

UNIDAD I. DONDE SE COME BIEN

aceite *m* растительное масло / алеї
agregar добавлять / дадаваць
alimentación *f* питание / харчаванне
añadir добавлять / дадаваць
batir взбивать / узбіваць
calentar нагревать / нагрываць
cereales *m pl* злаки / злакі
cocer варить / варыць
consistir состоять / складацца, быць
consumo *m* потребление / спажыванне
cortar резать / рэзаць
cultivar выращивать / вырошчваць
curar лечить / лячыць
darle la vuelta переворачивать / пераварочваць
dieta *f* диета, рацион / дыета, рацыён
~ **mediterránea** ~ средиземноморская / ~ міжземнаморская
echar сыпать; лить / сыпаць; ліць
equilibrado сбалансированный / збалансаваны
escurrir слить / зліць
favorecer благоприятствовать / спрыяць
freír жарить / смажыць
hornear запекать / запякаць
hortalizas *f pl* овощи / гародніна
incluir включать / уключаць
mejorar улучшать / паляпшаць
mezclar смешивать / змешваць
pan *m integral* цельнозерновой хлеб / хлеб з цэльнага зерня
pelar чистить кожуру / здымаць лупіну
picar мелко крошить / дробна крышыць
productos *m, pl lácteos* молочные продукты / малочныя прадукты
rallar тереть / церці
remover перемешать / перамяшаць
salar солить / саліць
saludable здоровый / здаровы
sano здоровый / здаровы
verduras *f pl* зелень / зеляніна