星期天，我跟媽媽去沙田菜市場，因為我想減輕她媽媽的家務負擔。

過了一會兒，我們就到了沙田菜市場了。放眼望遠，四周都是不同的攤檔，例如豆品鋪、菜鋪、肉檔等等。沙田菜市場車水馬龍，就如同大象塞進冰箱一樣，十分擁擠。

跟著人們的腳步，我們來到了豆品鋪。踏進店的一瞬間，就已經感受到顧客面上的幸福了。乍眼一看，店裡的食物就已經有數十種。在眾多食品中，最出名的就是豆腐花了。豆腐花也叫豆腐腦，乃人們童年時的回憶。老闆看我可愛，就送了一杯給我吃。我聞了聞，黃豆的氣味頓時散發出來了。吃了一匙後，我的舌頭就感覺的甜味了，接著，我就狼吞虎嚥地把它吃完了。果然，豆腐花不是浪得虛名的。

離開豆品鋪，往北方前進約二十米後，就到菜鋪了。菜鋪的蔬菜應有盡有，令人目不暇給。媽媽吩咐我要買西紅柿、菠菜和茄子。西紅柿又大又紅，像個紅色的大蘋果。菠菜十分翠綠，看起來十分新鮮。茄子滑滑的，一看就知道絕對是沒加任何殺蟲劑的。買完東西後，我們就意猶未盡地回家了。

雖然菜市場的衛生程度欠佳，但是卻有很深的人

情味。相比超級市場，我認為菜市場較超級市場好，因為菜市場溫馨和熱鬧的氣氛是超級市場沒有的。我也終於知道媽媽為什麼那麼喜愛來菜市場買菜了。