

第 32 弹



原文：金枪鱼受欢迎不仅是因为它的美味，还因为它给人体健康带来的益处——金枪鱼富含有益心脏健康的欧米伽-3 脂肪酸（omega-3 fatty acids）。

翻译：Tuna fish is popular not just for its taste but for its health benefits – it is rich in omega-3 fatty acids, which aid heart health.

分解：

1. 金枪鱼受欢迎

Tuna fish is popular

- 1) 注意：这里讲的金枪鱼，不是这条鱼本身，而是“金枪鱼肉”，所遇用 tuna fish（fish 表示鱼肉的时候是不可数的，不要加 s）
- 2) 受欢迎：be popular（后面无需加 among people，不要画蛇添足）

2. 不仅是因为它的美味，

not just for its taste

- 1) 介词 for 有表示“因为”的意思，后面直接跟名词
- 2) 美味：用 taste，不要用 delicacy，这个词表示“美味佳肴”。

3. 还因为它给人体健康带来的益处

but for its health benefits

- 1) 前句中的 not for 和这里的 but for 构成了“不仅、而且”的意思
- 2) health benefits 就是“给人体健康带来的益处”，不用写的很复杂

4. 金枪鱼富含有益心脏健康的欧米伽-3 脂肪酸

it is rich in omega-3 fatty acids, which aid heart health.

- 1) 这里的 it 指“金枪鱼肉”，是单数
- 2) be rich in：富含，这是特别好的一个句型，请记住
- 3) omega-3 fatty acids：看似是一个专有名词，但请记住，这是对我们人体特别有益的物质，就是我们说的“不饱和脂肪酸”，能促进甘油三酯的降低有益心脏健康。多吃深海鱼类还是有好处的哟~
- 4) , which aid heart health：非限定定语从句，which 指“omega-3 fatty acids”；aid 是动词，“帮助”

再对照学习一遍：

原文：金枪鱼受欢迎不仅是因为它的美味，还因为它给人体健康带来的益处——金枪鱼富含有益心脏健康的欧米伽-3 脂肪酸（omega-3 fatty acids）。

翻译：Tuna fish is popular not just for its taste but for its health benefits – it is rich in omega-3 fatty acids, which aid heart health.