

# 來自 尼加拉瓜的問候！

尼加拉瓜是位於中美洲的國家，  
約有700萬人住在那裡！



## 傳播福音

第一批傳教士在1953年來到尼加拉瓜，現在這裡有超過100,000名教會成員！甚至還有一座聖殿正在興建中。



## 尼加拉瓜湖鯊魚

公牛鯊在海水和淡水中都能生活，這代表牠們可以生活在海洋、河流和湖泊裡！牠們經由一條長河，從大西洋游到尼加拉瓜湖來生活。

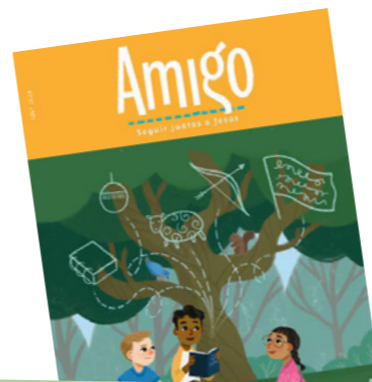
¿Nahki sma?

這是米斯基托語的「你好嗎？」！



## 五朔節 (Palo de Mayo)

每當雨季到來時，尼加拉瓜人都會舉行盛大的慶祝活動，稱為五朔節。他們用彩帶裝飾一棵樹或一根柱子，圍著它跳舞，開心地度過整整一個月。



## 語言

官方語言為西班牙語，有些人也會說米斯基托語、蘇莫語和拉瑪語等本土語言。

大衛·克靈格繪



活動

## 四季豆遊戲 (Chuwis)

四季豆遊戲是尼加拉瓜兒童玩的一種遊戲。玩這個遊戲需要四季豆（或棍子），還要在地上挖一個洞（或一個杯子）。給每位玩家五個四季豆。第一位玩家把四季豆逐個投進洞中。如果有一個沒投中，該玩家就要停下來，讓下一位玩家投。第一個將全部五個四季豆投進洞裡的玩家即為獲勝！



食譜

## 黑豆飯 (Gallo Pinto)

在尼加拉瓜，有許多人每天都吃這種黑豆飯。你可以試試這道食譜！

1. 將**2湯匙油**和**半顆切碎的洋蔥**，加熱攪拌5分鐘。
2. 倒入**1杯半白米**攪拌2到3分鐘。
3. 加入**鹽**和**3杯水**，將去籽的**半顆青椒**放在上面。
4. 蓋上蓋子煮15分鐘，將水幾乎煮乾。
5. 拿掉煮熟的甜椒，加入**兩杯煮熟的紅豆或黑豆**和**半茶匙大蒜粉**攪拌。再煮10分鐘。

一定要請大人幫忙！