

A1.20.1 Najzdrowsze warzywa

De gezondste groenten



1. Które warzywo jest podstawą kanapek na śniadanie?
 - a. Pomidory
 - b. Brokuł
 - c. Rukola
 - d. Ogórki konserwowe
2. Dlaczego osoba kupuje pomidory na promocji?
 - a. Bo są wciąż dość drogie.
 - b. Bo lubi je tylko zimą.
 - c. Bo nie trzeba ich myć.
 - d. Bo są zawsze tanie.
3. Które warzywa są proste w przygotowaniu i nie trzeba ich myć ani kroić?
 - a. Ogórki konserwowe
 - b. Pomidory
 - c. Mrożone warzywa
 - d. Rukola
4. Co mówi osoba o ogórkach konserwowych?
 - a. Maj¹ dużo soli i to duży problem.
 - b. Nie kupuje ich wcale.
 - c. Mają cukier, ale w takiej ilości to nie problem.
 - d. Są zawsze bardzo drogie.

1-c 2-a 3-c 4-c

2. Lees de dialoog en beantwoord de vragen.

Lista zakupów do rozpoczęcia diety oczyszczającej

Boodschappenlijst voor het begin van een detoxdieet

- Adam:** Cześć, kochanie! Zaczynam nową dietę detox. *(Hoi schat! Ik begin met een nieuw detoxdieet. Kun je wat groenten voor me halen?)*
Możesz mi kupić kilka warzyw?
- Joanna:** O rety. Znowu? Jakie warzywa mam kupić? *(O jee. Weer? Welke groenten moet ik halen?)*
- Adam:** Potrzebuję ogórków, papryki, pomidorów i gruszek. Wszystko świeże i BIO, pamiętaj. *(Ik heb komkommers, paprika's, tomaten en peren nodig. Alles vers en biologisch, vergeet dat niet.)*
- Joanna:** Dobrze. Kupię. *(Oké. Ik zal ze kopen.)*
- Adam:** Nie kupuj owoców! Mają za dużo cukru. *(Koop geen fruit! Daar zit te veel suiker in.)*
- Joanna:** Dobrze, rozumiem. Wyślesz mi listę zakupów SMS-em? *(Oké, ik snap het. Stuur je me de boodschappenlijst per sms?)*
- Adam:** Oczywiście, zaraz wyślę. *(Natuurlijk, ik stuur 'm zo.)*
- Joanna:** Po siłowni pójdę do supermarketu. *(Na de sportschool ga ik naar de supermarkt.)*
- Adam:** Ok. Dzięk! Pa! *(Oké. Dank je! Doeit!)*
- Joanna:** Pa! *(Doeit!)*

1. Co Joanna ma kupić w supermarkecie?
 - a. Banany, jabłka i ciastka
 - b. Ogórki, paprykę, pomidory i gruszki
 - c. Tylko owoce, bo są zdrowe
 - d. Jogurt, szynkę i sok

2. Dlaczego Adam mówi: „Nie kupuj owoców”?

a. Bo Joanna nie lubi owoców

c. Bo owoce mają za dużo cukru

b. Bo Adam chce kupić tylko ciastka

d. Bo w supermarkecie nie ma owoców

1-b 2-c