

Complete Lesson Transcript – Lesson 171 [Traditional]

Kirin: 上網學中文第一百七十一課.

大家好，我是 Kirin.

Raphael: 大家好，我是 Raphael.

Adam: And hello, I'm Adam.

Kirin: 歡迎來到台灣跟我們一起學習更進一步的中文課程. 我們今天要學的是什麼呢?

Raphael: 你們還記得，最近我們教了一些跟零食有關係的課嗎?

Kirin: 嗯, 零食. 我記得啊. 我很喜歡那一課.

Raphael: 可是，吃太多的零食對你的身體不好，所以我覺得，今天我們要教你們一些對身體比較好的食物.

Kirin: 好，我們開始吧.

Raphael: 醫生說: 有五種食物是我們每天應該都要吃的.

Kirin: 是嗎? 哪五種?

Raphael: 第一種是水果. 比如說，有哪些水果?

Kirin: 我們已經教過的水果有 蘋果，香蕉，草莓，芒果，檸檬...等等.

Raphael: 對. 我希望你們都還記得我們以前教過你們的水果. 那如果你沒有時間吃水果，怎麼辦?

Kirin: 啊，你可以喝果汁.

Adam: Drink fruit juice.

Raphael: 對，有很多不同的果汁，比如說有哪些?

Kirin: 蘋果汁，芒果汁，檸檬汁...等等.

Raphael: 沒錯. 下次你去便利商店的時候, 你可以看到那裡有很多種果汁, 可以讓你選擇.

Kirin: 那第二種食物是什麼?

Raphael: 第二種是蔬菜.

Kirin: 那是什麼?

Raphael: 嗯, 大部分的蔬菜都是綠色的.

Adam: Vegetables.

Kirin: 蔬菜.

Raphael: 可是我覺得現在大部分的人每天吃的蔬菜都不夠.

Kirin: 那他們也可以喝蔬菜汁.

Adam: Vegetable juice.

Raphael: 沒錯. 那你知道第三種食物有哪些嗎?

Kirin: 嗯, 是牛奶嗎?

Raphael: 對, 牛奶也是對身體很好的飲料. 那你知道第三種, 是什麼食物嗎?

Kirin: 嗯, 我想一下.

Raphael: 好, 比如說你幫外國人拍照片的時候, 你會請他們說什麼?

Kirin: Cheese.

Adam: 對, cheese 中文怎麼說?

Kirin: 嗯, 在台灣我們說起司.

Raphael: 還有別種方法說 起司 嗎?

Kirin: 嗯, 有很多. 看你要哪一種的.

Raphael: 那可以吃的叫什麼？

Kirin: 啊，那叫乾酪.

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

Kirin: 乾酪.

Raphael: 接下來，爲了身體健康，我們也要吃一些肉.

Kirin: 我們已經學過很多種肉.

Raphael: 對，比如說有哪些？

Kirin: 雞肉，牛肉，豬肉，羊肉，魚肉...等等.

Raphael: 可是有些人不吃肉，那他們可以吃什麼？

Kirin: 那些人可以吃蛋.

Adam: Eggs.

Raphael: 對，蛋對身體也很好. 最後，第五種食物有哪些？

Kirin: 麵包.

Adam: Bread.

Raphael: 對，米飯，麵，跟麵包都是同一種食物.

Kirin: 在亞洲，通常我們吃飯的時候，都會有米飯或是麵.

Raphael: 好，讓我們複習一下我們今天教你們的生字.

Kirin: 汁.

Adam: Juice.

Kirin: 蔬菜.

Adam: Vegetables.

Kirin: 乾酪.

Adam: Cheese.

Kirin: 蛋.

Adam: Egg.

Kirin: 麵包.

Adam: Bread.

Raphael: 好，下次你吃飯的時候，你可以看一下你有沒有吃健康的食物.

Kirin: 如果你們想要學更多種健康食物的名字，你們可以上網到我們的網站 ChineseLearnOnline-com 這個地方.

Raphael: 你們繼續加油!