

Complete Lesson Transcript – Lesson 171 [Simplified]

Kirin: 上网学中文第一百七十一课.

大家好，我是 Kirin.

Raphael: 大家好，我是 Raphael.

Adam: And hello, I'm Adam.

Kirin: 欢迎来到台湾跟我们一起学习更进一步的中文课程. 我们今天要学的是什么呢?

Raphael: 你们还记得，最近我们教了一些跟零食有关系的课吗?

Kirin: 嗯, 零食. 我记得啊. 我很喜欢那一课.

Raphael: 可是，吃太多的零食对你的身体不好，所以我觉得，今天我们要教你们一些对身体比较好的食物.

Kirin: 好，我们开始吧.

Raphael: 医生说: 有五种食物是我们每天应该都要吃的.

Kirin: 是吗? 哪五种?

Raphael: 第一种是水果. 比如说，有哪些水果?

Kirin: 我们已经教过的水果有 苹果，香蕉，草莓，芒果，柠檬...等等.

Raphael: 对. 我希望你们都还记得我们以前教过你们的水果. 那如果你没有时间吃水果，怎么办?

Kirin: 啊，你可以喝果汁.

Adam: Drink fruit juice.

Raphael: 对，有很多不同的果汁，比如说有哪些?

Kirin: 苹果汁，芒果汁，柠檬汁...等等.

Raphael: 没错. 下次你去便利商店的时候, 你可以看到那里有很多种果汁, 可以让你选择.

Kirin: 那第二种食物是什么?

Raphael: 第二种是蔬菜.

Kirin: 那是什么?

Raphael: 嗯, 大部分的蔬菜都是绿色的.

Adam: Vegetables.

Kirin: 蔬菜.

Raphael: 可是我觉得现在大部分的人每天吃的蔬菜都不够.

Kirin: 那他们也可以喝蔬菜汁.

Adam: Vegetable juice.

Raphael: 没错. 那你知道第三种食物有哪些吗?

Kirin: 嗯, 是牛奶吗?

Raphael: 对, 牛奶也是对身体很好的饮料. 那你知道第三种, 是什么食物吗?

Kirin: 嗯, 我想一下.

Raphael: 好, 比如说你帮外国人拍照片的时候, 你会请他们说什么?

Kirin: Cheese.

Adam: 对, cheese 中文怎么说?

Kirin: 嗯, 在台湾我们说起司.

Raphael: 还有别种方法说 起司 吗?

Kirin: 嗯, 有很多. 看你要哪一种的.

Raphael: 那可以吃的叫什么？

Kirin: 啊，那叫乾酪.

Adam: The literal meaning here is “dry cheese.”

Kirin: 乾酪.

Raphael: 接下来，为了身体健康，我们也要吃一些肉.

Kirin: 我们已经学过很多种肉.

Raphael: 对，比如说有哪些？

Kirin: 鸡肉，牛肉，猪肉，羊肉，鱼肉...等等.

Raphael: 可是有些人不吃肉，那他们可以吃什么？

Kirin: 那些人可以吃蛋.

Adam: Eggs.

Raphael: 对，蛋对身体也很好. 最后，第五种食物有哪些？

Kirin: 面包.

Adam: Bread.

Raphael: 对，米饭，面，跟面包都是同一种食物.

Kirin: 在亚洲，通常我们吃饭的时候，都会有米饭或是面.

Raphael: 好，让我们复习一下我们今天教你们的生字.

Kirin: 汁.

Adam: Juice.

Kirin: 蔬菜.

Adam: Vegetables.

Kirin: 乾酪.

Adam: Cheese.

Kirin: 蛋.

Adam: Egg.

Kirin: 面包.

Adam: Bread.

Raphael: 好，下次你吃饭的时候，你可以看一下你有没有吃健康的食物.

Kirin: 如果你们想要学更多种健康食物的名字，你们可以上网到我们的网站 ChineseLearnOnline-com 这个地方.

Raphael: 你们继续加油!