

Gesundes Essen

Ich interessiere mich sehr für gesundes Essen. Morgens esse ich meistens Haferflocken mit Obst und Joghurt. Dazu trinke ich grünen Tee. Mittags esse ich gern Reis mit Gemüse oder eine Suppe. Ich kuche oft selbst, weil ich frische Zutaten bevorzuge. Am Abend esse ich manchmal Salat mit Hähnchen. Süßigkeiten esse ich nur selten, aber ich liebe dunkle Schokolade. Am Wochenende probiere ich neue Rezepte aus oder gehe in ein vegetarisches Restaurant mit Freunden.

Vokabeln:

- das Essen** – jedzenie
- das Getränk** – napój
- das Frühstück** – śniadanie
- die Haferflocken** – płatki owsiane
- das Obst** – owoce
- der Joghurt** – jogurt
- der Tee** – herbata
- das Mittagessen** – obiad
- der Reis** – ryż
- das Gemüse** – warzywa
- die Suppe** – zupa
- kochen** – gotować
- frisch** – świeży
- die Zutat** – składnik
- das Abendessen** – kolacja
- der Salat** – sałatka
- das Hähnchen** – kurczak
- die Süßigkeit** – słodycz
- selten** – rzadko
- das Rezept** – przepis