蝦、客家酸菜等，因應不同的季節，而隨時變換菜色。星期二、四、六還加賣炒米粉，週日加賣油飯。還應客人要求辦理外燴聚餐、做滿月酒等。若是你沒吃過，來到光復市場可別再錯過囉！



## 光復市場蔬果攤



市場中有二家蔬果攤，各具有不同的特色，36號攤販賣來自各地新奇的蔬果，如慈菇、紫蘆筍、蠶豆等等，樣樣都是由老闆親自挑選，已是第二代的劉老闆，還會細心向顧客介紹蔬菜的種類與相關知識，讓顧客更清楚蔬菜的特性，烹煮更美味的食物。

另外一攤蔬果店，則遠遠的就可以聽到熱情地用各種語言與客人打交道，雖然不清楚他所說的日語、印尼話、印度語是真的，還是瞎掰的，但顧客們好像都很習慣他的插科打諢，一來一往的對話，讓市場內的氣氛都熱絡起來了！半買半相送買賣，讓李老闆的生意更是絡繹不絕！





## 藍媽媽水餃



從四四兵工廠眷村起家的藍媽媽水餃，將已有22年歷史的樸素山東手工水餃發展成五星級頂級養生水餃。堅持手桿麵皮、傳統冷水揉麵皮，強調養生、低膽固醇，不但開發出九種素食水餃，口味更多達20種，從一般常見的高麗菜、韭菜，還有四季豆、大白菜、芥藍菜、青江、雪裡紅等獨特口味，最特別的

當屬山東味十足的酸白菜水餃。二十多年來，藍媽媽水餃有著眷村文化裡濃濃的人情味，為了滿足客人各種口味的需要，客製化水餃成了藍媽媽的一大特色，而不管是梨山高麗菜、宜蘭三星蔥、花蓮吉安韭菜、牛肉、豬肉、草蝦都選用臺灣土食材，每一顆水餃都嚐得到幸福的滋味。因此在2009年「天下第一攤」水餃類網路票選獲第一名，可說是實至名歸。



## 聯合豆漿

許多光復市場附近的上班族，上班前總會到聯合豆漿，買一份有著Q彈口感及麵香的蔥燒餅，及香郁的豆漿、米漿，開始一天的序曲。

這家在光復市場附近經營了10多年的蔥餅店，堅持手做手磨的精神，是當地民眾營養早餐的首選。老闆揉和老麵與碳烤蔥燒餅時，恰到好處的火候，讓蔥餅的麵香和麵體的濕潤度恰到好處，更來自於老闆的好工夫！不管是豆漿、米漿或是糯米飯糰，都是老闆早上3點現作，強調新鮮不過夜的豆漿，讓饕客們可以吃到自家現作豆漿的香濃，真是令人感動！





## 369包子



在光復市場旁開店十一年多的三六九包子只賣素食包子，有雪裡紅、四季豆、筍包等十多種口味，其中最受歡迎的雪裡紅包子，是以雪裡紅、高麗菜、青江菜等5種青菜調出天然蔬香。老闆解釋，做雪裡紅包子重視各種蔬菜的比例，像用以提香的雪裡紅，就只占全部菜料的1/10，還要加入荸薺、香菇、烤麩等，增加口感與香氣。

「三六九」的包子麵皮香Q、餡料紮實，所有包子都是現場製作，從一早開店起，購買人潮就沒斷過，員工攪皮、包餡、放包子入蒸籠，雙手一刻都沒停過，來到光復市場一定要嚐嚐好吃的素包子，沒吃別說你來過光復市場哦！



## 陸家涼麵



原本從高雄岡山到臺北開車行的老闆與老闆娘，因為經營不善，而賠上了所有的積蓄。歷經幾番挫折，選在光復市場旁開起涼麵小舖。老闆表示，做吃的生意，一個步驟都不能省，而陸家涼麵不像一般裝在盒裡的現成涼麵，採用的麵條當天現煮，煮熟後自然風乾保持Q韌彈性，賣完再煮。淋麵的醬汁選用上等芝麻醬和自家調味的甜汁，加上蒜蓉、辣油，味道十足，而在上層的雞絲、火腿絲、黃瓜絲都成了配角。這出自眷村傳統手藝的涼麵，捉準了前四四西村居民們的思鄉情懷，也讓外來的涼麵，味道深入當地居民的心裡。





# 西湖市場

後起之秀，來勢洶洶



具有20年歷史的西湖市場，原本只是一層樓的RC建物，94年配合捷運文湖線西湖站聯合開發規劃，臨時搬遷至西湖國小側邊的臨時攤棚營業，一直到98年6月9日才搬回嶄



新的西湖綜合大樓，並於1、2樓展開試營運作業，與西湖站共構的西湖市場，1樓為生鮮蔬果區，2樓則為百貨與美食街，方便民眾前往購物與享用美食。

現在的西湖市場已如蝴蝶般蛻變成為一個全新的市集，1樓的生鮮蔬果區經過整理規劃，擺脫舊有市場的雜亂感，變得整潔明亮，且現代化攤位規劃吸引著消費者的目光。西湖市場因交通上的便利性加上位於內湖科技園區內，每當中午時分，二樓美食街的100多個座位，總是坐滿午休時外出用餐的上班族。





## 福德咕咕雞

這家經營已經15年的福德咕咕雞，在西湖市場一樓生鮮區，營業已有1年多的時間，其鮮甜不油膩的肉質口感，深受當地居民的喜愛，常常一開始營業，雞肉就被一掃而空。

店家表示，他們的土雞是由專業養雞場，依照簽訂的養殖契約天然野放飼養，並全程使用玉米、牧草，因此其外皮呈現金黃色，強調絕不施打成長激素，經16~18週養成至成熟，所以肉質才會Q中帶勁，無腥味。

咕咕雞的製作過程，採用以上等甘蔗頭、竹炭燻烤佐以精選天然海鹽，調味烹煮。所有的雞在烹煮後第一時間快速低溫保鮮，不加味精，以保有雞肉的最佳口感，不加沾醬也很好吃喔。



## 兩丩雞肉飯

「沒有兩丩刷子，豈敢在此開店」，在西湖市場美食街內的雞肉飯老闆原是市場內的菜販。在偶然的機會下，與一位知名店家的雞肉飯師傅成為好友，更獲得傳授獨門好吃雞肉飯作法的機會，經過一年苦練鑽研後，學有所成的他，從此轉賣雞肉飯，一賣轉眼經過15年了，現在店內除了雞肉飯，還有手工切肉、軟嫩不油膩的



魯肉飯，也極獲顧客的喜愛。另外，為了應顧客要求，店內也賣各式的飯和麵，還有一些簡單的快炒，提供多樣的用餐選擇。





## 285大排檔

285大排檔是內湖在地20多年的老店，店裡的生意好到必須使用4個攤子，將麵類、飯類分開賣，可見其受歡迎的程度。

其對料理的用心，可由老闆蘇大姐對品質的要求一窺究竟，店內的滷肉及焢肉都是選自自家經營豬肉攤的上等



豬肉，而且連米與配料，都是親自挑選購買的。因為對配料的嚴格要求，難怪再挑嘴的客人都會讚不絕口。

蘇大姐的料理中，最受客人歡迎的是櫻花蝦炒飯，料多味美，在簡單的菜色加上一點點巧思，美味就能脫穎而出。



## 鮮饌日本料理

鮮饌日本料理位在西湖市場二樓第71號攤位，價格親民卻能感受老闆料理時的用心，其店家主要提供生食丼飯及熟食套餐服務。生食丼飯包括由鮭魚肉及鮭魚子做成的鮭魚親子丼，以及由甜蝦、干貝、魚片做成的極上丼等；熟食套餐則有烤肉或烤雞腿，以及魚類的鯖魚、鮭魚、鯛魚、秋刀魚和富含膠原蛋白的鰻魚套餐可供選擇。





## 博多豚骨家拉麵



在西湖市場也可以吃到道地正宗日本九州博多喔！開業不到兩個月的時間，豚骨家的拉麵，就顛覆以往在臺灣高價位的日式拉麵，短時間即吸引相當多的顧客光顧。

因為常聽到臺灣的朋友說「日本的拉麵好貴」，讓熱愛拉麵的老闆，憑著「想讓臺灣人嚐到便宜又好吃的正宗豚骨拉麵」的想法，獨身一人到臺灣。開店前，在臺灣學了九個月的中文，且為了籌措開店基金，他更將每天餐



費等生活費控制在一天200元內。

老闆表示，製作出可以讓顧客驚喜又感動的日式拉麵是豚骨家的使命，豚骨家跟只有加濃湯配上麵條的日式拉麵作法不同，他說：「豚骨家的湯是先大量嚴選豬的各種部位，經十幾個小時熬煮而來，過程中豚骨的精華會凝縮，而熬出濃厚像乳脂般的豚骨湯，一碗湯相當於使用300克的豚骨熬煮出來的精華，不僅只是味道到位，也含有豐富養顏的膠原蛋白。」

除了拉麵湯頭鮮美外，拉麵裡的叉燒也是老闆自己手工製作，有著軟嫩與入口即化的口感，讓人回味無窮，還有，拉麵中不可或缺的配角「魯蛋」，也是純手工做成的，蛋黃軟嫩，一樣吃了就難以忘懷，是一家值得強力推薦的道地日本美食！







## 豆腐殿臭豆腐

這家臭豆腐，是南機場夜市賣得嚇嚇叫的臭豆腐分店。誰說臭豆腐一定要加肉才好吃，這裡的臭豆腐不像一般店家是用滷的，而是現蒸的，佐以毛豆、香菇、薑、九層塔等辛香料提味，吃起來不但清香，以花椒、胡椒、豆瓣、味噌等調味的湯頭，更是鮮美。

想吃美味的臭豆腐，不用再專程至南機場了，在西湖市場就可以吃到正宗的現蒸臭豆腐，除了臭豆腐之外，店內還有賣其他的素食料理，主張不加味精，並以蔬果提味的麵食，一樣美味。

## Juice For Life果汁店

Juice For Life果汁店的果汁，是由新鮮水果現榨現賣，不加一滴水的做法，深受顧客的喜愛。親切的老闆，常常不計成本，多給客人物超所值的量，許多女性每天必定到此來報到，為一整天補充滿滿的元氣。





# 士東市場

## LV級菜市場



踏進位於天母商圈的士東市場，迎面而來的是明亮而挑高的寬敞空間。士東市場嚴格落實血水不落地的政策，沒有生肉的腥味，加上品質優良、種類齊全的生鮮、食品與百貨，讓它獲選為經濟部商業司選定之模範市場之一，就連馬英九總統也曾讚許士東市場為「全國最好的市場」。稱士東市場是「LV級的菜市場」，可說是當之無愧。

在臺北的外國人大多居住在天母，因此士東市場的客層也多了這些阿兜仔，市場內有許多金髮碧眼歐美人土，或者日本媽媽牽著小孩的手細細說著話，這都是其他市場少見的景象。

而身為臺北市的模範市場，士東市場也是第一座進行太陽能發電的市場。雖然一開始進行施工時，因沒有做好防水工程而導致嚴重的漏水情事，但士東市場將此危機化為轉機，趁機將2樓的小吃部重新進行整修，也順勢整理了防水缺漏，讓小吃部變得更加乾淨明亮。





## 123海鮮水餃



號稱全臺灣最貴的水餃店—「123海鮮水餃店」，以精緻高級的食材，開發出干貝、鮑魚等獨特口味的海鮮水餃。水餃皮的種類也多到令人眼花撩亂：新鮮紅蘿蔔汁製成的橘色水餃皮搭配草蝦、上等國產豬肉、香菜內餡；以菠菜汁特製的麵皮，搭配日本北海道進口的干貝與上等國產豬肉及高冷高麗菜等材料調製成的餡料；

還有超特別的紅麴養生水餃，讓吃水餃成了一場精采的色彩遊戲。

除了色彩繽紛的水餃，123海鮮水餃店也推出健康概念滿分的燕麥皮素食水餃、有機韭黃牛肉及豬肉水餃，老闆堅持使用最好的食材，帶給顧客最高級的安心享受。

因為對水餃的用心與創意，123海鮮水餃店自83年在士東市場成立以來，迅速發展並進駐各大百貨公司，包括臺北101、SOGO、臺中中友百貨、高雄漢神百貨等都設有專櫃。非常具有商業頭腦的梁老闆也架設了官方網站，提供

網路訂購的服務。並設計了會員制度，提供不定期的商品情報及優惠方案，深深擄獲饕客的胃和心。





## 吳媽媽粽子專賣店

吳媽媽秉持傳統口味的粽子是士東市場的一大台柱。當初吳媽媽為了讓年邁的母親能夠有更好的環境，毅然承租下士東市場裡的攤子，從士東市場草創時期就在此生根，經營至今，目前已交由女兒負責經營、服務。

店裡最受客人喜愛的產品是帶有客家風味的鹹粽，此外，南部粽、北部粽也是熱賣商品。吳媽媽的粽子不僅賣相好，口味更是一等一。花生滷的入味，卻仍維持脆脆的



口感、微鹹的蛋黃、大塊的肉，每種食材的口味卻不互相掩蓋，反而每一樣食材都能跳脫出來形成鮮明的滋味。另外，過年用來祭祀的紅龜粿跟桂圓糕也常常供不應求。



下午時市場的客人稍微少了點，但吳媽媽的攤子卻仍是熱鬧非凡，好幾個小蘿蔔頭擠在攤子裡，這些全都是附近攤商的小孩。吳媽媽的女兒說：因為前陣子手受傷，因此請小朋友們來幫忙，誰知這些孩子就愛上了來她的攤子。又因為有些攤商生意忙、攤子裡也不那麼適合孩子待，而她自己又很喜歡小孩，所以就讓小朋友們在攤子裡幫忙。市場的孩子們都很聰明伶俐，個性也格外活潑，連路過的客人都笑稱老闆娘好像幼稚園園長。





## 韓貞味

韓貞味在士東市場開業僅1年多，但好口碑卻已經在網路上傳開來。老闆娘熱愛韓式料理，在開始賣韓國料理前，已經賣了10多年的韓式泡菜。因為看準士東市場的商機，而把握機會在這邊租下攤子，與先生一同經營韓式料理。

為求口味道地，老闆娘從食材到餐具，無一不從韓國進口。由於韓國菜味道重，老闆娘貼心地桌上放置兩盤薄荷糖與鍋粬糖，供客人去口氣。而為了保存泡菜最鮮美的滋味，老闆娘用的是

韓國專門儲存泡菜的鍋子，密封後無論怎麼擺都不會流出醬汁，也保證不讓空氣跑進去讓泡菜繼續發酵。



韓貞味招牌的海鮮煎餅用料實在，吃得到大塊大塊的章魚和蝦仁，一張海鮮煎餅宛如一片披薩，吃下去飽足感十足，搭配附贈的韓式小菜，口感十分清爽可口。

在士東市場開業1年多，老闆娘除了對市場的整潔明亮感到自豪，也看到不少感人的畫面。例如有一對老夫妻，妻子因為中風行動不便，但老先生不嫌麻煩，依然每天推著輪椅帶太太逛市場，吃飯時也會細心地為妻子擦拭嘴角溢出的食物，讓老闆娘十分感動。





## 宏福燒臘店

士東市場不僅客人國際化，就連店家也來自於世界各國，如宏福燒臘的老闆來自於香港，11歲起便一頭栽進了烹飪世界的他，原先是在香港的飯店工作，有一次因飯店老闆為獎勵員工準備滿漢全席的辛勞，因此帶大家來到臺灣舉辦慶功宴，來到臺灣遊玩因見識到阿里山的壯麗景緻，從此愛上臺灣。1997年香港回歸後，因為對自己的國

籍有不確定感，於是身為虔誠基督徒的老闆在耶穌的應允下，乾脆來到臺灣重新出發。

離開飯店自行創業雖然壓力更大，但擁有自己的事業反而使內心感到更加踏實。宏福燒臘跟別家燒臘有什麼不

同？老闆竟然說，自己只不過是待客親切，根本比不上臺灣其他燒臘店。其實老闆是過於謙虛；光是肉類就有8種，入味卻不會死鹹，吃得到雞肉、鴨肉本身的香甜。另外還有少見的豬肝腸，並用大陸產的玫瑰露醃漬，微醺微甜的滋味，加上豬肝粉粉的口感，是相當經典的港式燒臘口味。



## 好麵煮

好麵煮賣的是老闆娘的私房家常菜色，加入創意結合而成的特色家常菜，光是在餐名上就下足功夫，舉凡臭仙蓋麵、小獅子麵，既怪異又有趣，讓人忍不住要點一碗來一嚐究竟。



在圓山大飯店待過的老闆娘對於料理很有想法，食材要求也十分嚴謹，每天光是採買食材就得跑上6、7個市場，只為了要挑選各市場最新鮮、最有品質的食材。如招牌臭仙蓋麵，挑選自然發酵的臭豆腐，經過甜酒釀醃漬，輕麻辣的口味加上豆腐軟嫩的口感，一點也不會有油膩的感覺。



選用老師傅製作的手工麵條、奢侈使用干貝、大骨熬製的湯頭，如此細膩高級的好味道，難怪吸引無數人來此品嚐。國片〈聽說〉的男主角彭于晏幾乎每個禮拜都要上門，若是拍戲太忙還會請老闆外送到他家解饞。



## 廣東粥

士東市場的廣東粥用料超奢侈，老闆娘在粥裡加了大片豬肝、肉絲、皮蛋丁。一般廣東粥有放蝦米提味就很不錯，老闆娘卻一點也不小氣，放了大顆蝦仁、花枝。多年下來，老闆娘從原先單純的廣東粥，陸續開發出數十種

麵、炒燴飯，看似多變，其實都是利用現有的食材互相搭配變化，一來讓食材快速消化維持新鮮，二來吸引更多喜好不同口味的客人。

賣廣東粥已12年的老闆娘本身是家庭主婦，出來做生意只是為了賺點生活費，但因實在用料又有媽媽的味道而大受歡迎。榮總曾有一次舉辦愛心園遊會義賣時，一口氣就向她下訂1,600碗廣東粥，為了響應愛心，即使賠本賣，老闆娘也甘心。附近學校的學生更是她的常客，經常訂購當作學生的中餐。



每天從早上9點半賣到晚上8點，工作量多又辛苦。早年與先生兩人一起打拼。但在先生過世後，家人都勸她把攤子收起來，不要這麼辛苦，但老闆娘還是堅持繼續賣下去，讓生活能有個寄託。平常是老闆娘與弟弟一同顧攤，假日時，孝順的兒女也會到攤子裡幫忙，雖然辛苦，日子卻過得很踏實。

老闆娘說，天母人嘴刁，吃東西不嫌貴，就怕不好吃，外面攤販喜歡用味精增加食物的鮮甜，但其實只要花點心思，改用玉米醬，就能熬煮出自然的甜味與美麗的鵝黃色澤。而攤子上的辣蘿蔔配菜則是老闆娘親手醃漬，不論是加在廣東粥裡，或是配白飯、乾麵，都很對味，辣而不嗆，鹹度適中。這樣的好味道讓出國唸書的學生念念不忘，還經常有媽媽前來購買寄給在國外念書的兒女。老闆娘說，生意要做長久，只要東西好吃，不怕客人跑掉，每一口都能嚐到老闆娘的用心。





## 珍好呷越南河粉

在士東市場開業一年多的「珍好呷越南河粉」，雖然是市場新鮮人，但細膩的品質卻迅速在士東市場闖出一片天。兄弟檔的老闆學餐飲出身，因對越南料理情有獨鍾，所以親自到越南實習後，將道地的越南口味帶回臺灣，並配合臺灣當地的飲食喜好進行改良。原本兩對小夫妻在敦化北路一帶創業，憑藉著對料理的用心，在敦化北路經營的有聲有色，但房東眼見生意好，便要調漲租金，老闆一家人經過評估後，毅然放棄上班族為主要客群的敦化北路，轉戰到以住家為主要客群的士東市場。

正統越南菜口味重、鹹，百分之百的移植反而不對臺灣人胃口，於是老闆一家人經過半年的實驗期，不斷地調整味道，將原本又腥又鹹的魚露加入檸檬、蒜頭、辣椒，變的清爽又順口。手工製作的河粉吃起來就是與外面的不一樣，搭配河粉的湯頭先用牛骨熬煮12小時，再加入蔬菜熬

煮3小時才算完成，鮮甜的口感全都來自天然食材。

而在越南菜裡很普遍的米線，一般越南餐廳都是直接購買乾燥米線泡水，但珍好呷堅持每天現作新鮮米線，保持香Q的口感。而米線鮮蝦捲包裹的外皮不是河粉，採用的是更薄的米紙，幾乎完全透明的米紙包裹著翠綠生

菜、橘紅色的鮮蝦與肉片，視覺效果驚人的美麗，口感更是迷人，米線捲本身不多加調味料，僅摻入少許九層塔增加香味，搭配老闆娘精心調配的魚露沾醬，微酸的口感，即使是在食慾不振的夏日也能胃口大開，絕對是在別家越南料理店吃不到的好味道。





# 松江市場

## 麵香菜香驚喜味



位在錦州街上的松江市場，周圍環繞著眾多辦公大樓，為了擺脫過去傳統市場給人老舊髒亂的陳舊感，98年松江市場完成整建。新市場外觀採用大量玻璃帷幕、幾何色塊拼貼，強烈的現代感讓老市場煥然一新。為了因應大賣場興盛，傳統市場景氣逐漸走下坡的窘境，經濟部商業司曾於1999年推動「傳統市場更新與改善五年計畫」，追求整體傳統市場的整潔、舒適、美味與衛生兼具，朝向精緻化、多樣化、特色化發展。當年在76個示範市集中，松江市場可是以第一名風光入選。

松江市場一樓販賣品項多元，從熟食類到百貨類都有，家庭主婦在此可以採買一家大小的三餐飲食、衣物，甚至連棉被都買得到；另外地下室則販售各式家禽生鮮類，而連接一樓與地下室的通道採開放式，大大減輕了地下室的陰暗感。



松江市場外圍靠錦州街一側規劃為美食街，攤商多半下午3點之後開始營業。而自治會當初在規劃時，便規定10個攤位不得有重複的小吃，一來使得小吃種類多元化，二來也可以避免攤商間彼此惡性競爭。從小細節處也可以看出市場的用心：牆面上處處張貼著禁止使用擴音器宣傳的攤商守則，另於走道明顯處設有公秤，讓消費者可以安心購物，不怕會有偷斤減兩的情況。整座市場攤位雜而不亂，熱鬧卻不吵嘈。





## 沈記原汁牛肉麵



松江市場裡有許多美食，地下室上午營業的熟食類店家不多，老字號沈原汁牛肉麵是少數鎮守的店家。

賣牛肉麵有47年經驗的沈老闆，挑剔地選用牛後腿中心的花腱子肉，肉質才夠Q，牛筋的分佈也很完美，煮的又軟又香，美味的牛肉湯自成一格，不屬紅燒，又比清燉更加濃郁。熬湯時老闆不加牛油，奢侈地使用大量牛骨熬煮，湯

頭濃郁卻看不見油，香甜的滋味全部都來自於骨髓。

手製寬麵條吸滿湯汁，泡久一點也不怕爛，老闆紮實的用料，一塊牛肉抵外面的兩塊，小碗比外面賣的大碗還大，消費者大口吃肉、大口喝湯，有說不出的滿足。



## 吉祥松江店

位於市場一樓角落的吉祥松江店是臺北少數販賣古早美味花生湯的店家。

老闆堅持傳統古法，慢火細熬8小時，綿密的特性在熬煮過後入口即化，花生湯呈現獨特的焦糖色，表面上一層薄薄的花生油，每一口都香濃甜美，值得讓人細細品嚐。另外，還



有現在難得吃到的桂圓粥，叫人一碗接一碗。老闆張樂洪透露好吃的秘訣，就在細火慢燉8小時，捨棄快鍋速食的科技味，慢慢熬出人情與體貼客人的味道。因為33年來的堅持，每到吉祥吃一次甜湯，總會叫人憶起甜蜜的童年，這就是傳統市場的古早好滋味。

