Какво ядат шампионите?

Новини | Спорт и здраве | Пишат ни | на 13.08.2021 06:00 | от Вера Краузе

Защо говорим за това?

Олимпиадата в Токио приключи, но има още много неща около нея, които ви интересуват.
Попитахте ни какво ядат спортистите на Олимпиадата? Опитват ли суши?



Всички знаем, че “зеленчуци който не яде, той голям не ще да порасте”. Но стигат ли зеленчуците, за да станат големи спортистите? Един от най-порасналите е плувецът Майкъл Фелпс. Той е висок почти два метра. Ако сме точни - 1,93 метра.

Той има най-много златни медали за всички времена - цели 23.

Преди няколко години Майкъл сподели какво закусвал, когато се готвел за състезания.

Той изяждал един омлет от пет яйца, четири пържени филийки и три палачинки със шоколад. Ах, да, и купа овесени ядки за “десерт”. Това е закуска за шампиони!

Само великани от приказките могат да я изядат (и Майкъл Фелпс).

И така, какво са хапвали спортистите в Токио?

Някои от тях имали в екипа си готвачи, които им приготвяли необходимата точно за тях храна. Други са хапвали в олимпийските столови. Тази година в Токио е имало две. Една обща столова, която предлагала “силни” храни като яйца и наденички. И една японска столова с най-различни местни вкуснотии. Организаторите искали да предложат на гостите от цял свят здравословна и типична за Япония храна. Затова направили конкурс, в който всеки можел да участва. Спечелилите ставали готвачи на Олимпиадата. Специално са били избрани хора от всяко кътче на Япония. Те не били професионални готвачи, просто предложили най-вкусните и типични домашни рецепти.

Ето и няколко числа, за да си представим колко са изяли шампионите.

Общо са били сготвени 48 000 ястия. На ден е имало около 700 различни менюта. Готвачите също са заслужили златен медал!

Някои от ястията може да се видят в *TikTok* профилите на спортистите, например при австралийките Кимбърли Удс (кану) и Мелиса У (скокове във вода).

Въпросника към тази статия можеш да решиш онлайн на:
/book/1560-kakvo-yadat-shampionite

Сканирай този QR-код и влез директно във въпросника ->

©"Вижте" е издание на Фондация Гутенберг 3.0. Всички права са запазени