

## A1.15.1 La dieta atlántica

La dieta atlantica



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

1-c 2-b

### 2. Leggi il dialogo e rispondi alle domande.

Marta es gallega y habla con Pedro de la dieta atlántica

*Marta è galiziana e parla con Pedro della dieta atlantica*

- Pedro:** ¡Qué bien huele la comida hoy! ¿Qué vas a comer, Marta? *(Che buon profumo ha il cibo oggi! Cosa mangerai, Marta?)*
- Marta:** Merluza, como siempre, con patatas y ensalada. *(Merluzzo, come sempre, con patate e insalata.)*
- Pedro:** ¿Otra vez pescado? *(Di nuovo pesce?)*
- Marta:** Claro. Soy gallega y sigo la dieta atlántica. *(Certo. Sono galiziana e seguo la dieta atlantica.)*
- Pedro:** Ah, es verdad. Leí un artículo sobre esa dieta. ¿Es muy saludable, no? *(Ah, è vero. Ho letto un articolo su quella dieta. È molto salutare, vero?)*
- Marta:** Sí, es muy natural y con poca sal. Comemos mucho pescado y pan. *(Sì, è molto naturale e con poco sale. Mangiamo molto pesce e pane.)*
- Pedro:** ¿Y qué más coméis durante el día? *(E cos'altro mangiate durante il giorno?)*
- Marta:** Para desayunar, pan con queso y té. Para la cena, huevos con verduras y pan. *(A colazione pane con formaggio e tè. Per cena, uova con verdure e pane.)*
- Pedro:** Suena muy sano. ¿Y comes así también aquí en Madrid? *(Sembra molto sano. E mangi così anche qui a Madrid?)*
- Marta:** Más o menos, pero aquí no hay tanto pescado y marisco fresco como en el norte. *(Più o meno, ma qui non c'è tanto pesce e frutti di mare freschi come al nord.)*
- Pedro:** Ya, me imagino... Allí tenéis el mar al lado. *(Già, me lo immagino... Lì avete il mare vicino.)*
- Marta:** Sí, pero bueno. Venga, vamos a comer ya. *(Sì, ma va bene. Dai, andiamo a mangiare.)*

1. ¿Qué desayuna Marta? *(Cosa fa colazione Marta?)*
  - a. Tostada con naranja y café
  - b. Manzana con leche y sal
  - c. Huevos con ensalada y agua
  - d. Pan con queso y té

2. ¿Por qué Marta dice que en Madrid no come igual que en el norte? (*Perché Marta dice che a Madrid non mangia come al 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**