

image not found or type unknown



Ich führe ein gesundes Leben, deshalb bevorzuge ich gesundes Essen. Normalerweise besteht mein Essen aus die Meeresfrüchten, das Gemüse , das Obst und verschiedenen Müsli. Wir haben drei Mahlzeiten pro Tag: das Frühstück, das Mittagessen und das Abendessen. Ich Frühstücke normalerweise um 7:00 Uhr. Normalerweise esse ich Müsli mit Milch, der Salat und frischen Orangensaft. Auch kann ich meinem Frühstück Obst hinzufügen und ich trinke morgens immer eine Tasse Kaffee. Es hilft mir, aufzuwachen und auf den Tag vorzubereiten. Ich habe das Mittagessen normalerweise um 13 Uhr. Ich esse zum Mittagessen eine Suppe, ein Gemüse und ein Obst. Am Abend esse ich vegetarische Pizza, ein Brötchen und ein Salat. Am Abend trinke ich ein Tee, ein Mineralwasser oder ein Kakao. Ich denke, das Essen macht mir Spaß, aber das ist nicht das wichtigste im Leben. Wir müssen Essen, um zu Leben,und nicht zu Leben, um zu Essen.