

ZERI
“To never stop dreaming”
“永远不要停止梦想”

慢餐

Slow Food

Gunter Pauli

冈特·鲍利 著

凯瑟琳娜·巴赫 绘
李欢欢 牛玲娟 译



学林出版社
www.xuelinpress.com

Food
83

慢餐

Slow Food

Gunter Pauli

冈特·鲍利 著

凯瑟琳娜·巴赫 绘
李欢欢 牛玲娟 译



学林出版社
www.xuelinpress.com



图书在版编目 (CIP) 数据

慢餐 : 汉英对照 / (比) 冈特·鲍利著 ; (哥伦)
凯瑟琳娜·巴赫绘 ; 李欢欢, 牛玲娟译. — 上海 : 学
林出版社, 2016.6
(冈特生态童书·第三辑)
ISBN 978-7-5486-1051-9

I. ①慢… II. ①冈… ②凯… ③李… ④牛… III.
①生态环境—环境保护—儿童读物—汉、英 IV.
① X171.1-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2016) 第 125753 号

© 2015 Gunter Pauli

著作权合同登记号 图字 09-2016-309 号

冈特生态童书

慢餐

作 者—— 冈特·鲍利
译 者—— 李欢欢 牛玲娟
策 划—— 匡志强
责任编辑—— 程 洋
装帧设计—— 魏 来
出 版—— 上海世纪出版股份有限公司学林出版社
地 址：上海钦州南路 81 号 电 话 / 传真：021-64515005
网址：www.xuelinpress.com
发 行—— 上海世纪出版股份有限公司发行中心
(上海福建中路 193 号 网址：www.ewen.co)
印 刷—— 上海丽佳制版印刷有限公司
开 本—— 710 × 1020 1/16
印 张—— 2
字 数—— 5 万
版 次—— 2016 年 6 月第 1 版
2016 年 6 月第 1 次印刷
书 号—— ISBN 978-7-5486-1051-9/G · 386
定 价—— 10.00 元

(如发生印刷、装订质量问题, 读者可向工厂调换)

目录

慢餐	4
你知道吗?	22
想一想	26
自己动手!	27
学科知识	28
情感智慧	29
艺术	29
思维拓展	30
动手能力	30
故事灵感来自	31

Contents

Slow Food	4
Did you know?	22
Think about it	26
Do it yourself!	27
Academic Knowledge	28
Emotional Intelligence	29
The Arts	29
Systems: Making the Connections	30
Capacity to Implement	30
This fable is inspired by	31



Food
83

慢 餐

Slow Food

Gunter Pauli

冈特·鲍利 著

凯瑟琳娜·巴赫 绘
李欢欢 牛玲娟 译



学林出版社
www.xuelinpress.com

此为试读, 需要完整PDF请访问: www.tongbook.com



丛书编委会

主 任：贾 峰

副主任：何家振 郑立明

委 员：牛玲娟 李原原 李曙东 吴建民 彭 勇
冯 缨 靳增江

丛书出版委员会

主 任：段学俭

副主任：匡志强 张 蓉

成 员：叶 刚 李晓梅 魏 来 徐雅清 田振军
蔡雪奇 程 洋

特别感谢以下热心人士对译稿润色工作的支持：

姜竹青 韩 笑 贾 芳 刘 晓 张黎立 刘之杰
高 青 周依奇 彭 江 于函玉 于 哲 单 威
姚爱静 刘 洋 高 艳 孙笑非 郑莉霞 周 蕊

目录

慢餐	4
你知道吗?	22
想一想	26
自己动手!	27
学科知识	28
情感智慧	29
艺术	29
思维拓展	30
动手能力	30
故事灵感来自	31

Contents

Slow Food	4
Did you know?	22
Think about it	26
Do it yourself!	27
Academic Knowledge	28
Emotional Intelligence	29
The Arts	29
Systems: Making the Connections	30
Capacity to Implement	30
This fable is inspired by	31



兔妈妈有十二个嗷嗷待哺的孩子，但家里已经没有食物了。小兔子们饿了，她得赶紧采取行动。

“我们去吃快餐吧。”最小的兔子提出建议。

Mother rabbit has a dozen kids to feed and there is no food left. The little ones are hungry and she needs to act quickly.

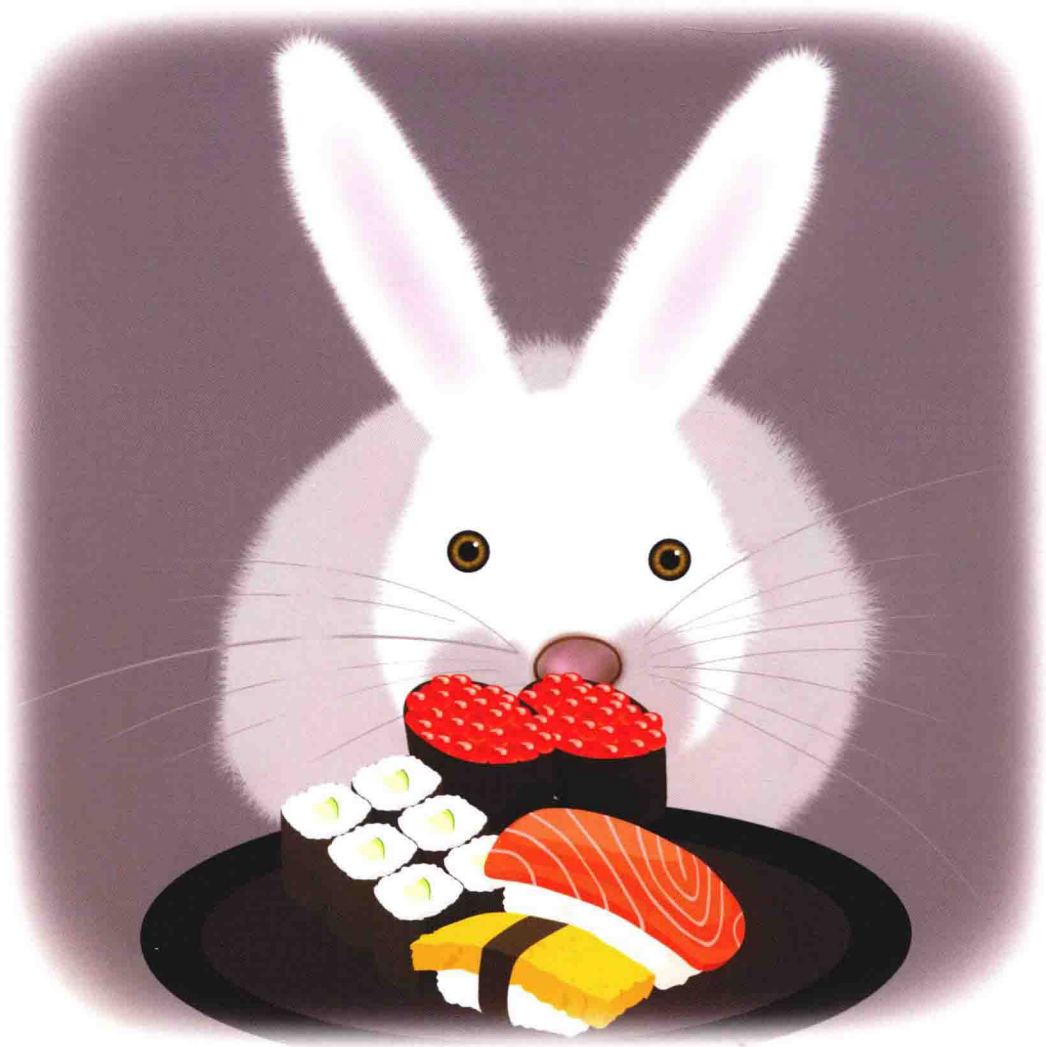
“Let’s get some fast food,” proposes the youngest of the litter.

我们去吃快餐吧



Let's get some fast food

你是说寿司吗？



Are you talking about sushi?

“你是说寿司吗？”兔妈妈问道，“那是唯一的我同意你们吃的快餐。”

“妈妈，我们知道你喜欢和食，也知道是日本人发明了快餐。但我们对饭团、紫菜和鱼不感兴趣，我们想吃胡萝卜和各种胡萝卜糖果，而且我们现在就想吃！”

“Are you talking about sushi?”
responds his mother. “Because that’s
the only fast food
I’m willing to let you have.”

“We know you love Japanese food,
Mum, and that the Japanese invented
fast food. But we are not interested
in rice, seaweed and fish. We want
carrots and all the goodies that come
along with it, and we want it now!”

“从一粒小种子长成一颗胡萝卜，你知道需要多长时间吗？”

“不知道，但肯定需要很长的时间，没法很快就让我不饿着肚子的！”

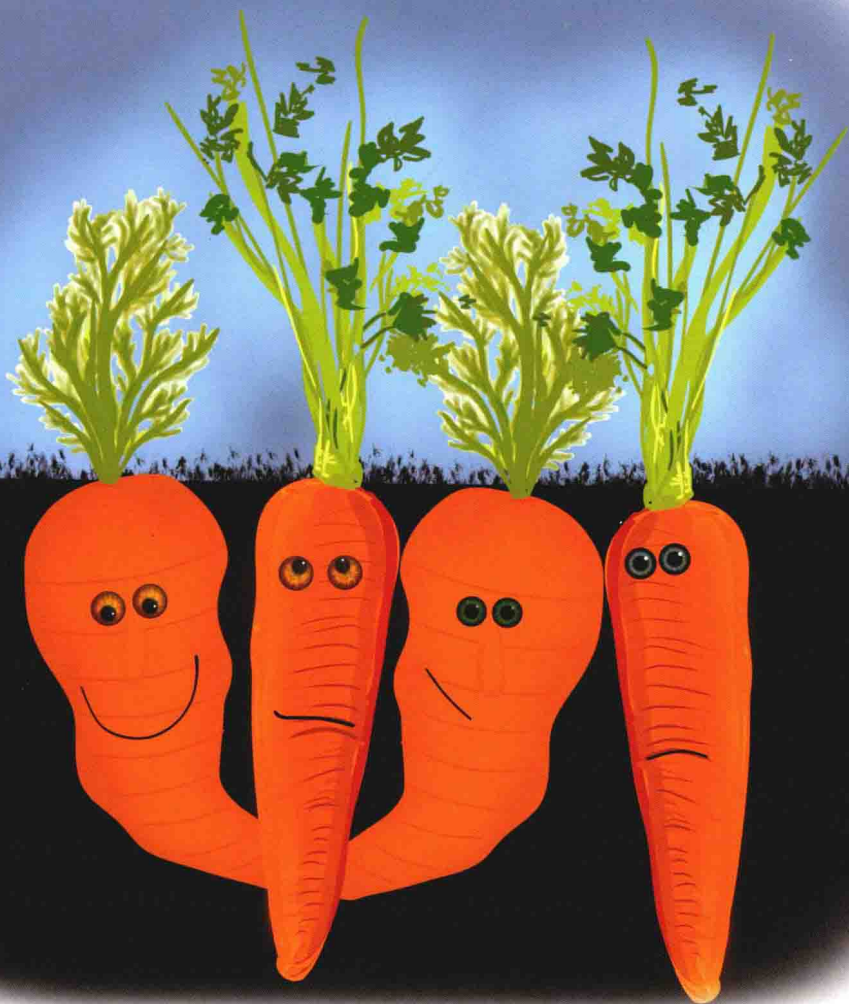
“在凉爽的沙土地里胡萝卜需要生长三个月。如果太热了，它们就根本长不好了。”

“Do you know how long it takes to grow a carrot from a tiny seed?”

“No idea, but certainly too long to still my hunger any time soon!”

“It takes three months in cool, sandy soil. If it is too hot, they will never look right.”

如果太热了，它们就根本长不好了



If it is too hot, they will never look right

为什么胡萝卜有益健康呢？



Why are carrots healthy?

“我喜欢它们鲜艳的橘黄色，吃起来一定味道好极了！”

“无论什么样子的胡萝卜都很好吃。我喜欢胡萝卜，它们是很好的幼儿食物。”

“为什么胡萝卜有益健康呢？”小兔子很好奇。

“I love their bright orange colour;
you can see that they must taste
great!”

“Carrots always taste good, no matter
how they look or what shape they are.
I love carrots. They are excellent baby
food.”

“Why are carrots healthy?”
wonders the little one.

“胡萝卜的 β 胡萝卜素含量是其他蔬菜的两倍，而且维生素含量丰富，甜中带点微苦。”

“但是我不喜欢苦的食物。”

“苦味有益健康，这是我从你们外婆那里学到的。”

“They have double the beta-carotene than other veggies, are full of vitamins, and have a sweet taste with a hint of bitterness.”

“But I don't like bitter food.”

“Bitter means healthy; that is what I learnt from my mother.”

苦味有益健康



Bitter means healthy