

## A1.15.1 La dieta atlántica



1. ¿De qué países es típica la dieta atlántica?
  - a. De México y Perú
  - b. De España y Portugal
  - c. De Francia y Alemania
  - d. De Italia y Grecia
2. ¿Cuáles son los alimentos principales en esta dieta?
  - a. La carne y los tomates
  - b. Las patatas y los huevos
  - c. El pescado y el pan
  - d. El queso y la leche
3. ¿Qué se toma en el desayuno en un día normal?
  - a. Tomates con carne
  - b. Huevos con verduras
  - c. Merluza con patatas
  - d. Pan con queso y té
4. ¿Qué se come para la cena?
  - a. Merluza con patatas y ensalada
  - b. Queso, leche y pan
  - c. Carne con tomates
  - d. Huevos con verduras y pan

1-b 2-c 3-d 4-d

### 2. Lee el diálogo y responde a las preguntas.

**Pedro:** ¡Qué bien huele la comida hoy! ¿Qué vas a comer, Marta?

**Marta:** Merluza, como siempre, con patatas y ensalada.

**Pedro:** ¿Otra vez pescado?

**Marta:** Claro. Soy gallega y sigo la dieta atlántica.

**Pedro:** Ah, es verdad. Leí un artículo sobre esa dieta. ¿Es muy saludable, no?

**Marta:** Sí, es muy natural y con poca sal. Comemos mucho pescado y pan.

**Pedro:** ¿Y qué más coméis durante el día?

**Marta:** Para desayunar, pan con queso y té. Para la cena, huevos con verduras y pan.

**Pedro:** Suena muy sano. ¿Y comes así también aquí en Madrid?

**Marta:** Más o menos, pero aquí no hay tanto pescado y marisco fresco como en el norte.

**Pedro:** Ya, me imagino... Allí tenéis el mar al lado.

**Marta:** Sí, pero bueno. Venga, vamos a comer ya.

1. ¿Qué desayuna Marta?
  - a. Pan con queso y té
  - b. Tostada con naranja y café
  - c. Huevos con ensalada y agua
  - d. Manzana con leche y sal
2. ¿Por qué Marta dice que en Madrid no come igual que en el norte?
  - a. Porque no le gusta el pan en Madrid
  - b. Porque no hay tanto pescado y marisco fresco
  - c. Porque en Madrid solo se bebe café
  - d. Porque en el norte no hay verduras

1-a 2-b