



当年人满为患的Costco



新开业的山姆相对井井有条

两家卖场，我局都在第一时间发来了前方报道。如果说当年的热度有冲动消费的成分在里面，那么如今早已趋于理智，于是，在两家都面临需要续卡时，我局又分别去做过重访、重测，最后留下了山姆的会员卡，而暂停了Costco的（有兴趣的，公众号内搜索关键词就能找到）。

这类超市，最核心的竞争力在于自营品牌，从口味、品质、性价比来说，大多都是市面上同类产品中的佼佼者，会员卡的价值，也就体现在此。



而以下入选的，是本花总结了之前我局几次真金白银的测评好评款，再经过一一对照的真·同厂货。当然，即便**出自同厂**，生产要求也可能会有有一定差异，本文初衷只为为方便没有开卡、不便前往，或者只想买小规格商品的粉丝们，还请理性取阅。

注：本文不含任何商业推广，请放心食用。



淘口令：03 ¥ VMst2gCotEn ¥ /

猜测对应MM凝态酪乳（42.8元/125g*8瓶），山姆买倒还便宜些。



生牛乳含量 $\geq 85\%$ （同MM凝态酪乳），靠稀奶油以及一点点明胶和果胶补足，甜但克制。配方不能跟希腊酸奶比，但是它既然那么火，也还是有可取之处的吧。

牧场酪乳

59.8元/ 100g*8杯

推荐指数：★★★★★



和上一款发酵乳相比，生牛乳含量 $\geq 80\%$ ，降低了5%生牛乳含量，但提高了稀奶油含量，每100g脂肪含量达到了7g。勺子下去挖一勺，像撬起了一块豆腐砖，而不是酸奶。



淘口令：09¥Wpwa2gCoT40¥/



椰味和酸奶竟能这么合拍，前提是酸奶得足够柔纯，味道不仅没有攻击性还要清甜。结合在一起倒有点像红极一时的甜品——“椰丝小方”了，不，比椰丝小方还粘嘴，服帖得不行。

如果想要发掘更多好喝酸奶，
可以查看我们这篇酸奶测评，还是有不少比上面几款更优秀的。



淘口令：29 ¥ 8CrN2gCRWzr ¥ /

不会有人还不知道，巴西松子并不来自巴西，而是巴基斯坦以西（阿富汗）的松子。入口有一股清新的松香，口味相当干净。



美味来源于松子本味，油脂不太明显，也无额外调味；这里就分为两派，喜欢重油的会觉得它过于清淡，而喜欢清淡的则觉得它至纯至美。



已下架

酥皮干爽，起酥层数多，层层柔软；外层酥皮，中间麻薯，内里咸蛋黄，层次分明；表面感受不到油，但水分刚刚好，吃着不干，透着口新鲜，在网购蛋黄酥里算口感好的。



麻薯占比不小，还分为两层，一层黄，一层白，但是口感软糯，甜度控制得不突兀，不光是砂糖甜，还有椰子味，喜欢麻薯的不会觉得它过多。



总体来说是颗好吃的酥点，但如果把重点放在蛋黄上可能会失望。

小胡鸭 精品辣鸭舌

79.9元/250g

VS

MM香辣鸭舌

88元/ 230g

推荐指数：★★★★



干干净净的独立包装，撕开每个里面都是明明白白的一舌两“耳”。



真空熟食自然是煮制到骨头也酥的程度，外层包裹着薄薄的肉冻，吃起来毫无异味，酥嫩入味。最大的优势在于它的调味,早在之前的淘宝土特零食测评中，小胡鸭的调味就备受我局好评，它家的香辣并不太辣，带甜，多吃也不咸不油，同为湖北特产，个人认为胜过周黑鸭，追剧解闷非常友好，看来山姆选品在这点上和我口味相通。

十三姨南枣核桃糕片

29.8元/300g

VS

MM南枣核桃糕

43.8元/500g

推荐指数：★★★★★



和很多别家宛如“糖浆膏”一样的核桃枣糕不同，这家的入口入鼻首当其冲的都是清香的坚果味，胶糯紧实但不粘腻，口中余留的也多是核桃的烘焙香气。



也难怪，枣泥入膏体，核桃肉眼可见的高存在感，甜度依附于枣泥，甜得有理有据。



淘口令：19¥Ak0G2gCSphA¥/





珠海溢兴这家供应商也是老牌子了，盒马家的黄油蛋卷（68元/454g）也是由它家生产的，两大超市的共同选择，必然有过人之处，价格上还是直接买添宝的划算。

丹夫格乐华夫饼黄油味

68.9元/1220g

VS

MM黄油华夫饼

49.8元/1020g

推荐指数：★★★★☆



唯一需要注意的是需要拆袋立刻享用，稍微在空气中暴露一会，水分蒸发，体验会断崖式下降，没有了空气感口感的美化，就只沦为了一块尴尬的僵硬甜饼而已。

真美花蜜烤肉片 蜜汁味

19.9元/78g

VS

MM猪肉铺

88元/500g

推荐指数：★★★★★



而当我抱着“这供应商不太行吧”的预设解锁了原厂，却大为惊喜。“原版”猪肉铺晶莹剔透，也硬，但兼具糯和厚，加上厚刷一层蜜汁，有着如同胶质般的口感。



蜜汁调味适中，甜，但还是在和肉鲜相称的甜，外加些许烟熏味，吃完嘴里也不咸不腻。只是“原版”的价格倒是比山姆价格贵了许多，不过依旧值得推荐。

科尔沁风干牛肉+麻辣牛肉+卤汁牛肉

89元/ 250g+19.9元+105g+19.9元/105g

VS

MM犇牛礼包

129元/200g+200g+200g

推荐指数：★★★★☆



虽是风干，但并不会太干，保持着横向咬断也轻轻松松的湿度和嫩度。嚼着嚼着，齿间能感受到肉汁沁出，调味很像未加调料的纯牛肉高汤，牛肉独有的鲜味相当显著。



在我看来，科尔沁家的风干牛肉一直是同类中的佼佼者，虽然不知道山姆因为什么换掉了它，但不影响它继续是我心目中风干牛肉的白月光。



麻辣牛肉中规中矩，胜在肉质紧实，吃得出是原切肉，而非碎肉压制；调味虽然没有太大亮点，但不过咸，辛香料也没有太复杂，适合大众口味。



卤汁牛肉就不太行，肉冻占比多了些，而且口感不行，黏黏的；调味奇怪，咸、酸，还带点微酸，吃起来表面又很油，加上酥粉的口感，不放心的还以为是变质了，不推荐。

纯粒源NFC鲜榨玉米汁

58元/ 250ml*10

VS

MM鲜榨玉米汁

138元/ 300g*24瓶

推荐指数：★★★★



非常自然的甜玉米味，口味和直接嚼鲜甜多汁的甜玉米没太大区别，能感受到玉米肉研磨后沙沙的固体质地，但渣是没有的；喝一口倒吸一口气，有浓烈的玉米香。



- 冷冻速食 -

朕宅日式蒲烧鳗鱼

139元/500g或任选两件188元

VS

MM蒲烧鳗鱼

67.9元/ 1pc (400g)

推荐指数：★★★★☆



淘宝上名为“东源烤鳗”的蒲烧鳗鱼

但正当本花喜滋滋地以为找到“平替”之时，才发现被“坑”了一把，淘宝标题上的品名同样叫烤鳗，结果收到的是蒲烧“鲰鳗”，百度上没有“鲰鳗”这个词条，但没猜错的话就是海鳗的意思，和我们包邮区吃的鳗鲞是同一种鳗鱼，看肉质就知道。



虽然明知鳗鱼并非越大越好，太大的鳗鱼，肉质反而会偏老，但这等肉的厚度，光是看就能勾出馋虫。



鱼肉确实偏紧实了一些，但可以接受，吃得就是一口“狼吞虎咽”，心满意足，全家分享都妥妥够吃，轻松实现蒲烧鳗鱼自由。

海霸王正宗台湾风味香肠

49.8元/268g

VS

MM台湾风味香肠

56.7元/ 536g

推荐指数：★★★



当然，肥肉占比提高也有好处，汁水蛮足，咬一下就能感到热乎乎的汁水溅在嘴里，脆甜的台式香肠，哪有不爱的道理！



淘口令：77¥3gKY2gCNqJN¥/

肠衣脆弹是它最大的优点，梦回小时候爱吃的网袋装亲亲肠，一口“爆衣”的快感，牙齿知道，舌头知道。



淀粉感也有点重，总体一般，胜在价格。其实中粮万威客和许多超市都有合作，可以留意一下。

中粮万威客精选切片火腿

18.8元/ 150g

VS

MM精制后腿火腿切片

32.8元/ 300g

推荐指数：★★★★☆



淘口令：48¥ pp2z2gC8qYU¥ /

感谢盒马让我们又挖到一款超赞的午餐肉。美好，就是那个做小酥肉的美好，做起午餐肉感觉也是信手拈来，这款的猪肉添加量 90%。



午餐肉嘛，当然是煎着吃最好吃，而由于本真的调味，可塑性也很强，简单做个三明治，健康鲜香就能羡煞旁人。价格上，直接买盒马的更加划算；也可蹲蹲美好宝藏小猪的活动和折扣。

一食当家老上海大红肠

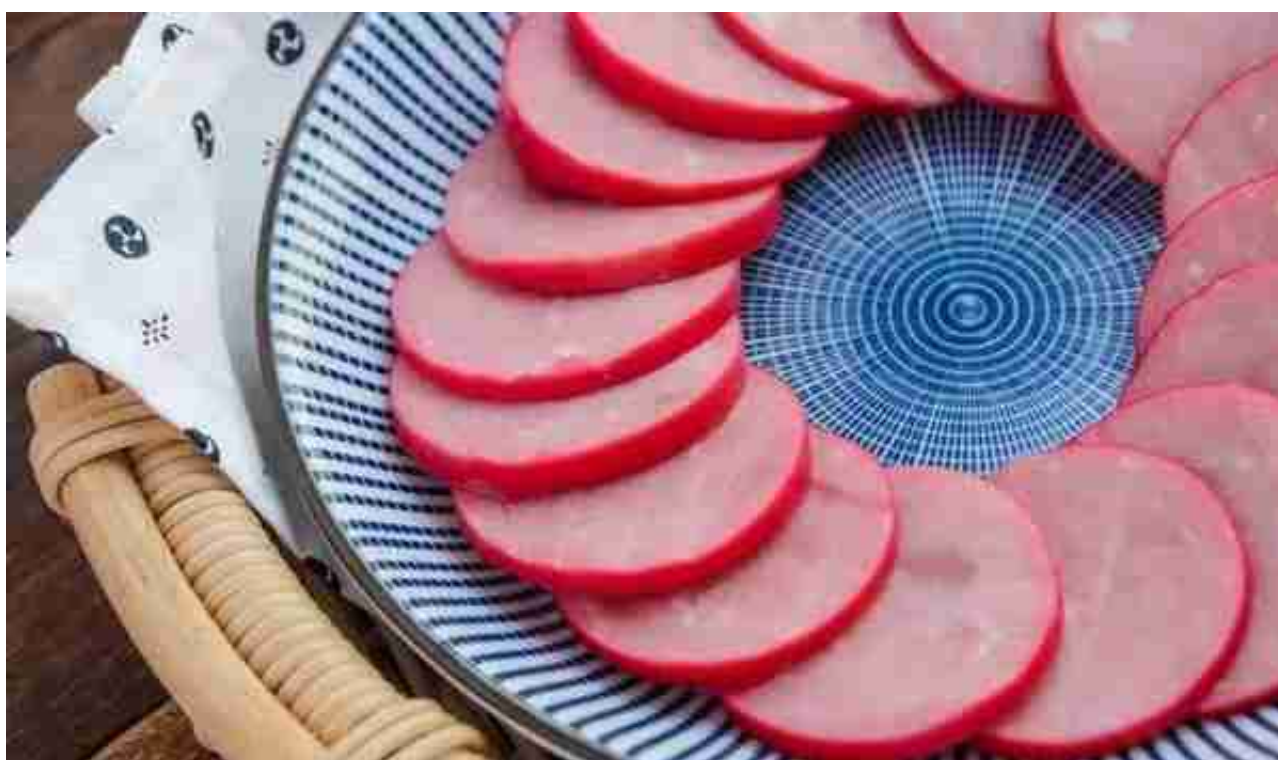
59.9元/300g*2

VS

盒马工坊大红肠

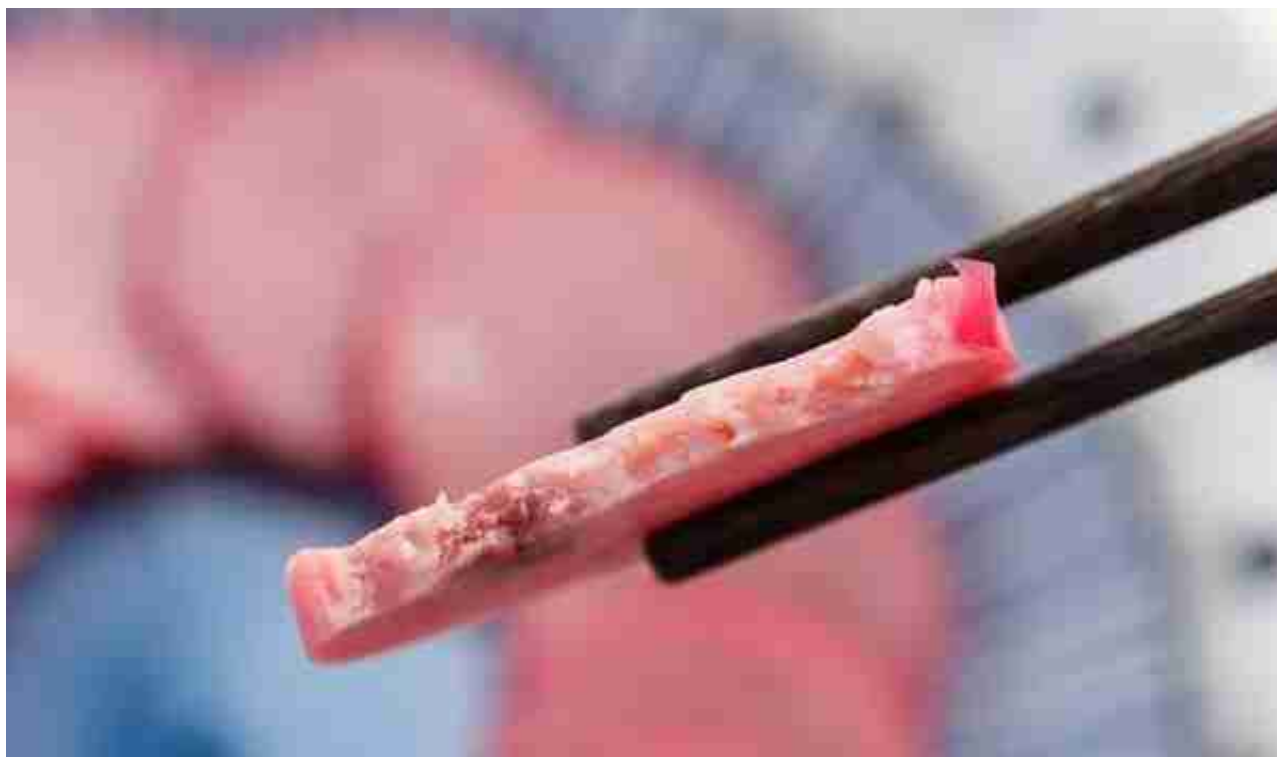
15.8元/ 300g

推荐指数：★★★★☆



自从山林牛蒡大红肠占领了红肠界的舆论至高点以后，多了不少东施效颦的尴尬作品，一些带着古怪香料味红肠防不胜防，但“一食”可以说是还了红肠界

一片肉香净土。



肉质和调味都很不错，能嚼到一些弹牙的肉粒，作为红肠也别无他求了。价格同样是在盒马直接买划算。

一食当家麻鸭八宝鸭礼盒

238元/1.58kg (其中八宝鸭1kg)

VS

八宝鸭

79元/1000g

推荐指数：★★★★☆



用的是麻鸭，精干但不妨碍它肥瘦分布均匀，肉质软嫩。





唯一的遗憾是目前一食旗舰店里，这只利给尔生产的麻鸭八宝鸭只能在礼盒里购买，没有单卖，想要尝试美味还得“捆绑”几道小菜，颇为不便。

沪食红烧山羊肉

99元/ 360g

VS

崇明味道红烧山羊肉

49.9元/ 360g

推荐指数：★★★★☆



酥嫩到几乎脱骨，外皮满满当当的胶原蛋白，漂亮得拢成一朵花，糯但有弹性，并非入口即化的软烂。



已下架

这个我真的无法拒绝，开盖那股柚子香相当高级，简直不输法国香水，喝上一口，口中也会余留一段时间的香水味，不是柚子汁，是小仙女喝的露水，简直飘飘欲仙。单凭这个“百万调香”，就足以隐藏它的一切缺点。



对于盒马能把柚香谷原来小贵的价格压到一个牛奶这么低，我倍感受用。

兰格格 天边的额吉 内蒙古原味酸奶

64.9元/ 400g*4

VS

盒马草原纯酸奶

16.8元/ 450g

推荐指数：★★★★☆



与其说是酸奶，跟像是一块奶糕，400g大容量，再加上麦片谷物包，对我来说是可以吃饱的。



不比不知道，其实但就品质和价格来说，会员超市还是有其作用的，远不是某红薯上大家认为的贴牌低价卖高价，很多定制产品甚至比原厂自有品牌卖得更便宜——也就是说，并不一定是山姆/盒马平替，反而有可能是贵替呢。

而究竟是超市品牌货，还是供应商自有品牌更适合你，也无法一概而论，每件商品都有自己的情况，价格还请自行比对（毕竟类似山姆这样的会员制超市，还要考虑会员费）。

仅从口味来说和方便购买来说，以下供应商推荐清单请收好：

