

城市的胃，也是城市的靈魂

在台中第二市場，用一碗麻糬湯喚醒早晨

 市場生活線 |  台中·中區  適合：地方生活派 |  建議停留 1–2 小時 [ 收藏文章]

如果在台中，你沒有被攤販的吆喝聲叫醒，那這趟旅行就少了一半的味道。這裡不是為了觀光客而開的精緻選物店，而是台中人真正的廚房。機車穿梭在六角形的通道外，蒸籠冒出的白煙模糊了視線，這裡是「第二市場」，一個可以讓你吃到滿頭大汗，卻感到無比滿足的地方。

這條「市場生活線」的中部路線，帶你擠進人群，在滷肉香與人情味交織的空氣中，品嚐最道地的台中式早午餐。

[ 聽見市場叫賣聲 (15s)]

六角樓與輻射通道 | 百年前的高級市場

走進第二市場，你會發現這裡像一座迷宮。不同於一般的棋盤式規劃，這裡以一座紅磚「六角樓」為中心，向外輻射出六條通道。建於日治時期的 1917 年，這裡曾經是販賣高級舶來品的「新富町市場」，專供日本權貴消費。[\[!\[\]\(003082e50e3009141f59bd5df831749f_img.jpg\) 查看地圖位置\]](#)

如今，貴氣褪去，取而代之的是生猛的庶民活力。抬頭看，依然能看見六角樓古樸的木造結構與透氣窗；低頭看，則是磨石子地板上忙碌奔走的腳步。要在這裡不迷路很難，但迷路正好是探索這座百年古蹟最好的方式。

[ 推薦：六角樓古蹟導覽]

乾麵與肉包 | 簡單卻強大的老派早餐

台中人的早餐，往往是從一碗乾麵或一顆肉包開始的。這裡的乾麵不走花俏路線，黃麵條淋上濃郁的肉燥，或是那種帶點芝麻香氣的特製醬料，攪拌均勻後，每一口都吸附著油香。記得，桌上那瓶粉紅色的「東泉辣椒醬」是靈魂，淋上一圈，味道才算完整。[\[!\[\]\(d3102649f02e825ddb76dc3de0190154_img.jpg\) 查看地圖位置\]](#)

轉角的肉包店，蒸籠總是疊得半天高。這裡的肉包外皮帶點甜味，咬下去肉汁四溢。看著老闆熟練地翻動蒸籠，聽著熟客喊著「兩顆、一杯紅茶」，你會發現，這些簡單的食物，就是支撐這座城市運轉的燃料。

[ 必吃 : 老賴紅茶兌換券]

麻薏湯 | 夏季限定的微苦溫柔

如果你在夏天來到這裡，絕對不能錯過這碗綠色的「麻薏湯」。這是全台灣只有台中才喝得到的獨特滋味。將黃麻的嫩葉經過反覆搓揉、洗去苦水，加入小魚乾與地瓜熬煮，喝起來滑順、帶點微微的甘苦。[\[!\[\]\(3dfb8d66e81160ad61421a3452093d1b_img.jpg\) 查看地圖位置\]](#)

對老台中人來說，麻薏是消暑的聖品，也是貧困年代留下的味覺記憶。那種「先苦後甘」的滋味，就像生活一樣。如果你敢嘗試這碗綠色的湯，恭喜你，你已經半隻腳踏進了台中人的生活圈。

「市場是最誠實的地方。這裡沒有濾鏡，沒有修圖，只有熱騰騰的食物和最直接的人情冷暖。」

市場生活文化 | 站著吃、擠著吃的熱鬧

第二市場的魅力，在於它的「擠」。狹窄的通道旁，人們坐在板凳上，背貼著背吃著滷肉飯；或是乾脆站在攤位前，大口吞下生魚片。這裡的攤販老闆記性極好，不用畫單，也能精準地把你的菜端上桌。[\[!\[\]\(a870788d6ed9b8fd294b7654a8c8526b_img.jpg\) 查看地圖位置\]](#)

在這裡，你可以看見穿著汗衫的阿伯和打扮時髦的年輕人，擠在同一張桌子上用餐。沒有人會介意併桌，因為在食物面前，大家都是平等的。吃飽後，別忘了去逛逛外圍的水果行或老布莊，感受那種依然活著的舊城氣氛。

[ 體驗 : 傳統布莊選布]

本篇對應路線 | 台中 : 第二市場

行程節點：

1. 六角樓與輻射通道
2. 老字號肉包與紅茶
3. 傳統乾麵(加辣椒醬)
4. 季節限定麻薏湯

[[查看完整行程與預訂](#)]

 適合旅人格 | 地方生活派 (The Local Pulse Seeker)

- 為什麼適合？這條路線是五感的極致體驗，吵雜、擁擠卻充滿生命力，完美契合你對「真實生活感」與「在地美食」的追求。

📍 **延伸推薦**

- 若你吃飽後想散步消化，順便看古蹟👉探索：城市文化線（舊城區）
 - 若你對藝術展覽與文創小店感興趣👉銜接：展覽文化線（國美館）
-

還沒找到你的旅行方式？

[開始旅人格測驗]