

XFUN
吃货俱乐部

XFun吃货俱乐部 著

XFUN吃货 俱乐部之 泰国美食记

网络人气第一的旅行美食节目

《XFun吃货俱乐部》

带你绕着地球吃！

好玩不好玩，

好吃不好吃，讲真话！

制作考究，
从不摆拍！
注重体验！
玩得独特，
还很划算！
详细的旅行攻略，
轻松出境游！



电子工业出版社

http://www.phei.com.cn

XFun吃货俱乐部 著

XFUN 吃货 俱乐部之 泰国美食记



电子工业出版社

Publishing House of Electronics Industry

北京·BEIJING

未经许可，不得以任何方式复制或抄袭本书之部分或全部内容。
版权所有，侵权必究。

图书在版编目（CIP）数据

XFun吃货俱乐部之泰国美食记 / XFun吃货俱乐部著. —北京：电子工业出版社，2014.8

ISBN 978-7-121-23626-6

I. ①X… II. ①X… III. ①旅游指南—泰国 IV. ①K933.69

中国版本图书馆CIP数据核字（2014）第137849号

策划编辑：白 兰

责任编辑：张 轶

印 刷：中国电影出版社印刷厂

装 订：中国电影出版社印刷厂

出版发行：电子工业出版社

北京市海淀区万寿路173信箱 邮编：100036

开 本：880×1230 1/32 印张：6 字数：123千字

版 次：2014年8月第1版

印 次：2014年8月第3次印刷

定 价：29.80元

凡所购买电子工业出版社图书有缺损问题，请向购买书店调换。若书店售缺，请与本社发行部联系，联系及邮购电话：（010）88254888。

质量投诉请发邮件至zltts@phei.com.cn，盗版侵权举报请发邮件至dbqq@phei.com.cn。

服务热线：（010）88258888。

目录

前言: XFun 吃货俱乐部出书啦! 4

推荐序

邓家佳、大左 6

周觅、戴以戎 9

自序: 旅行, 从美食开始 10

XFun 吃货俱乐部成员介绍 12

出发之前 15

十天九夜泰国美食记

曼谷 27

第一天 Bangkok 在泼水节“湿”意行走 28

(机场攻略、卧佛寺、前宫廷御厨餐厅、大皇宫、豪华游轮上的晚餐)

第二天 Mae Klong Market 美空铁路市场 56

(美空铁路市场、丹嫩沙朵水上市场、建兴酒家)

第三天 Mae Varee 曼谷最好吃的芒果饭 76

(曼谷购物商圈、Seafood market&restaurant 海鲜市场餐厅、不经意米粉店)

第四天 Bungsamran fishing Resort 班萨姆然钓鱼度假村 94

(班萨姆然钓鱼度假村、Soi La Lai Sap 市场、说说而已的红灯区、“安全套”餐厅)

第五天 Chatuchak 周末市场 114

(周末市场、尚巴修寺庙、四面佛、华南蓬火车站、银都鱼翅酒楼)

大口吃!!



清迈 127

第一天 坐火车去清迈 128

(租辆车游清迈、老奶奶的香肠香、Mango Tango 明星芒果甜品屋)

第二天 逛寺庙 138

(PunPun Orangnic 素食餐厅、寻找 PunPun 有机农场)

第三天 那一年邓丽君住在美萍 144

(皇家美萍酒店、阁楼餐厅、四季酒店的下午茶、马路边的香蕉煎饼奶奶)

第四天 “女汉子” 的泰拳时光 158

(嚣张得只在中午营业的餐厅 Sailomjoy、住在树上的美好时光、分裂症餐厅 Heuan Phen)

第五天 大象学校 174

(清迈湄沙大象训练学校、瀑布餐厅 Huen Huay Keaw、清迈大学半山腰餐吧)



粉丝微博留言摘录 185

感谢 187

后记：美食，是下一次再来的理由 188

吃货们去哪儿了？(XFun 吃货俱乐部去过的国家和地区) 190



XFun吃货俱乐部 著

XFUN 吃货 俱乐部之 泰国美食记



电子工业出版社

Publishing House of Electronics Industry

北京·BEIJING

目录

前言: XFun 吃货俱乐部出书啦! 4

推荐序

邓家佳、大左 6

周觅、戴以戎 9

自序: 旅行, 从美食开始 10

XFun 吃货俱乐部成员介绍 12

出发之前 15

十天九夜泰国美食记

曼谷 27

第一天 Bangkok 在泼水节“湿”意行走 28
(机场攻略、卧佛寺、前宫廷御厨餐厅、大皇宫、豪华游轮上的晚餐)

第二天 Mae Klong Market 美空铁路市场 56
(美空铁路市场、丹嫩沙朵水上市场、建兴酒家)

第三天 Mae Varee 曼谷最好吃的芒果饭 76
(曼谷购物商圈、Seafood market&restaurant 海鲜市场餐厅、不经意米粉店)

第四天 Bungsamran fishing Resort 班萨姆然钓鱼度假村 94
(班萨姆然钓鱼度假村、Soi La Lai Sap 市场、说说而已的红灯区、“安全套”餐厅)

第五天 Chatuchak 周末市场 114
(周末市场、尚巴修寺庙、四面佛、华南蓬火车站、银都鱼翅酒楼)



第一天 坐火车去清迈 128

(租辆车游清迈、老奶奶的香肠香、Mango Tango 明星芒果甜品屋)

第二天 逛寺庙 138

(PunPun Orangnic 素食餐厅、寻找 PunPun 有机农场)

第三天 那一年邓丽君住在美萍 144

(皇家美萍酒店、阁楼餐厅、四季酒店的下午茶、马路边的香蕉煎饼奶奶)

第四天 “女汉子” 的泰拳时光 158

(嚣张得只在中午营业的餐厅 Sailomjoy、住在树上的美好时光、分裂症餐厅 Heuan Phen)

第五天 大象学校 174

(清迈湄沙大象训练学校、瀑布餐厅 Huen Huay Keaw、清迈大学半山腰餐吧)

粉丝微博留言摘录 185

感谢 187

后记: 美食, 是下一次再来的理由 188

吃货们去哪儿了? (XFun 吃货俱乐部去过的国家和地区) 190



前言: XFun 吃货俱乐部出书啦!

出书了!

出书了!

出书了!

抱着像是对自己支持的足球队在世界杯比赛中进球了一样的惊喜, 对着流火七月里蓝(hao)得(duo)出(wu)神(mai)的天空喊了出来。

是的, XFun 吃货俱乐部出书了! 属于吃货们的第一本旅行书, 终于上市了! 对于那些每天在节目视频后面和在微博上留言说一周一集看不过瘾, 强烈要求延长每集的时间, 强烈要求一周播出多集的广大 XFun 的可爱观众们、吃货们, 以后在焦急等待下一集播出的时间里, 你们又有了一个新的看头咯! ——《XFun 吃货俱乐部》系列旅行书!

对, 没错, 系列书! 可不只一本, 两本, 三本, 四本……

从此以后——

当你在飞机上, 火车上, 地铁上, 公交车上无聊的时候, 会有《XFun 吃货俱乐部》旅行书, 陪你一起有滋有味地度过;

当你出差在外、出国旅行不舍得用流量担心没 wifi 看不到节目的时候, 会有《XFun 吃货俱乐部》旅行书, 对你不离不弃;

当你不管是独自旅行还是结伴出游想看攻略的时候, 会有《XFun 吃货俱乐部》旅行书, 给你指引出最超值的美食方向;

当你即使已经周周盯着视频等着更新就差舔屏的时候, 会有《XFun 吃货俱乐部》旅行书, 与你一起度过虽然难熬却值得等待的美好时光。

好啦, 《XFun 吃货俱乐部》出书了, 没错!

这是《XFun 吃货俱乐部》系列旅行书的第一本: 《XFun 吃货俱乐部之泰国美食记》。

皇宫御厨餐厅, 安全套餐厅, 阁楼餐厅, 瀑布餐厅, 老奶奶香肠, ……还有最好吃的芒果饭, 吃不腻的米粉, 以及一幕幕让你们难以忘怀的肆无忌惮的

“萌呆吃货”Jason 和“屌丝女”孙夏的百变吃相等等，还有印象吗？还想得起来吗？

没关系，不重要！

翻开书，跟着 Jason 和孙夏再来一次畅快淋漓的泰国美食之旅吧！

吃货有话说：



JASON
刘雨鑫

不要同时对我讲两件事，
我会呆掉！要不不停地讲
美食，我才会更萌哟！



孙夏

孙夏：喜欢我和喜欢“黑”我
的吃货朋友们，不要挠书哦！
——一本不够，来它五本！



摄像师傅

在书里也要记得帮我打
上马赛克哈！



林愁豆

不要问我拿到书的第一秒钟我
会做什么！当然是要和书先来
个自拍啊！不过作为弗兰人
（湖南人）的我，普通话不好，
请多多子（指）教。



助理小强

哇，好棒哦！



曹小胖

这一本我就出现了两次哦！
哼，不开心！（傲娇状）

推荐序

邓家佳

内地知名女星，《爱情公寓》唐悠悠扮演者。



《XFun 吃货俱乐部》出书了！听到这个消息，真是不知道这个逆天的节目还要干嘛？

一次在机场偶遇大学好友车车，记忆中的他总是那个有着文艺电影里忧郁气质和成都街头飘着的麻辣味道相结合的奇人。那时他常会在有阳光有飘窗的琴房给大家弹一首《红豆》，就在大家都觉得他就是岩井俊二电影《情书》里花样美男藤井树的原型时，他一定会拉我们去吃水煮鱼，就着香菜都要吃掉两碗米饭，吃完还要优雅地擦掉嘴角的一滴浮油。这次相遇，他做了摄影加导演，录美食节目，这倒不意外，但总感觉应该会用王家卫的台词来解说黄瓜，但没想到被两位可爱的主持人完全废了武功。初次见到 Jason 和孙夏，两人的自来熟实在让人乱了方向，直接劫了我的货，上了我的车，开到了我的店，喝了香樟湖火锅。Jason 擅于呆萌，孙夏不怕自黑，能吃能玩，虽不太讲理，但只要和这几个吃货在一起，生活都变得美好了。

没错，《XFun 吃货俱乐部》就是这样一个让你会更加热爱生活的节目。这里没有名嘴美食家的指手划脚，有的是情感和趣味，对食材，对烹饪者都投入新奇和热情。看着这些“活宝”在全世界找着好吃的，他们可以在泰国的路边小摊畅快淋漓，也可以在维也纳的高级餐厅优雅有礼，可以望着马尔代夫的星空说晚安，也可以在地中海的阳光下苏醒。看了节目后，总在不断地提醒我们，世界上还有那么多美丽的地方没去过，还有那么多好吃的在等待我们，哪还有时间来怀疑人生呢？

要求了好多次参加《XFun 吃货俱乐部》的旅行，多次贿赂导演也没有给我这个老同学面子。据说你们这是系列书，就想看看要出到多少本的时候才能带我去玩呢？！

衣带渐紧终不悔
吃完记得擦擦嘴
一路美景收不尽
各种滋味千百回
吃货之路，任重道远。加油！

大左

光线传媒当家男主持，国民男闺蜜，影视歌主持全能明星。



他们说：“帮我们写个序吧！”

我说：“找抽呢吧？”

他们真的很找抽。“XFun 吃货俱乐部”的每个人，每天都在吃喝、旅游。朋友圈的照片从年头晒到年尾。当你一次又一次地拉黑他们之后，又忍不住偷偷再看一眼。更过分的是，现在他们出书了，还要我来写序！

写吧！我想“黑”一下你们可以吗？

Jason 以前是个可爱的白胖子，他喜欢做主持人，声音很好听。我一度觉得他应该找个好姐姐把自己嫁了，当个小老板多好！但是他热爱旅游和吃，于是很 Man 的非要做个节目玩，没想到玩上瘾了。不过后来他越来越帅了，我只能说他是吃出来的。

摄像马赛克师傅更奇葩（我先小声在括弧里说一下他以前是干幕前的）。他

推荐序

唱歌跳舞演戏样样都会，但是就是愿意干摄像，时不时还管管后期。如果要问他有什么不可以，那就是不可以被人发现他是大明星。所以他默默地当起了“马赛克”，结果，他就越来越像马赛克了。每次当他问我他胖了吗？我都会刻意低下头，用梁朝伟的眼神看着他说：“你不胖，但是够了。”

其实孙夏我不熟，但是好朋友们跟我说了很多次她。私底下，我也知道她的一个秘密，不过其实你们也都知道。这个秘密就是：她其实是个男的！！！！

林憨豆先生更不熟，但是他是处女座。我怕我不提的话，以后会有不测。

写到这里，我真的不确定这个序还能不能登出来了。

那说点能说的吧！我真的是太爱泰国了！！！！

以前，我对泰国的印象就是“萨瓦迪卡”和“人妖”。后来我才知道，就像大家说的那样，我果然比较肤浅。美食是第一个要提的。每次去我都吃得快撑爆了，但是还是很便宜。并且，便宜的惊人。一定有人问我为什么吃不胖，我的理解是，那里是热带国家，新陈代谢飞快，所以很难看见胖子。也许，你也可以在那里不仅吃撑了，而且吃瘦了。

至于怎么说才能让你们心动，我真的不确定。我可以确定的是，书里介绍的每一家餐馆都好吃。因为他们这个来自祖国东北西北东南西南的团队，嘴一定刁的不得了。不给力不好吃，他们都不好意思说。再说了，泰国随便一个路边摊，都好吃。所以，去吃吧！我再多说就成职业托儿了。

以上就是我的序。记得今晚7点，拿着书到机场来找我。我是那个穿着白衬衫的“骚年”，看到了请说一句“萨(ben)瓦(ren)迪(hao)卡(shuai)”哦！

周觅

韩国男子偶像天团 Super Junior-M 中的中国成员
(XFun 韩国特辑第一集中的韩国男星揭秘)



2008 年因为参加广播节目认识了这个爱笑的男生刘雨鑫，两年前最后一次见面时他正在韩国筹备自己的节目。一直有着一股冲劲和勇气做着自己喜欢的东西。现在，他要出书了，介绍的地方是我本人很喜欢的泰国，读过之后我相信，作为对美食和旅行很有自己见解的他可以以一种新鲜的方式向大家介绍这个美丽的地方。对于我这半个泰国通来说，书里很多地方都是我也想去的地方！现在就开始你的泰国美食记吧！

戴以戎

潮流国际流行音乐电台 Hit FM 创始人。



你们看到他们在镜头前悠闲地介绍美食，你们看不到他们在幕后顶着酷暑、冒着严寒，被蚂蝗叮、蚊子咬，甚至穿越过战乱，只为给大家找到最美味的佳肴；你们看到他们在镜头前大快朵颐，但不一定能体验一天吃六顿的真切感受。在镜头前他们要节食、健身，只为呈现出最美好的自己。

如今，他们用心尽力将大量出行私家 tips 结集成册，关照日后伺机上路的一众，实在是大功德！作为具有典型白羊座性格的我，是那种说走就走的行动派，有了《XFun 吃货俱乐部》的私家美食地图，只会让我变得更加有恃无恐。作为一名《XFun 吃货俱乐部》的“用户”，我想对他们最好的回报，应该是认真地享受边走边吃的幸福。

自序：旅行，从美食开始

辞职去旅行？

NO，没这个必要！

为爱走天涯？

NO，没那么矫情！

为了遇见另一个自己？

NO，这不是心灵鸡汤节目！

没那么复杂！对于 Xfun 来讲，出发，只为了美食！

美食，是旅行路上最值得期待的风景。

而那些念念不忘的风景，最终都留存在相机里，或是发布在微博、朋友圈里被人点赞。只有那些吃到了胃里的美食，你最亲切地被它们折服，温暖身心，回味无穷。于是，在旅行路上，一次又一次与拍案叫绝的美食邂逅，成了最值得期待，又最令人感到幸福的事情。

不管是你追求吃不吃得饱，也不管你是讲究吃不吃得好。美食，都有着一种令人难以抗拒的魔力。试想，旅行之时，一顿长途跋涉之后，能让人忘掉疲惫辛苦烦躁，抛却天气的阴晴风雨所带来的负面情绪的事物，能有什么？亲人的拥抱？友人的迎接？恋人的亲吻？还是服务员的周到服务？

NO，此刻，你一定不会否认，只有一顿无与伦比的美味才能拯救你。

一道又一道菜肴，散发着香气欢迎你，不论是街边的庶民小食和家常传统餐食，也不论是“高大上”得需要穿得人模人样去享用的五星级餐饮，此刻它都叫你快活似仙，返璞归真，感激不尽。

旅行，教我们学会与自己相处；食物，教我们学会与胃口相处。胃口好，心

情才好，心情好了，人生才美好！

即使撇开这些像大道理一样的想法，还记得在电影《春娇与志明》里的台词吗？“为什么他会喜欢七仔的面，虽然有点咸，肉也比较少，可是他就是喜欢。他喜欢的，在他眼中就是最好的”。

而对于吃货来讲，就是爱吃，就是喜欢吃啊！所以吃，在吃货眼中就是最好的事情。

旅行的理由真的不需要更多，一个就够，那就是——美食！

所以，让我们以美食的名义，跟着 Jason 和孙夏一起幸福出发吧！



XFUN 吃货俱乐部成员介绍

Jason 刘雨鑫

《XFun 吃货俱乐部》制作人、主持人、旅行达人、美食达人。呆萌系大胃王。作为一个追求完美的处女座，他将处女座的所有龟毛特质在节目中体现得淋漓尽致。但跟着极端追求完美的他一起旅行，那是相当省心哦！因为他就是一张不折不扣，难以抗拒的活体世界美食地图。找机票，找酒店，找美食，就找 Jason！当然，不管去哪儿住哪儿，他会告诉你，只有吃，才是最不能辜负的！



孙夏

《XFun 吃货俱乐部》主持人。“骨灰级”的女屌丝。大大咧咧，最爱尖叫，遇见好吃的完全不顾形象和表情。不管有多囧有多难堪，她一如既往地坚持她的 Natural beauty 精神。那份永远超自信的表情仿佛随时告诉你：“我就是我，我值得拥有”！天蝎座的她，一颗金刚心+一双大象腿，跟着 Jason 在近二十个国家大开食戒，练就了她对美食的乐观态度。她用切身体会告诉大家，吃货界才不需要女神呢！想吃你就大胆地吃！