

A1.15.1 La dieta atlántica

Le régime atlantique



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

1-b 2-d 3-a 4-b

2. Lisez le dialogue et répondez aux questions.

Marta es gallega y habla con Pedro de la dieta atlántica

Marta est galicienne et parle avec Pedro du régime atlantique

- Pedro:** ¡Qué bien huele la comida hoy! ¿Qué vas a comer, Marta? *(Comme ça sent bon la nourriture aujourd'hui ! Qu'est ce que tu vas manger, Marta ?)*
- Marta:** Merluza, como siempre, con patatas y ensalada. *(De la merluche, comme toujours, avec des pommes de terre et de la salade.)*
- Pedro:** ¿Otra vez pescado? *(Encore du poisson ?)*
- Marta:** Claro. Soy gallega y sigo la dieta atlántica. *(Bien sûr. Je suis galicienne et je suis le régime atlantique.)*
- Pedro:** Ah, es verdad. Leí un artículo sobre esa dieta. ¿Es muy saludable, no? *(Ah, c'est vrai. J'ai lu un article sur ce régime. Il est très sain, non ?)*
- Marta:** Sí, es muy natural y con poca sal. Comemos mucho pescado y pan. *(Oui, il est très naturel et peu salé. Nous mangeons beaucoup de poisson et de pain.)*
- Pedro:** ¿Y qué más coméis durante el día? *(Et qu'est ce que vous mangez d'autre pendant la journée ?)*
- Marta:** Para desayunar, pan con queso y té. Para la cena, huevos con verduras y pan. *(Au petit déjeuner, du pain avec du fromage et du thé. Pour le dîner, des œufs avec des légumes et du pain.)*
- Pedro:** Suena muy sano. ¿Y comes así también aquí en Madrid? *(Ça a l'air très sain. Et tu manges comme ça aussi ici à Madrid ?)*
- Marta:** Más o menos, pero aquí no hay tanto pescado y marisco fresco como en el norte. *(Plus ou moins, mais ici il n'y a pas autant de poisson et de fruits de mer frais que dans le nord.)*

Pedro: Ya, me imagino... Allí tenéis el mar al lado. *(Oui, je m' imagine... Là bas vous avez la mer à côté.)*

Marta: Sí, pero bueno. Venga, vamos a comer ya. *(Oui, mais bon. Allez, allons manger maintenant.)*

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

1-c 2-c