### E (2).m4a

E 00:00  
哈咯哈咯。

J 02:01  
谢谢，你最近还好吗？我看你好像最近有点忙是吗？

E 02:07  
前几，上礼拜有一点忙，这礼拜就还好。

J 02:10  
这礼拜还好，今天可是今天也只有礼拜二而已。

E 02:14  
对那，因为我们通常第一天就会把这个礼拜大概做什么计划一下，所以昨天大概计划没有上礼拜事情那么多。

J 02:25  
所以这个礼拜还好一点，上个礼拜是忙，工作就是要加班什么吗？

E 02:34  
也没有到要加班，只是刚好我们就是有一些跟英国开会的东西，然后要先用。

这礼拜他们都去休假，所以我们就相对（笑）清闲一点，（J：你们可以休吗？）就我们有很多communication work 。

J 02:53  
你们可以，他们休假一下你们不是也可以，稍微休息一下。

E 02:59  
对，其实是可以，但因为业务上也没有那么重叠，所以他们休假我们还是可以继续，然后我们也没有计划这个时，最近休，所以就继续。

J 03:12  
你平常休假你会是一年安排。一早就安排好吗？还是你就自己请假？

E 03:19  
也没有可能就接近想休假的时候休假（笑）。

J 03:25  
对了解好，对我明天要去玩了，好激动（笑）。

E 03:32  
你现在还在台北吗？

J 03:34  
对我30号飞成都，从台北飞成都，然后再隔离完了以后再回上海这样。

对。

E 03:44  
成都现在还好吗？

J 03:47  
对，希望可以吧（一起笑）。我不敢问这个问题了。感觉好像还可以还是在接飞机啦，至少，然后还是可以降落的，所以应该还可以。我的对30号还有两个礼拜左右，三个礼拜，所以看一看情况。对，希望还可以（笑）。

E 04:14  
那你还可以再玩个，十几天？

J 04:18  
对，所以我明天去玩，然后对明天去。对花莲，对我突然脑袋停了一下（笑），因为我要先去花莲，然后周末我要去苗丽，因为我外婆在那里，然后再到对，然后再到嘉义一下，有一个朋友在那里，所以就感觉后面几天会蛮好玩的。

E 04:45  
对挺好的。

J 04:48  
对出去走走。

E 04:49  
你在台北也在是在家算是家吗？

J 04:54  
还是你说我现在住的吗？对我妈妈的家（笑），对我妈妈这边的房子也蛮老的，他很久以前就买的，然后我每次回台湾就是住这里。对，还蛮方便的。然后可是现在因为这边比较麻烦，我不知道你知不知道就是海砂屋。对有这个问题，所以这个房子其实有很大的问题（一起笑），一直要处理，但是因为这整栋楼的有些人就会不太同意关于说对改建的一些方案，所以就拖蛮久的，但是希望能够有改进。

可能后面10年里面应该会改建之类的。

对，然后对所以每次回来我们都是住这里，然后上次我回来是几个月前的时候对我的，我2个姐姐还有妈妈都在这里，所以我们4个人还蛮热闹的，对对现在挺好的。

E 05:54  
你回来上海就只有你自己回来。

J 05:57  
没有，因为，全部，他们全部都已经回去了，就剩我一个人还在这里。

对我比较复杂，我是本来在上海隔离，隔离以后到台湾，然后台湾的时候大家都在，然后我去英国参加毕业典礼，然后再回来，然后回来的时候大家都已经回去上海了，然后所以我就8月30号飞回去。

对对比较复杂一点，对，然后后面还有一些9月10月也有一些安排，看怎么弄，对在国内待一下子，然后11月份再，11月12月再回加拿大这样。

你今年有什么安排吗？要回台湾吗？

E 06:45  
不知道，因为现在回去隔离好像都要在酒店隔离。

J 06:49  
你说台湾吗？

E 06:51  
对啊，还是又改了。

J 06:54  
没有啊，在家。

E 06:56  
但是你们家里要是一。

J 07:00  
人一户了，对了，要，他说一人一户，然后可是我不知道有可能会再改他就是，对。一人一户，因为那时候，对会有一点可能这方面，对，一人一户，然后是三天，三加四。对还蛮短的。

E 07:17  
所以暂时没有考虑，可能看看是不是到过年以后。就是好一点

J 07:24  
过年还有一段时间是你不回来过年了吗？

E 07:32  
如果过年那段时间就是快过年的时候，如果还是4+3可能看看吧，也可以回去。

因为我妈妈也在这边，然后如果一起的话。

J 07:46  
对，也是，你妈妈有想回来台湾吗，还是也还好。

E 07:52  
他之前有考虑回去，然后但是好像说他怕什么出境，又要叫大家都一定要打疫苗，他自己不是很想打疫苗。

J 08:02  
他没有打。

对。

E 08:07  
所以不知道要不要回去，可能再，一段落以后再说。

J 08:14  
而且主要，其实我觉得进台湾还好一点，我觉得你要回大陆是比较困难的（笑）。

说实话对，因为机票也很贵，然后也至少目前来讲经常取消，所以比较麻烦一点，就是要安排蛮早的。

对，反正对我那时候的我姐姐也是回去本来要直飞上海的，然后也是，反正搞来搞去，后来就觉得说放弃了，因为他刚那时候飞那是7月份他是7月份的时候飞，从台北飞上海，然后取消了三次他就放弃了。

对。

E 08:59  
他后来是。

J 09:02  
飞成都，它就是飞成都。

E 09:03  
对成都怎么都能飞？

J 09:07  
因为就是当地的管制，他看对，所以成都可能比较能接受。

台湾来的班级，上海可能还是处于一个疫情的心态，就不太想要对班级飞那么多，所以比较麻烦。对，现在是台湾只有飞，上海、北京好像有飞。好像对，上次我打过打给华航，他好像是有跟我说有几个提案这样子，然后反正时间看下来就成都比较符合了，所以我，好那就飞成都，希望还可以。我看他的隔离酒店是还蛮糟糕的，但是没关系，撑个10天（笑）多带点泡面，对。

E 09:55  
我当时飞是飞厦门。

J 09:57  
你飞厦门还好吗？厦门。

E 10:01  
比我觉得就酒店也没有特好，但是我觉得整体来说可能因为它很常接境外入境的就是客人旅客（J：哦。还好）。方面做得好一些。

J 10:16  
对，因为成都他们好像他不是一个酒店，就是一个改造的居民的房子，所以他的厕所是比较糟糕一点（笑），好像对什么瓦片都没有弄好，或者还是蹲式的厕所，然后喷头就是比较随便一点，所以对了（笑），所以就撑过去吧。10天，应该还好。

E 10:47  
有网络什么的。

J 10:51  
对有网络不会说无聊死之类的，所以还可以对回去我觉得隔离完应该就好了一点了，出来以后对嗯你在北京有有时候会去其他地方吗？

E 11:09  
之前还会，然后最近这次回来以后就还没有出去，因为本来想去玩，然后前阵子好像成都吧就又有疫情。

J 11:19  
真的吗？

E 11:19  
然后在上礼拜还在念想去海南结果海南现在（笑）。

J 11:24  
现在海南有点可怕，很突然的，我也想去海南。

E 11:31  
我来2月来北京之前还想说要去上海，结果还好，没出去以后应该就你。

J 11:39  
真的出不来了，而且在里面待着也没有人管你。

对其实可是就这样就很可怕，你哪里都不敢去，出门都提心吊胆的。

E 11:53  
对，我觉得可能还是如果不是说计划时间长一点的话，放假时间长一点话应该就不会想淘汰，因为哪儿有什么问题都不知道，对。

J 12:06  
如果你突然要隔离什么的，你就完蛋了，那就是了。问题就已经是对吧？

而且应该因为我有几个其他我有在跟北京的消费者也有在聊，他们就说有些专门公司或者他们单位就会比较限制还比较严格，所以不太欣赏就是回家什么出游什么的，因为怕疫情又会有什么变动，所以我觉得听起来好伤心。

E 12:34  
对，我有我一个同事放年假，他每次起的年假，然后要出去玩，那就有一起，然后现在他已经连续四五个地方都有一天他决定他不出去好可怜。

我觉得很看运气，他当时好像又想去新疆，然后又想去海南，各个地方，成都甘孜那里也是。

J 13:06  
都是好地方了，但是。

E 13:09  
我觉得除非计划好一去个半个月一个月对了。

J 13:16  
如果几天的话就不行了，应该就对，因为如果你真的要隔离个几天，或者是回去要隔离个几天或什么的。辛苦了，至少在北京还好，了啊就是你现在应该还好，每天上班什么的，也没有会有管控会很严格吗？

什么堂食或者是公共场合？场所前。

E 13:42  
阵子有一点就是前阵子还有一些案例，案件的时候有，然后最近没什么案例就不会归你那么多，四五月的时候就禁止唐诗，然后去哪都要说核算，不过现在也是去哪都是三天核算。

J 14:03  
也是三天72小时是吗？

E 14:06  
噢当天就走一次这样子。

J 14:08  
我的天三天就要做一次核酸，我的天，所以你们小区门口会有那个站点是吗？给你们做。

E 14:23  
就是附近他不会刚好在你的小区，但是这个小每一个小区附近，其实我觉得大概走路5分钟10分钟就有一个。

J 14:34  
还好蛮厉害的。

对每三天要做一下，可是都是所以你去像吃饭或什么的，因为你有提到你去吃日料，他们都会要扫吗？或者是对比较少。

一定要扫好好不好，然后才能进去。

E 14:59  
我感觉应该跟其他地方都还是很不同。

我听过台湾朋友说根本没在管，就是一台会乱。

J 15:09  
没有不是台湾至少会戴口罩，大家都还是会带，国外就已经是完完全全以前还有一段时间是你去堂食的话，你要出示说你已经打了疫苗的证明，也不是说扫什么，其实真的只是开一张照片而已，他们也没有这么认真，所以你做一个随便的照片。

就是对，然后对没有之前有一段比较严格的时候，室友看照片，然后加你的身份选这样子一个东西，对那时候是有对锤子现在基本上对已经反正就这样了，大家都差不多。

E 15:51  
我看过英国同事他们也是英国。

J 15:55  
我觉得英国我这次回英国，我6月不对，我7月到我6月6月底到7月我回去吗？就感觉这才是真正的来cultural shop你知道吗？因为在上海待过，然后在台湾待过，然后在过去，然后我的妈完完全全跟5年前一样，这样子就对，可是他们也能承受，好像医疗也ok，所以就这样了。

E 16:28  
他们是规定你入境要隔离吗？还是 No？

要说什么疫苗证明。

J 16:39  
 no？

这真的很搞笑，因为正好在飞机上，因为我是台湾飞，那时候我转机在迪拜转机，但是在飞机上，然后那时候在迪拜的技巧好像基本上还是有人戴口罩的，然后飞机一降落，然后走出来就一半的人，机场大概是一半一半的人会戴口罩我看到的，有接触的，然后还有那些工作人员什么的，基本上工作人员都没有在戴了，什么清洁工什么帮你看护照的那些都没有，人在戴口罩也没有，只是说你需要戴口罩，反正而且英文的时候其实有准备，我说把疫苗把什么其实他们没有要求要什么核酸，所以我就把疫苗的这些东西准备好，然后上前去，然后给他看我的护照，他就说你来干嘛，我就参加毕业典礼，他说恭喜你，然后就走了。

E 17:41  
好吗？

J 17:42  
很难想象。

E 17:43  
对，真的。

J 17:46  
然后再出出叫什么出机场之后就真的是没有人带了地铁公车任何的场所，然后就蛮好笑的。对，你为但是他们对能活了，他们都能活得好好的，就这样。

因为大家要得的话都得过了，其实在英国大部分的人其实我认识的都对，所以就我们前阵子。

E 18:22  
都是隔离在家，他就说他得了，然后跟我们边视讯开会也好像还好。

J 18:29  
对，你应该没有得过，对，所以其实真的还好了，像可能够发烧个两天，然后咳嗽几天，然后就好了。对，所以我是有团队，可是我很奇怪，我不是在英国得的，我是上海飞台湾，就上海那时候不是每天都在做核酸吗？

然后那时候没事，然后我飞台湾，然后台湾那时候是隔离7天，我在第五天的时候发烧，所以我想说到底是哪里来的，所以我后来应该不是机场，就是我我们就在推算应该不是飞机上，不然有点太久了，所以有可能是我们点外卖什么的或者是什么东西，所以就是上海对。可是我觉得不是从上海的，真的不是因为感觉不是有点太久了，我觉得应该是在台湾但是我觉得在台湾可能排队或者是进入境的时候，可能有接触到或什么的。

对，可是很奇怪的是我得了，因为我是跟我姐一起隔离，他跟我从上海飞这边他完全没事，他整整个完全没事，就我一个人在家里发烧，发了两天，烧了聊天，所以可是也还好，就说了两天，然后后面再隔离一个礼拜，就是多加一个礼拜了。

E 20:03  
但是也还好他也要一起。

J 20:05  
他跟我一起对对对，他跟我一起就他比较惨一点，但是还好他没有任何症状，他也没有检测出阳性型。

E 20:16  
然后发生身体。

J 20:18  
对我也不知道他是已经得过了还是怎样，还是他就很神奇的没有得，因为他一直跟我同样的空间居住啊吃饭喝水，所以就比较很神奇了。

E 20:32  
对，但好像也不是只有这样的，有听过这样的案例，就是这样一有一个人跟其他人都没有的。

J 20:40  
对。

E 20:43  
不太懂，反正。

J 20:47  
这样就是一个离奇的事情，也没有什么百%，反正大家加油。

对拜拜。

对了就这样，然后所以可是真的得了以后，你就觉得说好像好像也没什么大不了的，就说实我好，又不知道我现在跟别人说，尤其是国内的人说我德国他们还是比较惊讶的，但是其实真的就是感冒而已就是发烧咳嗽，然后当然了就是要看个人体质了，当然要小心就是准备什么的，但是整体来讲就还好。

E 21:37  
送。

对，就这样，

J 21:42  
你为对，反正现在回去希望他应该我不知道好像记得上次回去他有说让我要填填进去的健康表，好像要填一些资料的时候，可能有一个问题，是要问说有没有德国可能不知道他们会对我有什么看法。

E 22:03  
希望还好。

那问你什么时间，但因为已经过一段了，应该就还好，对。

J 22:11  
希望还可以对 yeah。

Anyway，好，我来聊一下你的食物日记。（E：嗯嗯，好），所以你提到，对，谢谢你给我写，然后你有提到有一天是早上是吗？早上9点。你做那个（E：对）那是沙拉是用来当午餐是吗？

E 22:39  
对有时候会想带沙拉去，然后就早上时候做一下。

J 22:46  
那你早餐会直接吃一点吗？还是。

E 22:50  
不会不会，我也可能就吃个别的，面包之类。

J 22:54  
你就会，比较多吃面包就不太会吃蛋了早上

E 22:57  
早上比较少。就想说，因为煮还要一点时间，大概就是去洗漱的时候把鸡蛋放下去，所以还（J：对）然后等到好了以后只要捞出来剥壳就可以了。

J 23:15  
对，然后就可以剥壳，然后就可以吃了，可以放进去。

E 23:20  
其实早餐也可以，但就想说：欸，中午吃的话，反正带去好像有一点营养。

J 23:28  
早上吃就没了（一起笑）。

E 23:32  
对对早上就会喝点牛奶或者是（优洛乳）之类这种，然后就平衡一下，中午可以吃点别的。

J 23:43  
有道理。

对啊，你一天下来就比较平衡了。你晚餐就是会在外面吃是吗？

E 23:50  
没有没有，比较常也是在家吃。

J 23:53  
就回家然后煮吃这样子。

E 23:56  
因为我今天又吃了鸡蛋，就炒鸡蛋，然后炒那些菜这样子。

J 24:03  
是跟什么菜一起炒呢？

E 24:07  
今天是跟黄瓜。

J 24:09  
黄瓜你是会直接炒，我还没有怎么吃，吃过熟的黄瓜（笑）。

E 24:19  
也有吃生的，然后只是今天刚好冰箱里有，然后我们就想说炒一下。

J 24:24  
蛮好的。

然后就是，就是先把，先蛋会先炒一下子，然后再把它放在一起炒。

E 24:34  
对，炒熟之后把青菜

J 24:38  
你们会吃像糖心蛋这样子的吗。

（E：会啊会啊，我还蛮喜欢）哦是吗？会怎么吃？

E 24:51  
但是很少自己做，我感觉多数都是因为去外面吃饭。

拉面里什么。

J 24:59  
对拉面里面都会放一颗，对半颗或一颗，对。所以你自己吃的时候就不太会煮半熟。

E 25:08  
都是煮熟多一点，要么水煮，要么就煎那种没打散的。煎鸡蛋

J 25:18  
哦，就直接煎鸡蛋

E 25:23  
我们说荷包蛋。对。然后不然打散了就算，煎蛋

J 25:27  
哦，两种都会吃是吗？

荷包蛋你会不会留一点点就是生生的在里面？还是不会，

E 25:40  
基本上都会，我还满习惯两边都煎。

J 25:42  
对。

E 25:43  
当他大概成型以后，下面那边有点焦嘛，然后再把它反过来，然后另外一边也会稍微焦一点，对。

J 25:51  
对对。

E 25:52  
然后如果蛋黄因为有时候蛋黄其实他不会真的，接触的时间短一点，他一面其实还是有点生，我有时候把它戳破然后让他全部都沾到，那个，就是锅子上。

J 26:09  
你会专门在锅子里面就把它戳破，（E：对对对）让它给。

E 26:15  
如果它看起来就是，等了很久还不行。

J 26:18  
有点软软的是吗？（E：对，一起笑）

你不喜欢，因为我记得我以前其实还蛮喜欢吃一点点流心的，对。

E 26:26  
以前会喜欢，现在还是不是很确定说，这是不是可以吃生的。

J 26:36  
你为什么会比较担心呢？

E 26:42  
为什么会比较担心。我不知道，即便上面是这样写的时候，什么可生食之类，我还是比较担心有什么细菌之类的。就是不确定他，比如说捡了，捡的过程，然后还后来装到盒子里的过程是不是都是有注意什么，我不知道，卫生状况还有摸的人。然后加上现在有疫情所以我就觉得东西都还是煮熟好像比较好。

J 27:12  
是有道理，对，可是你觉得这些有标志可生食的，或者是他们有专门什么样子的认证，你觉得可信度是怎么样？

E 27:30  
不知道耶，我觉得。

应该打出来的时候看一下颜色，有一些看起来你会真的感觉它好像挺，就是干净的。有一些我觉得看蛋白跟蛋黄的接壤的地方很明显。然后有一些打出来可能有点混浊那种那我就可能不一定觉得他可生食，可我觉得这样好像蛮看（橡皮筋。。？听不清）（笑）。

J 27:55  
对，可是表态也很难讲，对不对？对。（E：对对对，所以说）是看不到的。

E 28:02  
能够尽量就是吃熟的就熟一点这样。

J 28:06  
就是用你自己的烹饪方式去去把它风险降低了。

E 28:12  
对，像我即便喜欢稍微有一点生，那通常都只有蛋黄那个部分，以前吃的话。我也没办法接受那个直接，整壳鸡蛋生的，然后我知道很多人会打一打，然后拿来吃，当蘸料。

J 28:31  
蘸料的那种没办法吗？

E 28:33  
对对对，我觉得这好像有点。除非是比如说，肉什么，真的很熟很烫，然后摘一下，然后我吃。

J 28:44  
就寿喜烧不就这样吃吗？

E 28:47  
对，但我心里感觉就有点额额。

尤其是外面的蛋，就外面的蛋它一般，你也不知道它来源，通常可能都是市场那种很便宜的蛋这样子。

所以我就比较少生吃。

J 29:01  
可是我有听说，不是好像，是你上次有，还是谁，上次对不起，有另外一个人好像说过，有个寿喜烧的店，他好像会专门说：哦，这个蛋是可生食的之类的，有这样子的一个，你有听说过吗？一些日料店啊，他们会不会跟你说：啊，我们这个蛋是比较安全的？

E 29:25  
这个我还不太知道，应该是有。我看很多人去吃这个的人，就是会吃，多少还是会有挂保证吧。不然万一有人的吃了有什么问题的话，对。可能对他来讲也挺麻烦，但我自己去吃的话，我就不太会这样，然后我也很少吃寿喜烧。

J 29:47  
对其实除了寿喜烧，我还不太知道有什么其他的。

现在还想不到勒。火锅有时候他们会给一个蛋吧，可是那应该就可以煮熟，（E: 对），他给你就放进去就好了。也是，对，有道理，可是我就觉得说，很难，对啊，那到底市面上这些鸡蛋要怎么挑勒，如果你怎么，你会，对，你会去考虑说哪一种应该稍微比较安全一点，或者是，就不太会想那么多了，就把他煮熟就好了。

E 30:27  
也会吧，就是至少我觉得他们都会写嘛，就是什么无添加什么的，然后什么样饲养的，有一些写的还蛮细的。只是因为真的看不到，所以你没办法保证什么，真的是像他写的这样。但我觉得，会写的他可能就是注意到，要么就是他注意到消费者因为这样子购买率增加，不然他真的是按照这样的标准。然后我上次我忘了是买哪一家，好像是蓝黄，它还有里面还有一个卡片写说，就直接写这个是谁检验，就有一个检验鸡蛋的人（J：哦，就是一个人？）。

对，然后我觉得那好像有点帮助，因为你打开的时候，然后看他，哦这个人是受到什么培训，然后（J：哦）说什么日本技术什么之类的。

J 31:26  
对国内很多尤其是安全这方面，日本技术对。

E 31:32  
对就是品管，我觉得至少他如果是用比较高一点标准的品管的话，可能也会，也会说让人比较放心一点。然后如果那种标志不太清楚，虽然写的什么散养，可是你也不知道，也没听过的品牌，然后就写一个散养那种就，会考虑一下。

J 31:56  
哦，是。

E 31:56  
或者那种颜色很（卖？听不清）的鸡蛋盒子也会让，会让人家多看一眼。可是如果他上面没有什么特别的，就是说讲他怎么饲养，或者他是不是有机之类的，可能就会觉得只是包装上的创新。

J 32:14  
你说什么样子的颜色，什么样子的包装。

E 32:19  
我前几天看到一个橘色，它整个盒子还有包装都是橘色的。我不太知道那个品牌什么，然后用橘色的底，但是用这种蓝色的字，好像蓝色绿色的字。

J 32:33  
所以会不太搭吗？（一起笑）

E 32:39  
还蛮吸引人的目光，因为看其他（清一致摊开？）都是那种灰或白或黄，（J：对），然后他就是用这种橘色。然后我看了一下然后觉得，换一种包装是不错，但是你看这种橘让人家觉得有点，有点可怕。因为橘感觉不太干净，不知道为什么放在那里的时候，是跟其他包装放在一起，就觉得深橘色有点怪，但我可能下次会再仔细看一下，然后看要不要试试看。

J 33:15  
你觉得他会不会是因为他想要表现说他的蛋黄怎么样，或者是比较橘或者是。（E：哦，不知道耶）对，我第一个想到橘色就是它的蛋黄可能是，他在讲它的蛋黄，不然它为什么是橘色的（笑）。

E 33:34  
我也不太懂，我我想说因为上次我稍微看一下，没看他写什么特别标语。就是写说，有些都会直接写无添加，然后没有什么，然后沙门氏菌什么检测之类的。然后他就是也没特别写，然后就是写了他的品牌。

然后我再想一下，是可以上网查一下他们这个店这样子。

J 33:58  
所以你会想要可能看一下再去买？

E 34:02  
对。

J 34:03  
了解，对啊，可以下次如果你再看到的话（笑）可以看一下，如果方便的话也可以拍张照片给我。我也想看一看蛮好奇的，可是我有可能会去北京，话说。对，我回去以后，我可能去北京，（E: 好啊，欢迎你）好，然后看要不要见面什么的。对，所以北京就是这样，你去超市里通常都会去哪一些超市？

E 34:34  
如果是我们这附近家附近有一个叫t11，一个生鲜超市，然后会去那个。就可能因为，就离我这边特别近，然后其他的好像，金克隆也去过一次，但是不是我们最常去的超市，然后其他时候，好像多数都是t11。

J 35:01  
T11，所以主要买东西买生鲜什么都是在t11。

E 35:05  
对，就一个生鲜超市。有时候会去一些可能有进口商品的超市也会去，因为他的鸡蛋种类就特别多，像丹麦夫妻也是进口超市。

J 35:18  
那是在t11吗？还是那是在？

E 35:21  
不是，这个是另外一个进口超市的地点，对。

J 35:27  
所以那边就是你。（E：因为我没有在，嗯 （示意我继续讲））

没有我是说进口超市就会比较多这种。你也，你听到丹麦夫妇或者是比较多外国的一些，对啊，进口商品。

E 35:43  
对，我觉得应该是因为美团什么的，我没看过那一家鸡蛋品牌，然后只有在进口超市的店面里看到过。而且他店面还要分，比如说是在三里屯那的店，它的选项就会多余在其他地方，即便它是连锁。但是三里屯的店有特别多，不同选项这样。然后那一家，就是那一个丹麦夫妻的鸡蛋也是我在三里屯店看到，然后其他店没看到。

J 36:16  
是。你看到以后你是第一次，那边有比，那边都是三里屯的店，都是有很多这种其他的丹麦或者是其他国家的人来做的鸡蛋吗？

E 36:33  
没有，其实也就只有这一家比较特别的。

J 36:37  
你会想要买吗？

E 36:39  
我有买过其实。

J 36:40  
觉得怎么样。

E 36:42  
比一般鸡蛋就是一盒，我们一般鸡蛋有时候买个20多块，从16块到20多块，甚至25。

J 36:52  
一盒是多少？就是。

E 36:55  
大概10颗吧，我记得，对。

但是这一家就要30多块。他比一般贵了十几块。

J 37:07  
它一颗蛋就要三块多，三块了，（E: 对对对），那也真的蛮贵的。

E 37:14  
应该是10颗还是12颗，我有一点不记得买的时候应该十或十二颗，但他就是跟同样数量的，然后不同品牌比起来，它贵都会贵十几块，就平均每一颗蛋贵，对。

J 37:31  
他那时候你看他算是最高价位的吗？

E 37:36  
嗯嗯嗯，对。然后他有，他其实没有像其他那个，打那么多广告，说什么可生食或者什么把鸡蛋蛋黄打出来，但是他就反正写了一个很小，然后就是丹麦夫妻的故事什么的，跑来这里做鸡蛋的，然后我也看了一下也不是很花哨的那种，方式在做这个。

J 38:09  
对我刚其实也，有想到是因为你尝试这么多不同的品牌，有没有发现说不同的品牌它的一个销售模式是不太一样的？

E 38:20  
嗯嗯嗯，我觉得其实像可生食的这些，这个品牌，这几个品牌其实就是，一个就是他名字，都弄得真的很日式，不知道真的是因为他们有什么跟日本加盟还是什么之类的。但是名字本身就让你觉得比较日式，除了黄天鹅以外，我觉得其他都听起来很日式。

然后他们也的确都会写的什么是符合日本什么可生食标准鸡蛋之类的。

J 38:59  
真的有点。

E 39:02  
对，其他就不会，其他接下来就很接地气这种名字吧，中国（一起笑）

J 39:09  
你有没有发现说它的包装会不会有什么差别，或者是你买的时候有没有什么，对啊，不一样的一个感受？

E 39:20  
我就觉得可生食的好像都特别喜欢把鸡蛋蛋黄，就是把鸡蛋打开里面，然后拍一张照给大家看到，好像可以证明可生食。

J 39:35  
你可以直接就吃了，是这个意思（笑）。

E 39:39  
对，然后其他种类就不太会做这种外包装，可是散养的很喜欢画一些树之类的。

好像说明了鸡是在森林里面或者是树丛里草丛里一样之类的。

J 40:01  
是。你觉得，对你来说哪一个最吸引？

E 40:06  
我觉得不要太多（笑）。

J 40:08  
不要太复杂（笑）。

E 40:10  
对，可能直接写清楚说你是什么样的情景下饲养，然后饲养的这些饲料，还有环境怎么样，我其实觉得就很很清楚，然后很干净很简单，但是，对，现在我看到很多包装都是蛮花桥。

J 40:36  
是对。对，我觉得有时候就是有点，too much了（笑），就是虽然说可以有一点点，但是对会太花俏。可是你觉得花俏它，为什么会不喜欢或者是就有什么抵触吗？你觉得？

E 40:56  
也没有算抵触，但我会觉得就是，可能如果你的资讯是很清晰的话，你也不需要那么花俏的方式来呈现，就是大家看得懂你写的东西，可是如果你资讯很多，然后图案很多，可能会让人反而觉得你为什么要用那么多图来表示你很新鲜吧（笑）。

但是我觉得总体来讲还是最终还是会以吃了以后感觉这个鸡蛋怎么样，然后决定会不会再买它。对，如果印象不是那么好，其实即便它包装很符合，大牌也还是不会选。

J 41:46  
对，我觉得最后吃了的感觉真的蛮重要的。尤其是

E 41:53  
所以说吃下去。

J 41:58  
吃下去的感觉就是你的味道，你的口感什么的。因为这也是我跟其他消费者有聊到，因为他们就说，哦有时候买了比较贵的什么散养蛋，但是吃了以后感觉，或者他们可能感觉差不多，就觉得没那个必要（笑）。所以不会就是说需要，对，这个价钱，这个溢价可能会接受程度比较难一点，尤其是如果吃得差不多就不会觉得说，哦，他可能后面的故事就不会想那么多或者是怎么样。他是不是生态的，他是不是有管控的，所以，对，这又是另外一个问题吧。如果是看不到的一些怎么说呢。对，这种质量的保证或者是一个比较隐性的一些特征，如何传递给消费者？

E 42:52  
或者是说我觉得这种可能就是如果你的蛋真的那么符合这些标准的话，你可能就是要选一个平台吧。比如说这个市集都是卖有机的，或者是有一些超市也会有一些区块都是卖有机，那你就只放那个区块，那可能更容易让大家直接知道。

J 43:16  
有道理。对，你会专门买有机的产品吗？

E 43:22  
会尽量，如果可以选择的时候就会选，然后像北京，就是，每周一两次都有有机市集。我现在已经有点久没去了，但是之前9月都在这的时候，我去了一次，然后那儿的鸡蛋会是农场直接当天载来。

对我觉得还挺好，然后当时我记得（笑），反正那个农场主人还蛮爱聊天的，我问他说：这真的好吗？然后说可不可以先买几颗试试看看，因为他一次就是要买十几颗，然后我说：几颗先试。他说：我跟你保证很好吃，然后很好。然后我刚好有朋友一直都是买他们家的蛋，然后那个朋友：可以可以，他说他们的还可以，然后他说要不你，因为他1个人就买2盒，他说要不你试吃，我给你两三个，然后你先回去试吃。

J 44:24  
好可爱。

E 44:25  
还行，还ok这样子。

J 44:29  
你觉得是可以是吗？你会回去再买，他家的。

E 44:32  
如果有机会去那个市集可能就还是会找他。

J 44:37  
蛮好，所以你说你以前是比较常会去是吗？他是。

E 44:44  
以前因为时间多一点，（笑）对。

J 44:49  
离你很远吗。

E 44:51  
现在换地方，你知道北京有个（那里？）花园，在三里屯那里。然后以前都在那里办，因为主要是这个有机市集，他们也就是场地嘛，很多要找不收费的场地不容易。然后又要每个假日或者是每周二固定时间，不收场地费的地方不多，然后这个地方就是现在的整修。所以现在他们就比较没有固定在哪摆摊，可能就是哪里愿意提供空位他们就去摆，但是以前。固定的话就在三里屯，离我其实就没有很远，对，但现在因为就搬走了，所以然后地方又不太固定，我就就不可能每每次（笑）。

J 45:42  
对啊，还要一直关注，对，又不是没有选择你附近，所以就比较困难。所以如果他回来的话，你有可能还会去买是吗？

E 45:54  
对，就应该会再过去这样。

J 45:59  
有道理。他们卖的会，不知道你还有没有印象，会不会很贵？

E 46:03  
好像我印象中也是30多块，其实跟那个丹麦夫妻他们那个品牌。

J 46:10  
他们一颗也差不多。

E 46:14  
对，但也比一般市面上这种超商超市的鸡蛋贵，平均应该都是贵一块（笑）。

J 46:27  
一块钱左右，可是一块钱一颗，所以累计起来可能就还蛮多的。

E 46:33  
但我觉得就是如果其实不是那种吃很多鸡蛋，我觉得其实也还好。

J 46:42  
是，所以你觉得还，这个溢价你还觉得ok是吗？对你来说？（E: 嗯，对）

对我好像有消费者也会跟我讲，他说：哦，是可以买，但是平常还是需要买其他的就是来（一起笑）平衡一下。

E 46:59  
还有这样子的消费模式。

J 47:02  
我觉得很有趣的，尤其可能如果是跟家人住啊，就老一辈的人他们就吃得很多或者是怎么样子，就会想说平衡一下（一起笑）。

E 47:11  
看到你的冰箱有鸡蛋就拿4颗出来煮，然后不知道那是很贵的有机的鸡蛋（一起笑）。

J 47:18  
对，他们应该会分开来，应该会。我记得有一个还特别有趣，他说：对，它平常煮饭如果是炒蛋或者是用炸的或者是用什么其他的，反正比较多，怎么说比较process一点的，就是用普通的。但是如果是水煮（E：哦）或者是蒸，它就是用比较好的，然后我就：哦，还有这样，然后分开来放这样子，或者是它可以用。

E 47:49  
但，或者是，嗯。

J 47:50  
我就是说他们有时候可能买，他如果是买那种散养或者是比较特别一点的有机的，他可能就是专门挑那种像绿壳的，（E: 哦）或者是比较不一样的，然后再是他们就说：对。普通的鸡蛋，然后马上就可以分开来，看得出来啦。

（E：哦~）对对，就还。

E 48:14  
他不是也还是自己吃吗，只是做炸的什么的，也还是自己吃。

J 48:19  
只是，可能我觉得那就是比较多就是口味上面了，（E:嗯）就会说水煮的它就比较要求说它的一个风味，它的一个口感。

如果你是煎的炸的，可能或者炒的就没有什么太大的一个要求，所以他就不会那么在意说就好一点的蛋，对，所以到头来还是口味这一方面，虽然说有顾虑到说：可能会稍微好一点，但是也不会说真的是对想太多关于有机或者是一个生态的环境。对，这可能还是比较难的一点。对，就是，我最近一直在想说：啊，那到底，如果说，因为我对动物福利这方面比较感兴趣，我就说那动物福利到底价值在哪里？（笑）在消费者的眼里好像还是一个对比较难去传递的，或者是没有太多的一个共鸣。目前。

E 49:19  
对，但像动物福利的话，像这种饲养的动物还是也包含野生动物这些。

J 49:28  
你是说是，因为我觉得目前来讲，看在讲什么动物啦（笑）。如果是像饲养模式的这一些就比较多，是对在饲养的那些动物，这些农场动物，它的一个生活的环境，它的生活的状态，还没有考虑到一个生态平衡的角度，我觉得那比较有机的可能会包含的一个方面。

关于野生动物或者是其他的呃生态平衡。对。目前只是（E:了解）对，我们现在至少在这个圈子里我知道的都就是讲说在下蛋的鸡，他生活的怎么样，对。

E 50:11  
像我印象之中很久以前读了过一个文章还是什么说，其实以前鸡并不是每每天都下蛋，但是在某一些季节就是最原始的那些鸡，它是某些季节才下蛋嘛，然后也不会下那么多颗。所以我们现在能吃到就是这么多鸡，其实也是一种工业化下的产务。

对，我当时读到了也觉得，嗯，表示这些鸡蛋可能也营养价值肯定不会那么高，因为现在他们是等于被迫，或者是也不能够被迫。好，反正我们等于在猎取，掠夺他们的一个（笑）。

J 50:55  
现在对，其实很难跟那种以前比了（笑）。全部的一个社会发展，农业发展也是因为就是这样子发展，所以才能够，食品才可以扩大这么多。人口增长之类的，对，所以现在的生产模式就是，对，跟以前不太一样了（笑）。它的营养也不是说完全没有，但是对还是有一点，但是有一些问题看去怎么去解决，像比如说我知道对啊。鸡肉就是一个很大的。我不知道你有没，其实鸡蛋也是，只是说鸡肉比较，现在是比较多人是，至少在欧洲比较多关注。然后现在就是，因为之前那些长得实在太快了（E：对对对），然后太多关于动物福利的一些问题，然后就说所以现在越来越多，我知道的是越来越多的厂家或者是一些企业都说我们现在要选用的鸡是慢，会长得比较慢的，对跟现在的速度。可是你真的是要跟以前比的话，你要真的跟一个野的鸡比的你还是快的，但是至少比目前的状态稍微慢一点，所以叫它slow growing chicken这样子（笑）。

所以对，还是这样子，鸡蛋也是一样，鸡蛋的话一天一颗，其实也还好，一天一颗，他们就真的是他的，也算是他的一个生理的极限了。

对，也快不到哪里去了（一起笑），对。

E 52:34  
我之前在那个，在捷克的时候住了一个，在一个生态，就是园区。所以也算是一个半森林，然后半，就是，人工吧。大家等于说在一片比较野外的森林里，然后打造一个小营地的，然后我们住在哪，野地里就有养鸡，然后大家就是每天早上去捡鸡蛋。

我觉得也还蛮有趣，因为我觉得可能有这样子直接跟，捡鸡蛋这种，个人直接一点的经验，可能会影响在买鸡蛋这件事情上会多一点考量这样子，就因为你会知道说他是这个时间点下蛋，然后你可以看到你吃的鸡蛋是怎么来的，然后还有你去捡它的时候，你可能比如说要怎么把它们移开，或者是捡到的时候鸡蛋还是温的（一起笑）。而且形状不一样，颜色也不一样，长得都很奇怪。

J 53:41  
对，可是这样子你就是那种亲身的感受，就会，对，可能会有更多的一个见解。对，我现在有一些消费者也说，以前，什么小时候会在农村什么都会捡鸡蛋，然后就会想说这些什么土鸡蛋散养蛋会比较，印象会比较好一点，就是比起工业化的一个样子模式。

对，所以我也觉得说有时候我自己也是感觉真的是看到，因为我也是去过好几个农场，我会觉得说：真的是要去了农场才会比较信任就是眼前的食物了，对我来说。有时候我就会对，不然我其实还是不是那么愿意对去吃太多，对。

但是你觉得像比如说有机或者是散养这些养殖模式在国内会怎么发展呢？

E 54:45  
不知道耶。我觉得应该也会慢慢变多吧，但是不知道就是说真正说散养的这些环境的，是不是像他们讲的那样子，真的环境大环境是好的。因为假设如果你在一个村庄散养，可是这个村庄本身有一些工业污染，或者是有一些废弃料的废弃物什么的，污染的话，其实那个鸡也还是，也不能算有机我感觉。所以我觉得首先是要得先，可能，我不知道现在那个有机市场有点混乱吧，我觉得。因为这也不要什么，目前没有什么认证的标准，顶多就是可能有一些人会从国外然后买一些认证的，就国外欧洲认证的一些品牌，农场认证的品牌这些。可是其实能买的都是比较大一点的企业嘛。那所以大企业还是会独占这个市场。那小一点的，比如说一个村民他自己散养的鸡蛋，他不可能拿到这样的认证，那是不是有这种小农。对于小农这种用户的认证，或者至少是对某一个市场它的认证，然后市场卖的东西是，都是经过有机评判的标准才能够到达这个市场，可能会比较有帮助，但整体来说我现在觉得还是会很混乱，而且我觉得可能会混乱一段时间（一起笑）。

所以有机也很像brain washing，就是我就说我有机，然后就多卖10块钱，看你自己要不要买。

J 56:29  
对啊，然后就是有这种比较，对，不太正当的，或者是比较黑心的会。

对了，（E:嗯）可能就比较难去，你觉得消费者到底该怎么去去做选择，或者是这些厂家，如果真的是有个小农想要做这种东西，他要怎么去告诉消费者。

E 56:55  
我觉得真的就是找平台，但现在我也听到有更多这种有机市集啊，或者是有机，也不能说它。他电商上也有卖有机的农产品这种平台，然后通过这样的平台，我觉得去销售可能也是跟。或者是说怎么跟一些，反正也在推广这些想法项目的单位合作，然后，譬如说我也是做这一块，然后我可能要送礼或者是什么的话，我找一些这样子的想法合作，送一些这样有机的东西我觉得倒是一个方式吧，但是因为其实它的规模还是不大，然后尤其这种小型农业，我觉得还会有一个问题就是。

好，大家今天现在都特别喜欢你的产品，可是你其实也没办法大量生产，所以（J：对）要等。那等的过程就用别的东西

J 58:00  
对，他们该吃什么呢。对，我刚刚，今天早上才刚跟另外一个人聊，他就是讲，对，他们都是要等着，等着他发货的那种，就等着说他鸡下得多快（笑），有时候夏天比较慢之类的，然后就没得吃的就没办法，就只能吃说他附近有的，对啊

附近的超市有的什么蛋，对啊。就比较限制，这个又是比较难的一点。可是大，可是在城市就大城市就还好，大城市应该就是目前的一个资源，还有它的一个品牌的去弄的模式，可是你在这边，你会有专门去看一些小农的一个平台，或者是电商之类的。

E 58:47  
电商很少，然后有的话就是有去市集的，市集就可以直接见到农夫。

J 58:53  
对他们都是小，对。

E 58:57  
然后之后可能考虑，因为我刚好前阵子参加活动，有认识有机市场的就是召召集人，就算是活动主办人的人，然后我想说之后看能不能联络，然后跟他们一起去。因为他们都要去看这些农场，然后要符合一些规格，规范才可以进到这个市集。然后我也蛮好奇。

但就是看哪个时间点我比较不忙，他们也比较不忙，看看能不能跟着去看一下他们这样的。

J 59:30  
那很好，对，你可以顺便去看一下，对这样子也可以帮增加信任度之类的，对。

E 59:38  
而且北京周遭比较郊区的地方就都有很多农场，（J：哦真的吗？）

不一定都是鸡啦，可能就是也有蔬菜啊什么的。

J 59:48  
是对有道理，对，可是我对我不知道上海周围有没有，可能我要看一下，我是自己没看过，对。你刚才刚刚你们家是有什么声音吗？

E 01:00:08  
可能是我旁边是冰箱（笑）

J 01:00:15  
好，今天其实。好，今天差不多就这样，我觉得也聊得蛮多，然后也学习到蛮多蛮有趣的。好谢谢。

好再见。拜拜。（E: 祝你去花莲玩得愉快）

好我拍照片给你看。

E 01:00:35  
花莲真的很棒，对，然后你会想要再多玩几天。

J 01:00:41  
可是对了，我我是订了三天两夜了，所以就先这样，然后对，然后先看看对，然后有要弄一天早上要 Sup到青青什么牙，然后去看日出，然后对我还蛮激动的，然后再有一天去溯溪，所以应该。第一次体验还蛮激动的，对。

E 01:01:11  
好对可以多拍照，天气好的话应该很好看。

J 01:01:15  
希望还可以，应该看我看电天气预报是说可以，但是对应该ok。对ok好加油好，谢谢。

E 01:01:27  
 bye bye。