

A1.15.1 La dieta atlántica

Le régime atlantique



1. ¿De qué países es típica la dieta atlántica?
 - a. De Italia y Grecia
 - b. De España y Portugal
 - c. De México y Perú
 - d. De Francia y Alemania
2. ¿Cuáles son los alimentos principales en esta dieta?
 - a. Las patatas y los huevos
 - b. El pescado y el pan
 - c. El queso y la leche
 - d. La carne y los tomates

1-b 2-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? *(Que prend Marta au petit déjeuner ?)*
 - a. Huevos con ensalada y agua
 - b. Manzana con leche y sal
 - c. Tostada con naranja y café
 - d. Pan con queso y té

2. ¿Por qué Marta dice que en Madrid no come igual que en el norte? (*Pourquoi Marta dit elle qu'à Madrid elle ne mange pas comme dans le nord ?*)
- 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-d 2-b