



De ce trebuie să mâncăm și să bem?

Ți-a fost vreodată cu adevărat foame? Atunci îți chiorăie burta și te simți rău. Corpul îți comunică astfel că are nevoie urgentă de mâncare. Mâncarea și băutura sunt vitale. Dar, uneori, mâncăm pur și simplu pentru că avem poftă de ceva delicios.

Avem gusturi diferite: unii mănâncă mere cu plăcere, altora le plac bananele, unii preferă alimentele sărate, alții pe cele acre. Însă toată lumea adoră ceva dulce. Din când în când, o bucațică de ciocolată sau o înghețată este binevenită. Dar, pentru a te sătura, este bine să mănânci paste făinoase, sau piure de cartofi sau ... sau



Ce gust are?



Care este mâncarea ta preferată?

