### Q (2).m4a

J 00:01  
好，对，谢谢你给我发食物日记。觉得特别有趣，然后想问一下说你说现在你是跟你男朋友住吗？在北京？

Q 00:14  
对，就是还没返校，我看一下我发的日记。

J 00:18  
我没事就是一个关于云吞面的，然后另外一个是你在早餐，在杭州时吃的早餐。（Q：对）所以你还没有返校的时候，你会跟你男朋友一起住，在北京。（Q：嗯，对）所以家里通常都是他煮饭，还是你们都会一起煮？

Q 00:45  
会一起吧。

J 00:48  
一起，因为看到你发的云吞面好像就是一起煮，但主要是他来做一些事情。

Q 00:55  
他可能开火。

J 00:58  
然后鸡蛋的话，对冰箱都会常备鸡蛋这样子是吗？在他家。

Q 01:12  
对。因为。你说，不好意思。

J 01:15  
我很好奇他吃的多是吗？他平常都会吃。

Q 01:20  
对，他吃鸡蛋比较多。我看一下。对，平时偶尔下面条什么的可以打在里面，然后每天早上他都是两颗鸡蛋，然后放在盘子里加一点酱油，然后放在微波炉里就可以做好了。差不多，然后一杯牛奶就可以了。

J 01:40  
它用微波炉？微波炉来煮鸡蛋？

Q 01:46  
那是把鸡蛋打散，然后打在盘子里

J 01:54  
然后这个是可以？他就熟了？

Q 02:01  
就加热了，相当于像一个小的蛋饼一样。

J 02:05  
就打散，然后放在一个盘子里，然后就可以出来了。

Q 02:12  
嗯，然后放到微波炉里加热就可以了，有的时候他其实不是很熟。（笑）不是很熟。

J 02:21  
就再加热一下吗？还是就直接吃。

Q 02:24  
他本来也喜欢吃生的。

J 02:26  
他喜欢吃生的。

Q 02:29  
对他比较喜欢吃生一点的蛋。

J 02:31  
是吗？蛮有趣的，你会这样一起吃吗？

Q 02:37  
我早上一般不这样吃，我一，就喝点水吃个面包，然后你如果一般我们买那个切片面包，放一些泡菜或者放酸豆角，然后卷着吃。

J 02:53  
对有点酸的味道，你喜欢吃酸的是吗？（Q：嗯）（一起笑）可是他就会每天早上都会吃两颗鸡蛋，然后都是这样子的方式吃是吗？就是打散

Q 03:09  
对他他比较习惯这样，然后也比较方便。他觉得，比较健康

J 03:13  
他会配什么其他东西吃吗？

Q 03:18  
配酱油和一杯牛奶。

J 03:22  
就这样就早餐就做成了。（Q：对）是我觉得这蛮有，我真的第一次听说，就水煮蛋，煎蛋我都听说过，但是用微波炉我觉得这个方式蛮奇特的。

Q 03:38  
可能他觉得这样也不用洗锅了，你不用油煎，然后就加热一下。

J 03:44  
对有道理，像泡面一样，你不需要自己，我也是以前就是煮泡面煮那个锅，那个锅就直接用了，不用洗碗，不用再多一个碗。

Q 03:54  
对对对，我也是。

J 03:56  
很懒的。所以你们早，就你早餐就不太吃鸡蛋了，如果自己煮，做的话。（Q：对），可是你说你在杭州的时候会吃。

Q 04:08  
对，酒店里会有煎蛋，因为，怎么说，我觉得传统上大家都觉得鸡蛋蛮营养蛮健康的，每天吃1~2颗蛋感觉它。这就有一种我也不知道是哪个营养素，反正就感觉那个桶被填满了，某些营养被满足了这种感觉。

J 04:31  
是吗？就算一个营养桶。（Q：对）你会这样觉得吗？你会自己会觉得说每天应该要自己健康的一个考量，每天会吃一两颗鸡蛋吗？

Q 04:44  
如果很方便，同样是同样的便捷程度的话，比如说自助餐，我觉得我会选鸡蛋，但是如果要自己做的话，我可能更懒，然后我就会吸收营养，然后觉得吃点面包，吃点泡菜，然后这样就可以了，我是，也那样认可，但是可能他在我这边优先级没有那么高。

J 05:09  
了解。一定要便利便捷，他如果能够呈现在你面前，你就可以。（笑）（Q：对，大概是）如果是你老对啊，如果是你男朋友帮你做，你会觉得可以接受吗？还是？

Q 05:28  
我觉得他那个方式我不是很可以接受，因为有的时候中间是生的，然后我就觉得是不是没有加热完全。

J 05:43  
是是是，那生的话你会有什么顾忌吗？你是不喜欢它的口感，还是有什么其他的一些。

Q 05:51  
我觉得有一点腥的味道。

J 05:54  
你觉得他会不会，你会担心关于像细菌或者是其他的一些东西吗？

Q 06:01  
会有，会有。今天我有看到那个，上次不是有讲那个伊豆野菜村，他是那个寿喜烧沾那个无菌蛋，今天我有看到他有在卖那个无菌蛋，然后你刚刚问我这个问题，我就想如果我买那种无菌蛋的话，我觉得他他既然都可以生食了，好像他还说是按日本无菌的标准，我觉得即使没煮熟也是可以的。跟鸡蛋的选择还是有关系。目前我们买的鸡蛋来讲，我觉得要我这样吃的话，我有点担心。

J 06:37  
你男朋友会想要去买这种无菌蛋吗。

Q 06:41  
他应该不会，因为对他来讲，他正常买的蛋他也可以这样吃，他就认可那微波炉都是全部加热过了。即使它中间是生的，它也经过高温处理了应该，然后他没有这个顾忌，而且大多数都是成本优先。

我不知道你有没有这个感觉，比如说在家里可能家人然后妈妈会买那种有机的蔬菜，然后就煮着吃，但是当当你自己花菜钱的时候，你就不愿意买有机的，然后就有什么，性价比高了我就选，然后因为要自己负担成本。

J 07:27  
对，真的，尤其是我觉得学生时期就更会觉得说越是父母给的零花钱，就觉得说，没有有限的一个资源。（Q：对），也没有说是赚钱，对。

Q 07:44  
或者说可能像妈妈有了孩子之后，他真的愿意就即使自己吃一点苦，然后也要为孩子提供更好的更安全的食物。他有这个需求，但是对于自己给自己做饭来讲的话，可能就没有这个想法了。

J 08:03  
哦，这样子。所以你对有机有什么看法吗？像有机的食品，包括鸡蛋对。

Q 08:10  
看法是说我会不会选择吗？还是说我对相关的知识的了解程度。

J 08:17  
都是。

Q 08:19  
之前好像有看过相关的有机的定义，每次都记不住，然后大概是不是说没有化肥，没有农药，没有激素。

J 08:33  
对差不多。

Q 08:33  
然后前一阵时间有，如果是价格差异太大，比如说成倍的，大多数情况下，我觉得都是有机大概是正常蔬菜的三倍价格。如果，就我给我的感触，我记忆中，比如前一阵我们去盒马，然后我看到它的有机蔬菜是白天是不做活动。

J 09:02  
是，这样的价格就比较高。

Q 09:05  
比较高，然后如果你同样做折扣的话，比如说有机蔬菜是，比如一包有机蔬菜，它打完折是5块钱，然后正常的一包蔬菜的话，它是三块的话，这个时候我愿意选有机的，因为价格其实没有翻番。

J 09:21  
对，其实也差不多，对，差2块钱都没有两，就1倍多一点吧，对。

Q 09:27  
但如果是比如说鸡胸肉，一个是10块，一个是20块，我就觉得差的太大了，可能我还是比较关心这个绝对值。

J 09:35  
所以你觉得你会去对比不同的产品，它的一个价钱是吗？（Q：是的）如果价钱还是在一个你可以接受，比如说两倍或者什么以内，你会去购买一个稍微过一点点的有机的产品是吗？

Q 09:52  
对，我会认可，我觉得有机肯定它生产过程更健康，吃进来说对人体的伤害也没有那么大。我是愿意为他付高付多一些的价格，但是不能太夸张，因为自己也没有很高的收入来源，然后还是学生，如果他太多我不会买。

J 10:14  
有道理，你会对于像，因为它，它可能对人体健康或者是因为我知道，我了解是，尤其它也是关于一个，它传播的理念也是一个环境保护或者是生态的这种理念，你对于他这种理念或者是会有这样子的一个你是认识多吗？或者是？

Q 10:33  
我在选择蔬菜的时候，更多的还是考虑利己的方面，就是我吃了会不会有问题，还是不太会想到它的生产过程对于土地的破坏，然后对于人类福祉这方面想的还是不是特别多，特别是在我购物的时候，而且现在我觉得大多数的购物标语也没有碰到人类去关心地球，更多的还是，他们的宣传诉求还是先是你对你自己个人有什么帮助，然后营养方面的。

但，上一次我记得好像也讨论过这样的研究，就是当你真的让你想到人类福祉的时候，其实你也不一定会买，因为大家，我感觉在可能是大众消费群体还是没有这么高的高瞻远瞩，我们不会想到这些问题，可能比尔盖茨会想。

J 11:28  
对啊，他想的更多了。（一起笑）（Q：对）

你这样让我想到不是那时候新冠疫情刚出来，他们一直在转发什么，比尔盖茨一直在讲说几年前发的一个 Ted talk，你知道吗？他那时候，就是几年前好像那时候，我记得一直在疯狂的在发，比尔盖茨说这些新病毒病毒的一些变化会是人类的一个非常大的一个危机了，他那时候就在讲，（Q：哦）对，所以大家都说，其实学业界大家也都，就是在病理学这方面有研究的人其实都有讲到，但是真正有意识的人还是真的是要发生了以后，才会真的去想到说我们要怎么去建立更好的，比如说人类还有野生动物的一个关系，或者是人畜共患病这种，或者是食安，就是食安方面的一些顾忌才会点醒。（Q：对，确实）对是的。对，不见棺材不落不落泪。是，对，没办法。

我觉得这也是没办法自己尤其是自身消费的时候，因为你刚刚有提到说，可能妈妈或者是老一辈会想到说给孩子更好的一个产品，或者是更高一点，更高质量的一些食物，可能是有这样子才会有比较，他可能家庭里面会有这种想法，但是自己购物可能会比较少一点。

Q 13:05  
我还有另外一个感觉是说说，我觉得保护环境和我吃的食物离得稍微有一点远，我愿意，比如说我在丢这个垃圾，在丢电池垃圾的时候，我会想到它会污染环境，是我的行为直接会导致环境的破坏，我不愿意这样做，我愿意把它放到专门的这种有害垃圾的回收箱或者是在家里攒着，然后直到有看到因为学校宿舍是有电池回收的，我有的时候会从我家在东北我会拿那个电池，因为我们家附近找不到那个有害垃圾回收箱，放在行李箱里，然后在学校把他丢进去，丢进宿舍的那个

J 13:44  
那很好，做这件事情其实就已经蛮好的。

Q 13:47  
我会觉得是我的行为，我觉得是过错方，然后，如果我随便我丢到厨余垃圾袋，然后他们也看不到，那我就是罪人，然后我是承担我需要承担这个过失。但如果让我买东西，我还要为多付钱的话，我感觉我现在是不太愿意。

J 14:10  
这蛮有趣的，你就是关于丢垃圾，还有买东就是买食品的对比，因为我知道。对，因为你觉得是因为你刚刚有提到像人类福祉，可能大环境还有环境保护这些，那你觉得动物福利，我不知道你有没有听过这个单词，你会有什么感想吗？

Q 14:33  
上次我们是不是也有探讨过他们的，因为他们最终也不像我们家的宠物一样，每天是我们可以亲亲抱抱这种，他们肯定就是最终的目的还是被人类食用，但是我是不想让他在成长过程中受到很大的伤害，是这个意思吗？

J 14:56  
对，基本上就是像他的养殖方式，就是养殖方式，或者是说它的一个，对啊运输屠宰，反正就任何的在生产的过程中，减少说任何的像痛苦，或者是尽量的去有更多的就是以动物为至少是会有考虑到说他们的一个像自然行为或者是他们的一个活动方式这种的概念。对很好奇说有没有，对啊你有没有听说过，或者是。对考虑过。

Q 15:30  
我以前没有听过，我的浅薄的认知，我想到一个场景就是你知不知道回族，就一个少数民族。

J 15:41  
是知道。

Q 15:43  
他们的饮食习惯上来讲，他们是不是吃牛羊肉，然后我小的时候是不是听妈妈来讲说，买回族的牛羊肉会比较纯正，一方面它肯定不会掺假，再就是他们是不是在屠宰过程中会念古兰经还是什么？

J 16:01  
这个我不太知道，不好意思。对这个种族对他们的一个方式我其实不太清楚。你是有看过说他们回族的，我有听说过是清真是吗？好像有一些产品上你对这个了解吗？因为我只有浅浅。

Q 16:18  
我也只是听说，如果只是说动物福祉的话，在他即将屠宰的过程中我给他念经，到底是超度他还是超度人类，会不会其中提高了他的福祉？我也只是随口一说，我可能记忆也不是特别准确，就也不太清楚他们到底是不是念经，但我但我有记得是他们的牛羊肉会比较纯正。

J 16:45  
纯正是什么意思？

Q 16:47  
他不会注水，不注水，不是有挂羊头卖狗肉，他至少是真的牛羊肉。我看一下清真的牛羊肉到底是不是念古兰经的。

J 17:02  
我还不太了解。对，可能，可是国外动物福利可能比较少是，怎么说传教宗教的这一方比较少，他们会讲到比较多，可能它会以向科学理论的一些方式去证实说，一个动物可能会比较喜欢在哪些环境下生长，比如说像一个鸡在一个笼子里，还是散养的方式之类的。对。

Q 17:32  
他们是为什么要关注动物福祉，更多的是也是利己的角度，还是真的是能够认识到我是生命的平等。

J 17:46  
对，都是。对有些利己可能就会觉得可能，对，就像关注有机或者环境，就有点利他的这种感觉，就是自我。自我对他应该感觉良好一点，或者是自己的同情心的体现。

尤其是在国外可能比较多这种理念会去，大家都会传播，有新闻会报道，说看到这个动物会，处境是怎么样子，就会觉得说不太合适，所以才会去有这种政策的推动，说怎么样去给动物更多的也不算是权利，但是更好的一个待遇。

然后让我们的像比如说如果是从食品这个方向出发的话，全部的养殖动物农场动物他们怎么样？可是也有提到说比如说对家里养的猫猫狗狗怎么去传播更好的理念，去让他们去让人照顾得更好，或者是一些像像比如说就像国内其实也慢慢多了一些理念，比如说领养来代替购买吗？

宠物，这种也算是，因为购买的一些问题就在于比如说一些生产一些养殖户会比较，比较没有良心的那种，可能会一直让一些狗妈妈去生产，在一些比较不良的环境，所以就会想说怎么去推动一个更加好一点，对动物会好一点的一些方式。对就利己利他对，都有提到，对。

Q 19:22  
我觉得这个挺好玩，甚至可以做营销相关的研究。

J 19:27  
你觉得会怎么样？

Q 19:30  
我还没有特别想好，我感觉它应该也是一个大的环保领域的话题。

J 19:36  
你觉得是环保这一方面是吗？

Q 19:40  
对，我觉得应该研究的价值，一方面就可能大家了解的不多，也比较新。

J 19:48  
对我记得那时候对我们其实我有认识一个人，他就是做农业经济的，他好像也是在上海念博士，他就有提到一些像选择实验他会去做关于像比如说如果有个动物福利的鸡蛋或者是猪肉商品，有没有，消费者对，如果有得到这些方面的信息，有没有意愿去购买？

比如说如果有溢价，然后或者是多少溢价可以去接受。从一个对，如果你知道说这个产品可能对它如果说我们鸡肉或者是鸡蛋或者什么，它生产出来的它动物它是有更好的一个生活环境之类的。对。

Q 20:34  
对，我觉得应该是可以做的，可能现在没有想好，我觉得相关的话题还挺好玩，因为我今年刚刚毕业的有一个师兄他也是做营销相关的，但是他因为有农民的背景，他博士论文就做的是，怎样才能够，它应该是几个拼在一起的，一个是关于相关，相对于食物浪费来讲，他就说说通过拟人化让一些丑陋的食物更加的行动生动形象，然后来促进人家的购买，这样的话其实是可以减少食物浪费的。比如说我们去超商挑蔬菜，可能有一些畸形的食物，有的人会觉得它是不是生长过程不是特别的健康什么的，就有一些类比意识不是可能是错误的，但他从来没有认识到，然后他如何通过这种助推一个小的改变，然后来促进减少这种食物浪费。

还有一个是他也是如何减少食物浪费，另外一个他的研究应该是做那种在餐厅在点餐的时候有一个胃的标签，就一个标签有几个有10个小胃，然后饱腹感标签它叫。比如说，然后有10个胃的图案，你填满了5个意思说你吃了这道菜你可能就饱了一半了这种，然后会减少，就会让人们适度的点菜。

J 21:59  
好可爱啊

Q 22:02  
对，他做这俩真的都好可爱，

J 22:05  
我觉得这理念也很好，对，也算是一个，那不是环境保护，但是食物系统转型（Q：食物浪费）对食物浪费也是一个很大的问题，对。应该就是以这种可能社会，或者甚至是全球性的一些问题去出发，然后去做这些研究，我觉得特别有意义，然后再看怎么去实践出来，有效的实践出来，所以。对像我们的科学院就是我的Lab就是做动物福利这方面，就是觉得说现在养殖，主要更多，其实任何动物都是像实验动物伴侣动物其实都有一些，都有各自的问题了，所以就会想说（Q：啊，懂了）这些动物方面，有点像人和动物之间的一些关系，甚至是我们以前认为是对的事情是否是真的是对的，像对，所以真的还蛮蛮有趣的。

Q 23:03  
比如说，我可能忽然想到，如果是我们领域的话研究可以看这个猪肉，然后是这个猪，这个猪是每天听着音乐长大的，然后就放一段它听音乐的视频，然后会不会消费者愿意付高的价格，通过他的愉悦感能不能传递给你，还是说都听过音乐的猪，曾经过这样幸福的日子，现在还是成为了人，盘中餐会不会有一种愧疚的感觉？这个可能我大体上目前忽然想到的就是这种类似的可以做成营销相关的，但我还没有特别想好。感觉也挺好玩的。

J 23:50  
蛮有趣的，对。我觉得你很有趣。

你会想到说对你们如果是从营销的手段会怎么去做，其实这也是我想学习，因为我完全没有任何营销的背景，对消费者也不了解，但是我也很好奇怎么去，怎么去把这些理念传递给消费者，或者是对我觉得很有趣，就可能不一定是猪听音乐了，尤其我知道有些人可能会提到说像，因为我们其实很少有讲到听音乐。所以我觉得蛮有趣的。对，也算是知道他有音乐（？），可是我们更多可能最普通的，他不要受苦就好了。像比如说他的一个疾病，这些方面有疾病应该要及时治疗，或者是说像叫什么对吧？

如果是尽量不要困在特别小的笼子里面，让他至少能够转身，就这些可能比较基础一点的对他的像活动空间（Q：哦，懂了），还有他的饮食，不要饿着，然后有水，然后温度环境，基本上就是让它能够一个猪像一个猪能够生活就好了。就不一定说一定要听音乐喝啤酒按摩。所以，当然也最近有新出来一个牛的按摩器还蛮有趣的，这倒是有，一个抓背的，还蛮有蛮有趣的，牛还蛮喜欢的。对。

但是对我觉得我个人因为我是学兽医，所以我跟动物接触之后就会有这些这些疑问这些感想，然后就很好奇说从消费者的角度，是否，因为我自己对，也会觉得说有点远，如果我在超市里不会，很少会去想到说农场上会发生什么事情，所以我记得我小时候还跟，因为我是在上海长大的，那时候真的是什么农场都没去过，真的觉得说牛奶是从冰箱里来的。从来就。

我觉得我是后来出国以后才发现我的天。好无知，我连牛奶就是牛有几个乳头我都不知道。

Q 26:12  
我真的不知道。

J 26:18  
就觉得小时候的教育啊，城市里的孩子。那时候还蛮无知的，还好现在知道了，现在我知道

Q 26:30  
他有几个？

J 26:30  
你知道吗？（笑）（Q：8个？）对不起。你猜一下。

Q 26:41  
我猜8个。

J 26:42  
你猜你猜，对不起，我重新问题重新来，他有几个乳头，几个乳房？

Q 26:51  
啊，这两个数量还不一样。

J 26:54  
不是乳头和乳房不一样吗？等一下我看一下是不是我中文错了。等一下我看一下。反正你刚刚以为本来是要说什么。

Q 27:16  
我以为这两个数据这两个数字应该也是一个数。

J 27:22  
乳头和乳房是什么东西？等一下对我。对应该一样，那一样不对？通常没有不同动物会不一样。等一下我看一下。

Q 27:37  
还有一个乳房上长两个乳头这种吗？

J 27:44  
等一下。对啊，不一样，我没有说错。人类是一样。

Q 27:59  
天我还是猜乳头，不对，还是猜乳房，我猜他有8个乳房。

J 28:09  
不是，要再猜一次吗？

Q 28:17  
多了还是少了？（J：多了）一个正确答案是，我猜多了，（J：你猜多了）。那就4个。

J 28:28  
对，它是1个，1个乳房，4个乳头。

Q 28:35  
所以它有16个乳头，

J 28:40  
不对啊，没有，就1个乳房，然后4个乳头。

Q 28:49  
哦，懂了。它只有1个乳房？

J 28:51  
对他就1个乳房。

Q 28:53  
天啊，学到了学到了。

J 28:59  
对，有时候，其实我本来也不知道，我真的不知道，我以为我那时候就乱真的乱猜，只是因为我去奶牛场实习了两个礼拜。不知道也难。

去那边挤奶真的是挤奶，可是现在挤奶都很先进了，是用机器。但是你把套在他的她的乳房上面，然后就吸那个乳头，对还蛮有趣的。

Q 29:22  
他会痛苦吗？

J 29:23  
可是他其实对。就是这种问题，我们会去问说，这个东西他去吸会不会痛苦，但是其实他们都是还蛮愿意进到这个地方的，因为它的吸力他们就会有控制，这些研究就会控制说，怎样子的吸力是最好的，让他们不会疼痛，但是又能够有效的把牛奶给吸出来，对不对？

然后而且他们有看过，比如说因为他每天都要挤奶，每天都要吸奶，所以他其实在吸奶前那一段时间，其实他们都会已经排队要进来了，因为其实胀奶是很不舒服的。对，所以其实他这样子把它吸掉还比较舒服，然后他们也会让他们进到这些叫什么挤奶的地方，都会有吃的给他们，所以他们也会蛮开心的，对。边进来边吃了，然后就可以出去了，然后回去做自己的事情了，对。

Q 30:18  
哦。

J 30:19  
蛮有趣的，对。可是对问题像我小时候就觉得说就冰箱里有个牛奶而已，也不会想那么多说他牛奶到底是怎么生产的，或者是说有没有什么问题，或者是我不知道原来有更有些是好的，有些是不好的，这种对。所以对不起讲多了，这应该是（Q：我学到了！）你的一个看法，对，所以我这个研究专门看鸡这一方面，所以对于对。

Q 30:53  
我们还是聊鸡吧。

J 30:56  
鸡有几个翅膀啊？（笑）

Q 30:57  
两个，这个我知道，不是麦当劳之前不是有负面新闻，说麦当劳的鸡是什么基因工程，然后有好多个翅膀

J 31:10  
那个都是假的，不可能的。

Q 31:12  
技术还没有到那个地步应该。

J 31:17  
而且不会到，如果从一个道德伦理的角度讲，应该不会到那种地步，就算是实验动物都会觉得说很，对，不可能说这样生产对，所以对，然后都行，对鸡蛋，对，所以你会觉得我刚刚讲什么，对，所以我才会有想要说了解说消费者有没有认识说像养殖不同的养殖系统，或者是对这些有没有任何的像感触这样子？

Q 31:53  
对，我觉得可能不同的社会角色还是不一样，像学生那肯定就是价格是第一的，然后如果是家庭主妇或者是真的有小朋友的，他们可能会更注重营养，注重健康啊伤害。可能我们都成年了，大家都觉得那就，不用让我摄入营养，只要不让我吃坏就行。

家长可能觉得小孩在长身体，一方面他肯定就是希望有更，质量更好的，然后没有抗生素这种，因为小小朋友的免疫系统应该很脆弱，有一些，他们也会更在意。如果是真的是相对来说有经济能力的，肯定还是会选择有机，他们愿意付更高的价格，也有经济能力负担了嘛。

J 32:44  
是对，如果有，对啊，主要判断经济能力或者是年龄，或者是怎么样子一个处境。

Q 32:51  
在调研的时候有发现，有这种差异嘛，或者实际上的差异。

J 32:56  
有真的还蛮有趣的，尤其是可能就年龄大一点点的，或者是经济水平还是比较高的，然后生活环境生活条件都是比较高一点的，就是它价格对他们来讲不是特别的在意。然后他们就觉得只要对，而且尤其是如果能够方便购买，方便运输，比如说像有订购的这种功能或者是这些这些公司，然后他们觉得吃起来也不错，就会一直变成说一个持续购买的行为。

对，他们就会养成，只要是最初养成了这个习惯，他们就不会说再去考虑更多的一个选择。对，然后所以我觉得反而是大家可能就家庭有些家，家庭主妇也要看，看他们的家庭的一个其实对像经济水平或者是他的一个就业状况，或者是一个认知的状况，像比如说有些人可能对动物福利这方面或者动物比较感兴趣，就会更多的去调查，然后去找寻一个更好的一些资源或来源，甚至是认识的一些人，然后专门去找他们订购，然后就养成培养感情，就是有这个关系在。

对，虽然说可能有稍微价格会高一点点，但是只要在比如说他们能接受的价格范围内，又养成了这个习惯，他们就会一直去购买。对，也不会去专门去看说其他的鸡蛋的一些商标或什么的就比较少。对。

Q 34:31  
我懂了，所以你跟我讲了之后，我觉得渠道资源对他们很重要，他有没有稳定的渠道，然后甚至购买行为都可以成为他社交的一个方面。

J 34:44  
对同意对，这个渠道好像真的很重要。对，有时候他们对。

Q 34:51  
我在想的时候我没有想到，我甚至都没有意识到渠道这么重要，因为我觉得买不就是商超，然后就像盒马这些生鲜的，只有超市才卖鸡蛋，哪里还应该卖鸡蛋，（J：有好多不同的渠道），对。

对，我就想到，之前我们好像也聊到，就是说有的时候市场上卖那些农家溜达鸡蛋的其实是不稳定的，因为他们家的鸡，既然说溜达肯定是小规模，它就是不定时。

J 35:25  
对，可是你觉得如果是超市卖像土鸡蛋这些或者是我不知道像无骨鸡就是不同的这些商标，你觉得它卖点是在哪里？或者是他想吸引的客户是什么样子的群体？

Q 35:45  
这么说的话，其实超市的客群，我直觉上来讲，我总觉得超市的客群其实还挺丰富的，应该不只是，可能我比较喜欢逛超市，我总觉得不管是家庭主妇还是上班族都需要去超市采购食物，然后所以那就是不同价位针对不同的客群，对，你有没有看过？我给你发了一个图片是盒马卖的那个。

J 36:14  
对，我看到了非笼养对。

Q 36:16  
可生食，（J：对，你看到你是在）。我是在盒马线下店看到，因为我之前从来，我们上次也聊过就溜达机，基本上以前除了在你这，从来没听过非笼养。

J 36:34  
是你第一次看到你是因为因为我们提到，所以你看到就会。

Q 36:38  
对，我还觉得还挺专业的他们。

J 36:43  
你有看到它是什么品牌吗？还是？

Q 36:51  
我是不是拍的太那个啥了，食品集，好像没写，你看它上面写了幸福的鸡快乐的蛋，然后它这一盘数量很少，而且它是做了不规则的形状，我是不是发的图片不太清晰。

J 37:10  
对，我就可能我只看到那几个大字，就觉得这蛮有趣的，我再看一下。

Q 37:18  
我在盒马上看一下能不能找到。

J 37:19  
说他的，对你刚刚是对看到了，有个旁边有个金色的蛋。对幸福的鸡，快乐的蛋，（Q：对）。所以它的包装是不不规则的吗？

Q 37:36  
对，你看他正常也没有按照，比如1排4个，然后对称的这种。

J 37:44  
为什么会这样子？

Q 37:45  
因为它数量太少了，他做成这种，我看到了这个链接我应该可以，我不知道是不是可以转给你，它有一个小视频可以看一下。小视频。对，我看能不能直接转发。能看到吗？

J 38:09  
快乐的蛋，听起来蛮可爱的。（Q：对）。你是第一次看到这个商品吗？

Q 38:22  
没错，我是第一次看到，他有带，他下面有讲，他说他的鸡妈妈健康快乐的5个条件，应该就是对应着你的这个动物福利。（J：对）吃到好、煮的好、心情好（J：是，对差不多）对。

我直觉上总觉得这种，动物福祉的相关的这种产品，应该是做成拟人化的那种，应该可能会，比较好，但还没有特别想好什么。

J 39:02  
拟人化？您说把这个鸡做得更拟人化吗？

Q 39:06  
对，或者说这个标语就真的会让，激发人的这种共情能力，或者它的卖点应该是如果你跟动物真的产生共情了，那你愿意消费，你愿意为他曾经的快乐买单，可能。如果你之后想做这个相关的消费者研究，我们可以一起

J 39:31  
好啊，可以！对，我现在就在慢慢收集资料，就是找不同的消费者，就是稍微对这方面可能有听说或者，尤其是有购买的这个行为，就是为什么购买。我觉得渠道是我也，就是消费渠道，我觉得是我这次学到的还蛮重要的一点，因为比如说尤其是因为不一定是在城市，我的消费群体，还有一些可能在比较乡下偏乡下的地方，旁边的可能就超市真的特别小，他就那三四种蛋，然后他就这样子做选择，然后或者是其他的对有一些可能已经有关系的，或者是在有机市集有一些关系，或者是朋友，他们跟农场直接联系或者是团购，尤其是在疫情的时候，在上海，他们就养成了一些团购的习惯，可能就找到一些特定的资源，然后开开启了一个不同的消费模式。

所以对，而且除了超市，我觉得有些也会比较喜欢像电商，然后看他们怎么去找这些电商或者电商，就是在电商上购买，还有在超市购买有什么差别。对，也会蛮有趣的我觉得。对。

Q 40:40  
比如说好像做的比较好的生食的，耳熟能详的，我想起那个黄天鹅应该是比较，比较有名的。

J 40:51  
是对吧？你觉得他怎么会这么有名？他的营销做的是特别好吗？

Q 40:57  
因为它铺的真的很广，它还有很多联名的产品，不知道你有没有印象，他曾经能茶百道，如果没记错应该是茶百道，他跟茶百道合作过一款饮品，就是把可生食的鸡蛋，我觉得他真的跟饮料结合的太好了，寿喜烧那个让我觉得蛮不错的，那就是一个吃生食蛋的环境，能够最大程度上能够贡献它的美味。

那个过程，但是如果做成饮料的话，真的是我觉得普及度很高，你也不用去火锅店，就是饮品的触达程度我觉得挺强的，特别是你看前一阵，叫啥？谁演的那个电视剧，刘亦菲和，和谁，和陈晓吧。想起来梦华录。他做的那个联名不是跟喜茶吗？然后最近有元神跟喜茶，我觉得饮品可能它的消费群体和它的触达率真的很高，也没什么技术含量，然后他渠道铺的也很广，如果你跟他合作的话，其实相当于打了很多个广告，因为覆盖面真的很广。奶茶店

J 42:12  
他用生鸡蛋放在放在饮品里面啊？

Q 42:19  
对，我去小红书搜一下，现在。

J 42:22  
这么有趣。

Q 42:23  
还有黄天鹅。。

J 42:28  
我记得我之前跟我在台湾的时候，跟台湾有个鲜乳坊，他们是一个牛奶公司，他们就是靠饮品做的还蛮真的特别广泛，至少耳濡目染的这种感觉大家都知道。

Q 42:45  
对，他说那种违规营销了，茶百道，鸡蛋。还真真有（J：是吗？）发给你（J：好，谢谢，可以看一下）好。

J 43:13  
对，你觉得快乐的蛋这个是怎么样？刚刚没有仔细问对吧？你觉得它这个产品。

Q 43:22  
刚才是说什么的鸡来的，什么快乐的。

J 43:27  
对不对？（笑）忘了。

Q 43:35  
我看一下，它叫快乐，我这个链接里面没写什么样的鸡。

J 43:44  
他是照片上面。

Q 43:46  
那个图片上应该写的是幸福的鸡，快乐的蛋。会让人有共情，你有吗？因为幸福和快乐大多数都是形容人类的一个情感，然后他这样讲的话，就会能联想到，会联想到自己，幸福和快乐，就有一种情绪的这种感染，就像他快乐的情绪里面弥漫在你身上的这种，我可能说的太玄乎了。

J 44:20  
没有我觉得很有意思，特别有意思，我觉得有道理。所以是，你觉得这里的产品它的一个消费群体或者是你会有如果它的价格，有什么情况下你觉得你会有购买意愿或者是你对他的一个看法。

Q 44:41  
我觉得可能同样对于控制了价格因素之后，然后有哪些营销方式会增强人对他的购买的意愿，愿意为他买单，可能是我们更感兴趣的，我是不是答非所问？

比如说现在社会应该也不缺有钱人，他们的客户群体肯定还是一致的，但是什么样的情况能够让他愿意为买单，然后愿意选择这个产品，应该是营销可能更感兴趣的，然后一方面只要能够，也能促进刚才说这个情况是说控制了大家的收入水平，再就是同样，即使收入水平偏低的情况下，大家还是愿意为他买单，那哪种情况能够符合这个要求？

到底是比如说让他想到动物，动物一方面作为人类的朋友，或者它生长的过程中对地球的伤害，如果也小的话，其实也是对自己有利益的。眼前来看还是利他，然后长期来看是利己，怎么能让这个意见或者说让这个想法传递给大众。可能也比较好玩，但我想的还不是很多，然后可能也没有把他往我们这想过。

J 46:16  
对我觉得特别有意思，你对，因为你可以想到什么，有哪些研究方向，或者是现在的一个比较短缺的一些事情，你的猜测会是什么？如果像你自己的一个购买不是或者是你知道的一些身边的人购买的行为或者是怎么样子，你的猜测会是什么样子？

Q 46:38  
我猜测还是这种幸福情绪的感染应该会更重要，就然后长远来看，大家肯定都知道他好，但是哪些方式能够促进他购买，我不知道现在他有优点，到底有没有大多数人都能认识到。

J 47:03  
你觉得你认识到吗？或者是。

Q 47:07  
我跟你说完我才认识到，以前还是没有往这想过，感觉就像我最开始说的离得太远了。

J 47:13  
对，就像你刚刚讲离得太远，像你比如说你今天对吧？如果我没有跟你提到非笼养，你可能那个产品就没有不会那么可能感染到吧。

Q 47:24  
对，比如说可生食的鸡蛋，我就只会想到可生食，那就是无菌无害，那肯定还是对我有益。但是如果说非笼养的话，其实我会想到他是不是有更快乐的生活。非笼养的这个词可不可以换成一个其他的代名词，然后改了一个名能不能增进消费者对他的认识程度，要不就在怎么在广告标语上进行美化，或者比如说你每一个图片，每一个鸡蛋，盒子上有一个二维码让你扫开之后就能看听到小鸡快乐的笑声，（J：这蛮有趣的），有点太夸张了。

J 48:09  
可是这蛮有趣的，真的蛮有趣的，因为其实这也是需要去对，因为你平常如果像你买鸡蛋，你可能第一个看到你就说你看价看一下价格，然后会不会选择有机又是另外一件事情，或者会不会选择不同的标志，又是另外一件事情，然后再来是会不会花这种时间去阅读，或者是去扫这个二维码。对。

Q 48:34  
然后比如什么样的包装，是塑料壳的包装，然后还是刚才他那个不规则的包装或者说非笼养，没想好就什么样的包装，可能适合。

J 48:49  
如果你是作为一个消费者要去买鸡蛋，或者是我不知道你平常会不会给你男朋友一起去买鸡蛋之类的，会关注这些就是会会吸引你吗？你觉得这个鸡蛋？

Q 49:03  
刚就是说这个幸福的鸡快乐的蛋，如果当时这个标语我真能看到的话，我还是觉得很有趣的。然后其他的这个包装上可能大家会关注，那到底是买鸡蛋，还是更关注它有没有碎嘛，有一些那种，刚刚他这个，每一个洞一个洞的这种应该是保护的比较好，减震功能比较好。

有一次我们去超市，我男朋友问我：为什么会有那种你有没有见过那个网袋装的那些蛋，他们互相之间没有什么间隔，然后他说：啊这种菜为什么可以卖？它不会碎吗？为了保存感觉很难。

J 49:50  
有道理。因为我看到过，所以他不会买这种蛋，他会买装好的是吗？

Q 49:57  
对，他会去。除非它特别便宜，然后比如你就在家门口，你过程也没什么，他们不会受到撞击。但我们一般去超市，一般超市都，就是一个大型超市，你会在超市里买买什么，什么都买，买一些饮料啊什么的，除非你去那种生鲜超市，专门为了买菜出门。如果你购物的时候想顺带买个鸡蛋的话，我觉得那个不太实用，你可能买点饮料什么一撞就碎了。

J 50:29  
对，有道理，所以你们都会去比较大的超市。

Q 50:36  
对，像物美那种。比较丰富的。产品种类比较多的，而且如果我记得鸡蛋上，他们应该是同样的鸡蛋会放放在一起，就是说现在我们所有的鸡蛋都是，就正常的家里的鸡蛋，也没有非笼养，也不是可生食的，他们都在这一个大区里就是正常价格的。然后如果你是，如果你是那种可生食的无菌蛋，他们很多都需要有比较，我不知道需不需要冷藏，有一些可能保存条件比较苛刻，他们一旦跟他分分离开，如果不在一起的话，其实有些消费者也不一定会去看。所以到底这个区域应该跟鸡蛋，普通鸡蛋放在一起，还是不放在一起，感觉也挺有学问的。

J 51:30  
所以对你们来说你就不会去看是吗？你跟你男朋友去买的时候，你们。

Q 51:39  
如果我现在去买鸡蛋，我应该也不会去，就特意去看的，就是高端价格的，除非我明天要吃寿喜烧有这个需求。

J 51:48  
你说你去吃，你是说你在家里会吃寿喜烧吗？

Q 51:56  
只是这样设想，我好像没在家里做过寿喜烧，以前在宿舍煮过，隔壁是有煮过，但我觉得自己做那个汁，那个黑色的酱汁做不特别好，就容易淡。

J 52:11  
是了解，所以这段时间你跟你男朋友有经常去超市买东西吗？

Q 52:18  
有吧，算有。

J 52:20  
是会什么情况下去或者是什么样子可以跟我讲一下吗？

Q 52:26  
可能家里没有蔬菜了，然后要去买一些，然后比如说没有饮料了，然后晚上就吃得很饱，然后去散散步，或者出去，比如今天要出去逛街，出去见朋友，然后顺路可以去看一下，大多数是这种。就要么专门为了目的出门，然后要么就是，他很多都开在商场地下一层，那就是顺路去一下，然后看家里正好也缺东西了。

J 52:55  
对了解，可是都会去同样的地方，还是如果是出去也不一定。

Q 53:04  
如果是去，比如见朋友的话，可能就是哪个离商场附近，近那就去哪里，然后平时的话其实有固定的，就觉得有几家品质或者种类比较好，价格也比较适合的

J 53:22  
有哪些呢，还是。

Q 53:23  
比如说附近有一家物美，然后另外一个方向有京客隆，不知道你有没有听过，北京北京的京，然后客人的客，然后生意兴隆的隆，然后也会去盒马。

J 53:46  
都是在步行时间能够到达的地方吗？还是？

Q 53:51  
或者是骑自行车15分钟左右，以内。

J 53:55  
所以不然就是步行，不然就是骑自行车。是吗？（Q：嗯）可是饮料不是蛮重的吗？

Q 54:04  
自行车还有车筐什么的

J 54:05  
对了，自行车就没事，可是如果走路的话就比较重一点。所以你说你男朋友会担心说会不会碎，所以你们买在大区域里面，它也有都是包装好的鸡蛋，是吗？

Q 54:22  
对是的。

J 54:23  
你们最近会要去买了嘛。

Q 54:28  
鸡蛋，好像还有几颗，有个五六颗。

J 54:31  
所以还不会去要

Q 54:33  
要拍照吗？还是。

J 54:33  
对这还蛮好奇，其实有个对想看，如果你有时间的话都要拍几张照，你们专门会去的区域或者是怎么样？对。看到的

Q 54:44  
就是鸡蛋的那个柜台什么的，这个是吗？（J：对对对）好的，那个摊位，

J 54:51  
好，谢谢。（Q：没事）对，有个食物日记。你们会多常去买呢？

Q 54:58  
鸡蛋吗？如果是上次，上次我应该有写是买的山姆外卖那种鸡蛋。那应该挺快的，就是他送的的，然后刚才的问题是什么片？就是相当于一个超市的外卖。山姆，什么急速达，它一个小时，就是你下单基本上如果正常的话一个小时之内就能送到。

J 55:28  
所以它上面的商品都是一个特定的超市的商品吗？还是怎么样？

Q 55:35  
可以理解为，比如说不是有吧，上海那个 costco开市客那种类似的，山姆应该是沃尔玛旗下的那种仓储型超市。

J 55:51  
是，然后在上面你会选特定的像品牌吗？或者是什么样子的鸡蛋？

Q 56:01  
他们其实每个品类SKU比较少，它的鸡蛋应该就三四种，就可选择性比较少，但其实他都经过比较好的挑选，然后品质比较不错，鸡蛋的话就是正大，还有个德清源，如果没记错品牌名的话。

J 56:21  
SKU是什么？不好意思，

Q 56:25  
SKU就是商品的独特的标码，它的全称是啥来的？

J 56:31  
商品的独特的标码？好，我等下查一下。

Q 56:35  
我看一下。好像很久，可能消费领域，零售方面会，老师们会说一下，我传给你（J：谢谢）。就是一个， SKU应该是对应，比如说每个品类有几个，就对应着它这个品类里面选了几种商品。

J 57:06  
是然后你说他只有对他就比较少，只有三四个。是吧、

Q 57:11  
比如鸡蛋的话比较少。

J 57:15  
看到了sku。对，所以你会有看到正大的这样子。是。然后正大的，所以正大他会经常买是吗？你们会经常买？

Q 57:30  
对，会潜意识里觉得正大的鸡蛋，即使它是这种标准化生产的话，它也是相对来说比较可靠的，

J 57:42  
是，所以会会看品牌吗？购买的时候（Q：也会）都会，去超市也会看。（Q：是的）然后，就是会选择什么样子，除了正大还有什么其他的吗？

Q 57:58  
比如说我能叫上来名字的就是正大，然后还有德清源，然后鸡蛋的话，其他的一些品牌买过，但是没记得了，就是不会复购，或者说如果有正大的就不会买其他的，那些，就是没有的话，我这次还要吃，我就少买几个，然后就买不知名的也没关系，这种。

J 58:30  
是，那会特别，是为什么会想要，因为正大遇见到你，是觉得他哪一些特点是比较好？

Q 58:39  
新鲜，然后因为他可能公司比较大，然后它的产量比较稳定的话，客流量也比较大，它就能够及时更新，如果大家都买这个鸡蛋，我每天去都能买到新鲜的，不会买到，就放了很久的这种，也会看生产日期。

J 58:59  
是，了解。好，所以他都会买，所以专门买正大的，然后你们是一天会吃几颗蛋，你刚刚有提到说你早餐不太会吃，你中餐和晚餐你们会吃吗？

Q 59:17  
也不会，除非煮面什么的。

J 59:22  
所以也不是吃的特别多。

Q 59:25  
不是。食堂，如果去食堂的话也会有那个火腿煎蛋。

J 59:31  
所以你去食堂会吃的鸡蛋会比较多吗？

Q 59:37  
就炒鸡蛋会有，比如说鸡蛋炒丝瓜，然后鸡蛋炒西红柿这种菜会比较多，但是我自己做的话就是什么方面做什么，然后煮面很简单，然后自己炒个菜就比较。

J 59:54  
你是不太会炒，是不是觉得太麻烦是吗？

Q 59:59  
对，因为我本身也不太会做米饭。所以你只炒了菜的话，不知道吃什么主食。

J 01:00:14  
可是煮饭有电饭煲就好了吗？

Q 01:00:18  
因为我们没买，然后我们两个平时都很少吃，吃饭

J 01:00:24  
是吗？所以你们家里其实没有电饭煲，就没有大米。

Q 01:00:30  
也没有。

J 01:00:34  
是因为东北你是吃比较多面食是吗？还是？

Q 01:00:38  
其实我家还产大米，就是但我爸妈是山东人。所以我爸妈做面食做得很厉害，然后我们家也很少吃大米，不知道有没有听过盘锦大米和河蟹，就是它的螃蟹是长在它的稻田里的。这两个其实是特产。

J 01:00:59  
是吗？这个我还不太清楚，但是你就不太吃，你们两个都不太吃。

Q 01:01:06  
对，所以我可能对大米有比较高的要求，是因为家里的大米其实很好吃，然后这边有很多是南方的米，一年两熟这种，可能会觉得没那么好吃，然后也不会想。

J 01:01:20  
所以 Ok你要求比较高一点，所以就没有去吃这边的米的意愿了。

Q 01:01:30  
可能是，我可能也比较奇怪，然后吃面包或者煮面比较多。

J 01:01:37  
所以你中饭和晚饭通常会吃什么？

Q 01:01:40  
煮面或者是煮汤。汤，然后烤鸡翅。（J：是买？）对，买鸡翅，对。我想起来了，我买蛋比较少，买鸡翅会比较频繁一些。可能

J 01:02:02  
是吗？

Q 01:02:02  
你也做鸡翅吗？

J 01:02:03  
我现在其实吃的肉吃的比较少。

Q 01:02:07  
不是说这个研究也做鸡肉相关的吗？还是做鸡蛋。

J 01:02:11  
现在只是鸡蛋，但是以后可能会做鸡肉，对。我对吃鸡就是鸡肉这方面也是蛮感兴趣的，其实鸡肉猪肉我都敢蛮感兴趣的，我觉得这算是中国的特色，就不是特色，真的吃的太真的特别多。

Q 01:02:28  
对对，太多了，所以相对比较平价。

J 01:02:30  
对比较平价（Q：嗯，很庞大），而且而且最近，不是最近了，几年前不是有非洲猪瘟，我觉得那时候也对可能猪肉这个产业也有更多的一个深思，可能大家也会有一些顾虑，或者是消费习惯会有点改变。

但是我觉得猪肉还是中国饮食之中还是蛮重要的一个部分，所以可以看一下（Q：没错），对。所以你就是吃吃面你经常会加鸡蛋吗？还是也不一定，再加个荷包蛋。

Q 01:03:01  
比如说煮那种快熟意大利面就不加荷包蛋，煮方便面，会加鸡蛋，然后上次云吞面也会。云吞面他卖的面也是全蛋面，然后就吃起来很香。

J 01:03:15  
是你也会煮意大利面是。

Q 01:03:21  
意大利面就是买的那个意大利面煮一煮，我感觉好像也没有什么特别的（笑），啊那个酱比较关键。

J 01:03:31  
对，它的酱比较不一样，要特别去买的，对，不是吗？

Q 01:03:34  
对，是的，就买那种半成品，加热一下。

J 01:03:38  
所以就加热一下就够了那种。也不会自己做那些酱吧，还是。

Q 01:03:46  
那跟炒菜也差不多（一起笑）。

J 01:03:48  
所以你们做面就不会炒任何的菜吗？

Q 01:03:54  
好像不会，好像我俩都不会炒菜，只会煎，只会煮面，要么煎肉，然后炸鸡翅，空气炸锅烤鸡翅。

J 01:04:06  
可是空气炸锅也可以放很多其他的东西不是吗？无论是肉或者是菜都可以，对。

Q 01:04:16  
有道理，烤过南瓜，烤过，没烤过地瓜，

J 01:04:22  
你说烤就是用气炸锅是吗？（Q：对对）对，那个可以直接放，比平常的烤箱快。对对气炸，所以你们有气炸锅，但是没有电饭锅。（一起笑）

Q 01:04:38  
有点奇怪是吧？

J 01:04:43  
这个蛮厉害的。因为我在国外真的是每一个亚洲人都必须必备一个电饭煲，真的，就是家人就会叫我们带一个。

Q 01:04:54  
也可以炖菜是吧？

J 01:04:57  
倒比较，其实真的是煮饭，就是煮饭用，但是有些人可能会，它的比较功能性比较强，可以像，对可能可以煮一些不同的东西，加点水就可以煮不同的东西，因为它基本上就是，可是也可以用，好像也可以蒸或者是有一些功能会比较强，看你的你买的是什么样子的。

Q 01:05:19  
我家也是有压，电压力锅，然后我妈也只用它煮粥。过年煮炖猪蹄，

J 01:05:29  
对，我家也是有个他就是煮粥，我妈喜欢做八宝粥，基本上就是做八宝粥，虽然说他的还可以，好像少量，他以前也会做像牛肉面，就炖牛肉，比较像台湾的那种牛肉面，但是近期就少很多了，对。主要是炖粥就八宝粥这样子。

Q 01:05:53  
所以我们确实是不怎么吃米饭，我在食堂也不怎么吃。

J 01:05:57  
是吗？这样子，所以你是在食堂里面吗？

Q 01:06:02  
食堂只吃菜，然后喝汤。

J 01:06:09  
主食呢？

Q 01:06:11  
我会吃很多菜，我可能觉得主持食有没有没什么，我是不是，这个确实是有点奇怪，可能从小就是，我不怎么，我就是很爱吃菜，然后不爱吃米饭，然后主食也不怎么吃，但是比较爱吃面包，可能就把淀粉也补过来了。

J 01:06:30  
对，现在不是也提倡说少一点淀粉吗？少一点就是糖类的这种那种淀粉，就是碳水化合物。对，我也会尽量少一点，可是我觉得就会怕吃不饱，我是还蛮喜欢吃，就是饭啊面啊什么的。虽然说饭跟面比还是会比较喜欢吃面，但是我觉得有些菜还是配饭比较好吃，尤其是口味比较重，然后咖喱或者是因为我吃比较清淡，所以我会需要如果我去的地方有炒菜，他们会味道比较重，我就需要一点饭把它给。

Q 01:07:06  
我也有这种感觉，平衡一下，就是没那么辣了。

J 01:07:10  
对有些很咸就吃不下去。（Q：是的）对有道理，所以真的你们饮食也蛮有趣的，煮面的话都煮什么样？放不同的菜进去，放不同的肉。

Q 01:07:30  
对，比如云吞面，然后如果正常平时煮泡面。

J 01:07:34  
经常会吃泡面吗？

Q 01:07:38  
会，他很爱吃泡面，因为那个汤觉得很好喝，但我觉得喝那个汤其实不是很ok。

J 01:07:47  
我也有吃了，但是我是少量，我觉得从小就是妈妈，因为妈妈是比较养生的，她的概念觉得说泡面是不好的东西，所以我也会被他感染，就会觉得说还是少吃。我觉得不是泡面本身应该是还可以，他自己面他的菜包还可以接受，但是我觉得是它的油包，它的酱料包可能就会不然太油，不然有些可能我也不知道添加剂可能稍微多一点。

Q 01:08:20  
对，以前我感觉小的时候总听到一些传言说泡面在7天都没有办法消化干净，这种类似的，感觉有点像伪知识，伪科学家

J 01:08:33  
我觉得不会说消化不掉，只是说消化成什么东西而已，只是说可能对身体的影响。对，因为这是顾虑到对你的一个人的一个消化系统，其实排的还是蛮快的了。他如果消化不了它，他就排出去了，所以然后就没了，所以对。但是蛮有趣的，对，所以你们也是你如果住在他这边，你会一起吃泡面是吗？

Q 01:09:07  
会，就是煮泡面。

J 01:09:11  
是会经常加蛋吗？

Q 01:09:14  
泡面里面吗？如果时间够的话应该会加，一半一半吧

J 01:09:23  
你觉得如果这样子算下来的话，一周你们大概吃几颗蛋？

Q 01:09:35  
一周（J：打个比方的话）也算他的早餐对吧？

J 01:09:41  
对你就十几颗了已经，因为他一天早上就有两颗。

Q 01:09:45  
对，十五六颗，20颗左右了要

J 01:09:51  
食，对你自己如果不算他吃他的早餐之类的，你自己的。

Q 01:09:57  
我一周吗，5颗应该是最多了。

J 01:10:05  
有道理就是你自己煮，对就不一定。

Q 01:10:09  
如果在学校里的话可能会多一些，因为有一些带鸡蛋的菜。

J 01:10:13  
你就会吃这些菜对吧？自己煮的话就不会煮。有道理，所以你跟你男朋友住在一起，就除了早餐之外，午餐和晚餐都是像一起吃吗？就一起做一起吃。

Q 01:10:31  
如果他也不出去，我也不出去，可能就一起吃。

J 01:10:34  
就不会分开来或者是什么样。

Q 01:10:39  
不会像早餐那样，煮是煮两人份的，不是各自煮各自。

J 01:10:48  
这样子你们会，就只有鸡蛋的烹饪方式，它的比较奇特一点的放在微波炉里面煮，然后或者是打到荷包蛋，打到汤就是面或汤里面。除此之外还会怎么煮吗？煎或者是我也不知道其他的或水煮蛋这样会吃吗？

Q 01:11:16  
我们好像也不吃水煮蛋。那个蛋黄很噎，你有没有觉得。

J 01:11:23  
有时候，对，所以要吃很慢，我都会吃很慢，我会一小口一小口吃蛋黄。

Q 01:11:31  
对，我小时候最讨厌水煮蛋里面的蛋黄。

J 01:11:35  
是吗？为什么

Q 01:11:36  
每次都要噎到，我甚至有的时候都，如果我妈看不到，我就射到碗里，然后赶紧跑。

J 01:11:44  
真的吗？

Q 01:11:49  
真的好噎，因为蛋清这两个口感差太多了，蛋清很顺滑，然后甚至可以蘸点酱油，蛋黄就没什么味道，甚至那个味道还不好。但是如果蛋黄焗南瓜什么还有啥？蛋黄焗南瓜就蛋黄类的菜，就感觉很好吃。

J 01:12:11  
那蛋黄焗南瓜是什么？

Q 01:12:14  
一道菜，就是学校里的食堂会有，南瓜切成条，外面裹上蛋黄，然后炸一下。

J 01:12:22  
炸蛋黄它是像蛋黄液是蛋液是吧？然后再裹一点还是。

Q 01:12:30  
这么说有点，我觉得可能像是那种咸鸭蛋的蛋黄，然后它是那种脆的颗粒。

J 01:12:39  
我还真的没看过。

Q 01:12:42  
我搜一下，看有没有。

J 01:12:46  
好，谢谢。这个我还不知道。南瓜裹着这个然后去炸，你说是吗？

Q 01:12:54  
对是的。我给你截个图。

J 01:13:11  
好谢谢。

Q 01:13:13  
谢谢等一下，这个一下了。

J 01:13:18  
我还真的没看过蛋黄焗南瓜，他是拿去焗，有奶吗有起司吗？

Q 01:13:32  
没有，就还是炸的

J 01:13:37  
那蛮酷的，然后你说食堂里面会有是吗？

Q 01:13:42  
食堂里面。学校，或者说学校的那些餐厅点菜的那种。

J 01:13:50  
所以你在学校的时候三餐都是在食堂吃是吗？（Q：嗯）食堂他的，你不会觉得吃腻之类的吗？

Q 01:14:00  
学校也有好几个食堂，然后有一些也有小，学校那些小吃，比如说云吞，然后什么的这种风味餐厅。

J 01:14:15  
选择还蛮多的了。

Q 01:14:16  
还算行。

J 01:14:18  
然后你觉得在食堂会吃的，有可能有鸡蛋的鸡蛋的菜会比较多。你会在食堂也会吃像面，就是你平常煮的这些像面来加荷包蛋之类的吗？

Q 01:14:31  
也会，但是面里面加荷包蛋的不多，水煮蛋有，就像那种茶叶蛋。

J 01:14:38  
茶叶蛋你吃吗？

Q 01:14:40  
我茶叶蛋吃啊，而且茶叶蛋的蛋黄就不噎了，可能是我，这个不是好习惯，要改。

J 01:14:47  
可是你可能小时候就养成了一个习惯，或者是有点。对，有回避，对有阴影了，

Q 01:14:58  
是的是的。

J 01:14:59  
所以水煮蛋不会吃，煎蛋也不会吗？或者是。

Q 01:15:04  
你说在家里？

J 01:15:07  
对你在家里煮的时候。

Q 01:15:10  
煎蛋好像也不多，因为他微波炉做出来的跟煎蛋饼差不多。

J 01:15:20  
还可以省下来一个锅是吗？

Q 01:15:23  
还不用烧油。

J 01:15:26  
太厉害了，也是，所以煎蛋，然后荷包蛋的话你们就是水煮的这种了，是吧？

Q 01:15:33  
对，就是这种年轻学生党真的不是很正常。

J 01:15:40  
你男朋友也是学生吗？还是？

Q 01:15:44  
男朋友刚毕业，毕了业之后没有特别着急找工作那种。

J 01:15:49  
所以他现在还没有在找工作吗？还是？

Q 01:15:53  
对，他准备不是要回家一趟，但是某种程度上，刚才那个原因是不是因为大家有些人是需要北京户口，然后我们保研也只有那个阶段，可能如果不像我们一样一直在内地的话，其实有些，或者说可能有一些其他的渠道也可以，实际上他也不需要北京户口，然后也不用也没有档案，然后也没有就那种压力，如果爸妈都不催，我感觉可能国外或者是港澳台的爸妈是不是更，可能经济条件就是那边毕竟是发展的更早一点，然后大家可能真的会注定注重说你快乐，你开心你做你想要的就好，也不一定非要满足世俗的这些，社会的这些压力，可能爸妈也比较看得开

J 01:16:51  
对，我觉得有可能的确对，可是也要看情况了，也不是说对我知道在台湾在香港也有像亲戚好友，亲戚朋友他们也是家里可能压力会比较大一点，因而因人而异也是。对，看情况。

Q 01:17:12  
可能是。

J 01:17:12  
也是对。

Q 01:17:14  
如果我是他应该没有勇气就是硕士毕业之后，然后也不工作就先待着，先准备回家，

J 01:17:25  
那很好，都可以准备回家，对，其实现在隔离只是3+4而已。对回台湾简单，然后但是要回内地就难了。

Q 01:17:35  
3+4是三天，酒店再居家吗？

J 01:17:41  
没有3天居家4天自主，所以基本上你自主就可以出门了，对。

Q 01:17:47  
所以其实只在家待三天。然后，而且这三天是不是可以有同住的人？

J 01:17:52  
我不太现在好像因为那时候我记得是说好像你需要一一一人一户这样子，好像最好是不要不能由其他人一起住。对，如果你家里就是不符合这个条件，你就可以住酒店。可是他的酒店应该费用我是没有真的认真去看过，但是我觉得应该也还可以，而且是3天总比7天好，所以3天我觉得还是能够接受的，然后你第四天你就可以出来了。

虽然说他们说自主隔离是最好，不要去像对什么电影院什么餐厅剧集这样子，最好不要，但是其实他也不会关注，所以差不多那4天就出来了，就看了个电影。

Q 01:18:40  
但是台湾其实疫情都有点严重。

J 01:18:43  
我感觉他对他严重是严重，他它是不比较像国外了，虽然说它的阳性的。

它的阳性多，但是政策不会说去限制就是他们的活动还有自由这样子。

Q 01:19:02  
我男朋友觉得他他想回去小吃，但是奶奶在家里他感觉没有办法4处走，因为如果他自己养了，对家里的老年人来说其实危险蛮大的。

J 01:19:16  
对，他是跟奶奶他这样子。

Q 01:19:20  
对，他是妈妈奶奶，然后他哥哥一起住，所以。

J 01:19:27  
其实还好戴口罩，反正在外面就是戴口罩，然后可能堂食就少一点。然后其实也对啦，自己有点意识，我觉得就好一点点了。

Q 01:19:43  
如果羊了也可以出去吃饭吗？

J 01:19:46  
羊了好像是要隔离的，就是你要不对他是但是它隔离不是说集中隔离，不是说方舱这种居家，然后7天这样子。

Q 01:19:58  
对好了就可以再出来了，对。简单。

J 01:20:05  
很多好吗？而且至少他还会管一下，在国外就真的是你娘了，你随便你要去工作也没人管你。

当然了他们会提他会recommend，他会提，他说他建议你呆在家里，但是因为他们没有那种他的政策，他怎么说他就不会去限制你的一个活动自由，他就觉得这是底线了，所以就不会去做这样子的事情，所以当然了养了他们就说你就待在家里，然后其实大家也会有意识了，比如说老年人或者是本来就有一些疾病的人，当时还是会有意识说我自己还是待在家里，待个几天待到我就是因为为止。

然后。

说话人3 01:20:58  
所以。

J 01:21:01  
但是对所以才那么多，所以才会有那么多case，所以才会一直报，可是报了以后，其实你真的养了大部分的人，其实都是发个烧就好了，因为我也养过我。

说话人4 01:21:17  
也。

Q 01:21:19  
在加拿大吗？

J 01:21:21  
我好像不是，我在我在英国没事，我在加拿大没事，我在上海没事。

说话人4 01:21:28  
结果我在台湾。

J 01:21:33  
而且我在台湾是在隔离期间，你知道吗？因为隔离那个时候我是四五月份回去不对？对5月份回去的时候，那时候是7天好像是7+3还是什么的，然后7天居家，然后3天自主这样，然后我是那7天的好像第五天阳了，然后想说从哪里来的。

Q 01:21:56  
对很奇怪是不是？

我觉得楼上。

J 01:22:01  
楼下不可能，我觉得楼上楼下那种这个理论我觉得太不可能了，这个病毒没有那么厉害，所以我觉得有可能的可能外卖，因为我们是有点外卖，就不知道说外卖是不是有些细，它的病毒会不会可能厨房有什么关系。

然后第二个就是机场的时候，我只是反应比较可能它的病毒可能滋生的比较慢一点，我在机场对在检验或者是怎么样过的时候没有注意到，但是我觉得就很奇怪，而且真的很奇怪，因为那时候我去跟我姐一起回去的，我跟他是一起住，他完全没有事情，

Q 01:22:42  
他没有。

J 01:22:47  
不知道是因为他之前养过还是怎么样，我也不知道他之前他自己至少他是无症状，所以也不知道是不是真的杨过，但是他就从来没有过症状了，但是有可能之前我也不知道在哪里的时候可能会有过改过，没有检测出来。

对。

Q 01:23:04  
它其实就是发，但其实痒了，也就是发烧，然后喝点热水。

J 01:23:10  
其实就是发烧，我就发个两我是烧了两天一天比较严重，就真的是卧床不起这样子，第二天就稍微有点晕的，然后第三天就基本上没什么事了，我好像有咳嗽个两天后来，但是其实一周内其实基本上就康复了。

说话人6 01:23:29  
对温度。

Q 01:23:30  
很高吗？

发烧的话。

J 01:23:32  
我那时候刚开始我就慢慢觉得说它在越来越高，就39好像有到40度。

说话人6 01:23:39  
然后。

J 01:23:41  
可是对那时候我姐姐就说你还是吃个退烧药，然后我就吃了，所以我后面就稍微有点波动，就是39 38。

说话人6 01:23:50  
然后好像。

J 01:23:51  
慢慢好了，然后在39，然后在38 37这样子，所以越有是感冒料，所以就一直往上往下。

但最后其实也没有说真的很严重，就有点没什么食欲，然后就睡着，然后其实我觉得那时候因为那时候其实我觉得压力也比较大了，有一些事情发生了，然后。

说话人6 01:24:14  
所以可能。

J 01:24:15  
也有那个因素，就觉得说自己还是多休息一下比较好，就不会想那么多，对要做什么事或怎么样，也是一个休息的理由。

Q 01:24:27  
因为。

J 01:24:28  
对，但是其实当然还好，是我觉得你男朋友不用太担心了。