

蔬果派

梁詠琪說：「我去超市首先會揀生果，因為要買到最新鮮的，同樣也會留意減價區，而我喜歡飲豆漿，有時會因為快過期有減價，可以買到較便宜，不過有時自己『大頭蝦』，買了回家又唔記得飲，結果變成浪費。」梁詠琪又稱為了保持家中食物新鮮，所以一周約去超市兩三次，確保買到新鮮食品，而她也感恩女兒生性聽話，自小就沒有養成愛吃零食或喝汽水的習慣，所以到超市都不花時間看零食區。

王敏奕作為職業婦女，入超級市場第一樣必會買的一定是蔬菜：「因為通常蔬菜係最近入口，而且一定要食菜，同埋啲菜擺得好整齊。」敏奕表示雖然喜歡逛超市，但一定不會逛零食部，反而愛逛麵食部：「我鍾意食麵條，例如湯麵、撈麵、烏冬，屋企有好多麵，我唔係好鍾意食飯，我媽咪係重慶人，細個媽咪成日都有乜事就煮碗麵畀我食，自己最拿手煮番茄湯麵。」

周嘉洛稱去超市目的主要視乎家人需要：「我多數係買食品和生果，我都會做精明消費者，留意減價區有沒有好東西，不過有時貨品快到期，又未夠新鮮，試過買回家忘了食用，變成浪費就有點心痛。」除了去超市外，嘉洛也愛到街市買菜，表示價錢會比超市便宜，而且分量多和新鲜，有時與檔主混熟後，不時會得到更多優惠。

劉佩玥說：「我去超市通常都係買糧食，因為好少屯積糧食，所以都去得很密，首先我會看生果區，因為最近超市入口，另外也會買我最喜歡吃的乳酪，雖然街市都有相同品種，但我就喜歡行超市，感覺好行一點。」



梁詠琪



王敏奕

麵包派

姚焯菲逛超市第一樣會買的一定是麵包，她笑說：「去超級市場，第一樣會買嘅嘢，我認會係麵包，因為麵包成日會過期，同埋啲個係每一日早餐都要食嘅嘢。」喜歡吃的她，每次逛超市就必定會逛零食部買零食：「我鍾意買朱古力同薯片，我未必每次都買，但都會睇吓，如果有人開party啊，或者同friend出嚟我都會買嘅。」

關嘉敏說：「我去超市第一時

間會買 Bagel 麵包和乳酪，因為我通常都係先買食物，另外也很喜歡吃豆腐。其次就係買紙巾，因為我紙巾用量很快，每次都大手入貨，試過一手拿4條廁紙卷，另一手就4條盒裝紙巾。」關嘉敏又稱到超市會愛看減價區，會選購特價雞蛋和蔬菜，但也因試過工作太忙，買了減價食物回家後，因超過最佳食用日期而變成浪費。



姚焯菲



關嘉敏



周嘉洛



戴祖儀



林淑敏

精明派

戴祖儀表示入到超級市場必定會先到零食架：「因為我實在太喜歡吃零食，無論朱古力、薯片等都喜歡，亦係自己減壓方法之一。事關很多時候我個嘴停不下來，而且我有兩個壞習慣，一感到壓力大，就會不斷食嘢或者不斷搵手指甲，雖然兩樣都有損害，不過相對食零食的感覺開心啲，搵手指甲會痛嘛，哈哈。（減價貨品有否吸引力？）一定冇！尤其是一個大包

裏面有很多小包的薯片，遇上特價時，我就會毫不猶豫『掃』4包，所以減價真係女仔的天物。」提到減價貨品，她又認為講價成功也是一種成就：「平時行街邊檔買嘢時，可能講價都不過是平『幾蚊』，但『幾蚊』不是重點，而是『啲幾蚊』可以令人有滿足感，其實很多時候講價成功之後，更加會再買多啲，但講價慳回的錢就好似憑自己努力得返來，所以更加開心。」

《愛·回家之開心速遞》飾演「大小姐」的林淑敏入超市第一時間會走去買雞蛋：「因為我可以唔食飯，但每日都要食雞蛋，尤其我之前參加馬拉松跑10公里，練跑要多食雞蛋補充蛋白質。」

「大小姐」身份入超市，是否不會跟市民去搶減價貨？林淑敏笑說：「唔知道『大小姐』會唔會咁做，但我林淑敏就會揀啲最平最抵買嘅，有時超市會有一啲貨架賣將近到期的貨品，我都會走去逛吓，揀啲最抵買嘅，平時去其他店舖消費，見減價就埋去逛吓，尤其是現在經濟唔太好，賺錢艱難，同理如果自己冇能力不如將啲錢撻出嚟幫助身邊有需要嘅人，總好過亂花錢。」

馮盈盈說：「我入超級市場，第一時間都會先去睇有咩減價嘅水果、蔬菜可能會即將變壞，但係我一去買就會即食，即刻買返屋企就用嚟煮健康餐，所以就快到期對我係有影響，仲會有着數，因為減價啲其實益我囉！」

育有兩個兒子的莫家淦稱通常都是一家大細一齊去超級市場：「由太太做主導，會先去生果、魚及肉類的位置，離開前才讓小朋友到零食區，挑選1至2款糖果或零食。」他又直言減價貨品對一個家庭必定有吸引力，不過他就大多是選擇主食和生活必需品以外的東西，他笑謂：「我會教小朋友揀零食時揀紅色label，因為特價較抵買；而太太買雪糕時都會格價。」

藝人逛超市 首選心水貨

逛超市是不少人日常生活的一部分，對藝人也不例外。記者特別訪問15位藝人，揭曉他們的「超市首選清單」。有人偏愛新鮮蔬果，有人則直奔零食區，更有人展現精打細算一面。原來，熒幕背後的他們，也跟普羅大眾一樣，會為打折的物品而心動。



陳曉華

健康派

向來講求健康兼喜歡下廚的張馳豪說：「我到超級市場必定會先逛麵包、蛋類、生果、菜類、肉類、豆奶等位置，繼而才到乾貨部分。因為我經常煮嘢食，而超市有些已經調味準備好的小菜，如雲耳蒸雞，也會直接買回家，加多包蔬菜，有齊肉和菜就當一餐，不用吃飯。至於特價貨品就會睇乎日期，如果蔬菜和肉類貨品就要看是否仍新鮮。」

倪嘉雯說：「自從在

內地拍劇後，學會到超市買椰子水飲用，有美顏和保濕功用，見其他同事會一箱箱入貨，好誇張。所以現在我去超市，10次有7次都會買椰子水，另外也會買牛油果，因為夠健康。」

林智樂表示最近為家中添置了蒸焗爐，亦因此令他逛超級市場的習慣有新模式：「我入到超級市場，第一件事就會走去奶類和凍食品位置，因為買了一個新蒸焗爐，所以想嘗試所有蒸的食物，找出自己的

心頭好，因為蒸食物既少油又健康。」提到特價貨品，他透露最近發現了一款品牌的雲吞麵非常好吃，每次特價必定會買多幾包入貨。



張馳豪



倪嘉雯

零食派

陳曉華表示都是為了煮嘢食才會去超市：「另外我會買最愛的雪糕和零食。因為我現在獨居，去超市會大手入貨，買回家慢慢享用，所以少留意減價區，怕自己錯過了最佳日期，變成浪費了食物。」

陳若思說：「我去超市主要買零食和飲品，另外即食麵和雪糕都會搜購，反而很少買蔬菜類。」