

## **Verduras – Vihannekset**

- Ajo – valkosipuli
- Apio – selleri
- Berenjena – munakoiso
- Brócoli – parsakaali
- Calabacín – kesäkurpitsa
- Cebolla – sipuli
- Col – kaali
- Coles de Bruselas – ruusukaali
- Coliflor – kukkakaali
- Espinacas – pinaatti
- Lechuga – salaatti
- Pepino – kurkku
- Pimiento – paprika
- Puerro – purjo
- Repollo – keräkaali
- Tomate – tomaatti
- Zanahoria – porkkana

## **Frutas – Hedelmiä**

- Arándanos – mustikat
- Cerezas – kirsikat
- Frambuesas – vadelmat

- Fresas – mansikat
- Kiwi – kiivi
- Lima – lime
- Limón – sitruuna
- Mango – mango
- Manzana – omena
- Mandarina – mandariini
- Melón – meloni
- Naranja – appelsiini
- Pera – päärynä
- Piña – ananas
- Plátano – banaani
- Sandía – vesimeloni
- Uvas – viinirypäleet

## **Carnes – Lihat**

- Caballo – hevosenliha
- Cordero – lampaanliha
- Cerdo – sianliha
- Ciervo – peuranliha
- Conejo – kaninliha
- Jamón – kinkku
- Pavo – kalkkuna
- Pollo – kana

- Reno – poronliha
- Salchichas – makkarat
- Ternera – vasikanliha
- Toro – häränliha
- Vaca – naudanliha

## **Pescados – Kalat**

- Arenque – silli / silakka
- Atún – tonnikala
- Bacalao – turska
- Lucioperca – kuha
- Lucio – hauki
- Merluza – kummeliturska
- Perca – ahven
- Salmón – lohi
- Sardinas – sardinit
- Trucha – taimen

## **Mariscos – Äyriäiset ja merenelävät**

- Almejas – simpukat
- Berberechos – sydänsimpukat
- Calamar – kalmari
- Camarones – katkaravut
- Cangrejos – ravut

- Gambas – katkaravut
- Langostinos – jättikatkaravut
- Mejillones – sinisimpukat
- Nécoras – meriravut / vastaava
- Pulpo – mustekala
- Sepia – seepia

## **Legumbres – Palkokasvit**

- Alubias – pavut
- Garbanzos – kikherneet
- Guisantes – herneet
- Habas – härkäpavut
- Lentejas – linssit

## **Tubérculos – Juurekset**

- Boniato / batata – bataatti
- Colinabo – lanttu
- Nabo – nauris
- Patata – peruna
- Rábano – retiisi
- Remolacha – punajuuri
- Yuca – maniokki

## **Espicias y condimentos – Mausteet**

- Cilantro – korianteri
- Comino – kumina
- Curry – curry
- Cúrcuma – kurkuma
- Jengibre – inkivääri
- Orégano – oregano
- Perejil – persilja
- Pimienta – pippuri
- Pimentón – paprikajauhe
- Sal – suola
- Tomillo – timjami
- Vainilla – vanilja

## **Otros (carbohidratos y básicos) – Muut (hiilihydraatit ja peruselintarvikkeet)**

- Aceite de colza – rypsiöljy / rapsiöljy
- Aceite de girasol – auringonkukkaöljy
- Aceite de oliva – oliiviöljy
- Aceite de palma – palmuöljy
- Arroz – riisi
- Harina – jauho
- Huevos – munat
- Leche de almendras – mantelimaito

- Leche de soja – soijamaito
- Leche de vaca – lehmänmaito
- Mantequilla – voi
- Pan – leipä
- Pasta – pasta

## **Frutos secos – Pähkinät ja siemenet**

- Almendras – mantelit
- Anacardos – cashewpähkinät
- Avellanas – hasselpähkinät
- Kikos (maíz tostado) – paahdettu maissi
- Nueces – saksanpähkinät
- Nueces de Brasil – parapähkinät
- Piñones – pinjansiemenet
- Pistachos – pistaasit

## **Bebidas – Juomat**

- Agua – vesi
- Agua con gas – kivennäisvesi
- Batidos – pirtelöt
- Cerveza – olut
- Café – kahvi
- Kalimotxo – kalimotxo
- Leche – maito

- Limonada – limonadi
- Mosto – rypälemehu
- Refrescos – limsa
- Sangría – sangría
- Sidra – siideri
- Té – tee
- Vino – viini
- Zumo de manzana – omenamehu
- Zumo de naranja – appelsiinimehu