



واژه‌نامهٔ انگلیسی فارسی

American English File

Book 3

سطر به سطر

مؤلف: ماندانا افتخار

ویراستار: محمدرضا جعفری



درباره مؤلف

ماندانا افتخار متولد ۱۳۶۵ در تهران و دانش‌آموخته ممتاز رشته زبان انگلیسی در مقطع کارشناسی ارشد است. وی عضو انجمن پژوهشگران جوان بوده و از محضر اساتید گرانقدری بهره برده است.

از جمله سوابق او می‌توان به موارد ذیل اشاره کرد:

مدرس دانشگاه آزاد اسلامی، مدرس آزمون‌های زبان دکتری (ای‌پی‌تی و ایم‌اس‌آرتی)، مدرس دانشگاه جامع علمی- کاربردی و برگزارکننده دوره‌های خصوصی و گروهی آموزش زبان انگلیسی و زبان انگلیسی برای اهداف خاص؛ مترجم فنی و مترجم شفاهی از زبان انگلیسی به فارسی و بالعکس؛ مؤلف کتب کمک‌درسی و دانشگاهی برای دانشجویان زبان انگلیسی.

از جمله آثار این مؤلف می‌توان به موارد ذیل اشاره کرد:

تألیف کتاب **Listening Speaking Booster** (تقویت مهارت‌های شنیداری و گفتاری برای زبان‌آموزان رشته زبان انگلیسی و متقاضیان شرکت در آزمون آیلتس)

تألیف کتاب **Postcolonial Discourse** (گفتمان پسااستعماری) در سال ۲۰۱۲ در آلمان

تألیف کتاب **The Oscar Cinematic Discourse** (گفتمان سینمایی اسکار) در سال ۲۰۱۲ در آلمان

تألیف واژه‌نامه انگلیسی-فارسی کتاب امریکن فایل ۱، ۲، ۳، ۴، ۵ و ویراستاری کتاب واژه‌نامه انگلیسی-فارسی کتاب امریکن فایل استارتر

او همچنین موفق به انتشار چندین مقاله در حوزه زبان انگلیسی در مجلات آی‌اس‌آی و علمی‌پژوهشی خارج از کشور شده است و تاکنون کتب متعددی را در حوزه‌های مختلف از جمله روانشناسی، فلسفه، زیست‌شناسی و ژنتیک ترجمه کرده است و چندین ناشر برجسته در ایران آنها را منتشر کرده‌اند.

راه ارتباطی با مؤلف meftekharp@gmail.com

UNIT 1

Unit 1A

Page 6

Eat in /it ɪn/

Action verb /'æk.fən vɜrb/

Nonaction verb /'nɑ:n æk.fən vɜrb/

Cooking /'kʊk.ɪŋ/ n.

Quote /kwəʊt/ n.

1 a

Pinterest

Phrase /freɪz/ n.

Onion /'ʌŋjən/ n.

در خانه غذا خوردن

فعل کنشی (عملی را بیان

می‌کند که یک شخص،

حیوان، وسیله یا فرایند در

طبیعت می‌تواند آن را انجام

دهد.)

فعل غیرکنشی (افعالی که

معمولاً بیانگر احساس

هستند.)

دست‌پخت، آشپزی

نقل قول

پینترست (نام وبسایت

شبکه اجتماعی شناخته شده

برای اشتراک‌گذاری تصاویر

است.)

عبارت

پیاز

Her children always eat in.

This lesson focuses on action verbs.

What is the difference between action and nonaction verbs?

His cooking is delicious.

The article was filled with quotes from famous people.

Look at some quotes from Pinterest.

Complete them with a phrase.

I need two big onions and one tomato.

Pear /per/ *n.*

گلابی The pear trees are blossoming out early this year.

Tomato /tə'meɪtəʊ/ *n.*

گوجه‌فرنگی The hostess ladled out a bowl of tomato soup.

Combination

ترکیب It is a combination of art and taste.

/,kəm.bə'nei.jən/ *n.*

Magic /'mædʒ.ɪk/ *n.*

سحر، جادو Do you believe in magic?

Knowledge /'nɑ:lɪdʒ/ *n.*

دانش، آگاهی (این واژه صورت جمع ندارد و فعل آن به صورت مفرد می‌آید) Reading books will increase your knowledge.

Wisdom /'wɪzdəm/ *n.*

خرد One can gain wisdom through experience.

Balanced diet /'bælənst 'daɪət/

رژیم متعادل A balanced diet provides nutrition for your body.

b Like best

از همه بیشتر دوست داشتن Which quote do you like best?

Vocabulary Bank

Page 152

1 a Crab /kræb/ *n.*

خرچنگ This crab meat is delicious!

Lobster /'ləʊbstər/ *n.*

شاه‌میگو We had lobster for dinner.

Mussel /'mʌsəl/ *n.*

صدف خوراکی Can mussels be eaten?

Salmon /'sæmən/ *n.*

ماهی سالمون I love smoked salmon.

Shrimp /ʃrɪmp/ *n.*

میگو She ordered grilled shrimp.

Squid /skwɪd/ *n.*

ماهی مرکب They had deep-fried squid for lunch.

Tuna /'tu:nə/ *n.*

ماهی تن I had a tuna sandwich yesterday.

Beef /bi:f/ *n.*

گوشت گاو The spaghetti sauce is made with ground beef.

Chicken /'tʃɪkən/ *n.*

Duck /dʌk/ *n.*

Lamb /læm/ *n.*

Pork /pɔ:rk/ *n.*

Avocado /,æv.ə'kɑ:.dɒv/ *n.*

Beet /bi:t/ *n.*

Cabbage /'kæb.ɪdʒ/ *n.*

Cherry /'tʃer.i/ *n.* (*pl. Cherries*)

Cucumber /'kju:kʌmbər/ *n.*

Eggplant /'egplænt/ *n.* (Brit.

Aubergine)

Grape /greɪp/ *n.*

Green bean /,gri:n 'bi:n/ *n.*

Lemon /'lemən/ *n.*

Mango /'mæŋgɒ/ *n.*

Melon /'mel.ən/ *n.*

مرغ We're having roast chicken for dinner.

اردک We had roasted duck for dinner.

بره I've bought a shoulder of lamb for Sunday lunch.

خوک I much prefer chicken to beef or pork.

آوکادو Half an avocado contains about 160 calories.

چغندر Have you ever tried beet salad?

کلم If you overcook the cabbage it'll turn to mush.

گیلاس Could you stone the cherries for me?

خیار Peel the cucumber and chop it into small cubes.

بادمجان He likes to eat eggplant.

انگور The Mediterranean climate is good for growing citrus fruits and grapes.

لوبیا سبز Serve the lamb with new potatoes and green beans.

لیمو Would you like a slice of lemon in your tea?

انبه Peel, stone and dice the mango.

خریزه I put orange, banana, and melon in the fruit salad.

	Peach /pi:tʃ/ <i>n.</i>	هلو	Would you like peaches and cream for dessert?
	Pear/per/ <i>n.</i>	گلابی	The pear tree they planted has never borne fruit.
	Raspberry /'ræz.ber.i/ <i>n. (pl. Raspberries)</i>	تمشک	She spread the toast thinly with raspberry jam.
	Red pepper /,red 'pepər/ <i>n.</i>	فلفل دلمه	Add red pepper and chilli and saute for two minutes.
	Zucchini /zu'kini/ <i>n. (Brit. Courgette)</i>	کدو سبز	Add the zucchini and squash and cook for 2 minutes.
2 a	Baked /beɪkt/ <i>adj.</i>	پخته	she had two baked potatoes for dinner.
	Boiled /bɔɪld/ <i>adj.</i>	آب‌پز شده	She added one boiled egg to the salad.
	Fried /fraɪd/ <i>adj.</i>	سرخ‌شده	My son loves fried chicken.
	Grilled /grɪld/ <i>adj.</i>	گریل شده، کبابی شده	My dad loves grilled fish.
	Roasted /'rəʊstɪd/ <i>adj.</i>	پرشته شده (داخل فر یا روی آتش)	Have you ever tried roasted fish?
	Steamed /sti:md/ <i>adj.</i>	بخارپز شده	They usually eat steamed vegetables.
3 a	Eat out /it aʊt/	بیرون از خانه غذا خوردن	I eat out a lot because I don't really have time to cook.
	Cut down on	کم کردن (اندازه، مقدار یا کیفیت چیزی)	I'm trying to cut down on coffee right now.
	Cut out /kʌt aʊt/	حذف کردن	The doctor told me that I should cut out all cheese and dairy products from my diet.
1 d	Common /'kʌmən/ <i>adj.</i>	معمول، مرسوم	A sore throat and cough are common symptoms of a cold.

	Canned /kænd/ <i>adj.</i>	در قوطی کنسرو شده	some canned foods contain harmful chemicals.
	Fresh /frefʃ/ <i>adj.</i>	تازه	Is this meat fresh?
	Frozen /'froz.zən/ <i>adj.</i>	یخ زده	You can use fresh or frozen fish.
	Hot/spicy <i>adj.</i>	تند	Are you a fan of spicy food?
	Low-fat /,ləʊ 'fæt/ <i>adj.</i>	کم چرب	Low-fat milk is good for your health.
	Raw /rɔ:/ <i>adj.</i>	خام، نپخته	This fish is often eaten raw.
e	Salmon /'sæmən/ <i>n.</i>	ماهی سالمون	We fished for salmon in the icy cold stream.
2 b	Cook /kʊk/ <i>n.</i>	آشپز	He is a professional cook.
3 a	Questionnaire /,kwes.tʃə'ner/ <i>n.</i>	پرسشنامه	Read the questionnaire and answer the questions.
	Snack /snæk/ <i>n.</i>	خوراک مختصر، خوراک	I usually only have a snack at lunchtime.
	Pizza topping	سریایی مخلفاتی که قبل از ریختن پنیر پیتزا، روی خمیر ریخته می‌شود.	What's your favorite pizza topping?
	Sandwich filling	مواد پرکنندهٔ ساندویچ مانند کاهو و غیره	She talked about her favorite sandwich filling.
	Ready-made /,redi 'meɪd/	نیمه آماده	Do you ever have ready-made food?
	Take-out /teɪk-aʊt/	بیرون بر	I prefer not to have take-out food.
	Allergic /ə'lɜ:dʒɪk/ <i>adj.</i>	دارای حساسیت به	I'm allergic to cats.
	Intolerant /ɪn'tələrənt/ <i>adj.</i>	بدون تحمل	He is intolerant to red meat.
	How long ...?	چه مدت...؟	How long have you had the problem?

Cheer up /tʃɪr ʌp/	روحیه دادن یا شاد کردن	She eats chocolate to cheer herself up.
To be away from	دور بودن از	She was away from home last year.
Miss /mɪs/ v.	احساس فقدان چیزی را کردن	I missed my sister.
Live without	بدون چیزی زندگی کردن	I can't live without apple juice.
4 b Article /'ɑ:ʃ.ɪ.kəl/ n.	مقاله	Read the article and answer the questions.
Once /wʌns/ adv.	یکبار	She has read the book once.
Recommend /,rek.ə'mend/ v.	توصیه کردن	I can recommend the chicken in sauce.
Super busy /'su:pər 'bɪz.i/	فوق‌العاده شلوغ	She lives a super busy life.
Suit /su:t/ v.	مناسب بودن	This life suits you.
Expert /'ek.spɜ:t/ n.	کارشناس، متخصص	She is a food expert.
Disrupt /dɪs'rʌpt/ v.	به هم ریختن	Heavy snow disrupted travel into the city.
Natural cycle	چرخه طبیعی	It disrupts our body's natural cycle.
/'nætʃ.ə.rəl'saɪkl/		
Feel awake /fi:lə'weɪk/	احساس بیداری کردن	Caffeine helps you feel awake.
Vice versa /,vaɪs 'vɜ:rsə/	برعکس	He confides in her, and vice versa.
Science /'saɪ.əns/ n.	علم	Each science has its own valid methods.
Recent /'risənt/ adj.	اخیر	Is that a recent photo?
Researcher /rə'sɜ:tʃ.ər/ n.	پژوهشگر	She's a political researcher.
Blood sugar level	سطح قند خون	Exercise helps lower blood sugar levels.
Skip /skɪp/ v.	از قلم انداختن	It's not healthy to skip breakfast.
Regular /'reg.jə.lər/ adj.	منظم	You should eat a regular breakfast.
To be less likely	کمتر احتمال دارد که	They were less likely to be at risk of heart disease.
Heart disease /hɑ:t dɪ'zɪz/	بیماری قلبی	Giving up smoking reduces the risk of heart disease.

Coffee drinker	قهوه خور	Most coffee drinkers drink at least five cups of coffee a day.
Wake up /weɪk ʌp/	بیدار شدن (چشم باز کردن از خواب)	She woke up, but went to sleep again.
Worst /wɜːrst/ <i>adj.</i>	بدترین	Early morning is the worst time to drink coffee.
Produce /prəˈduːs/ <i>v.</i>	تولید کردن	It stops body from producing the stress hormone.
Caffeine /kæˈfiːn/ <i>n.</i>	کافئین	What is the best time to drink caffeine?
In general /ɪn ˈdʒenərəl/	به طور کلی	In general, I like students.
Mentally /ˈment.əl.i/ <i>adv.</i>	از نظر روانی	He is mentally ill.
Alert /əˈlɜːt/ <i>adj.</i>	هوشیار	I'm not feeling very alert today.
According to /əˈkɔːrd.ɪŋ.tuː/	طبق	According to our records you owe us \$130.
Conduct a study	انجام دادن تحقیق	They conducted a study on mentality.
Digest /daɪˈdʒest/ <i>v.</i>	هضم کردن	Your body can't digest fat easily.
Stomach /ˈstʌmək/ <i>n.</i>	معه	He was punched in the stomach.
Ideal time /aɪˈdɪl taɪm/	زمان ایده آل	It's the ideal time to have your main meal.
Main meal /meɪn mi:l/	وعده خوراک اصلی	She doesn't have her main meals.
Experiment /ɪkˈsper.ə.mənt/ <i>n.</i>	آزمایش	She backed up her theory through the experiment.
Nutritionist /nuˈtriʃənɪst/ <i>n.</i>	متخصص تغذیه	The nutritionist conducted a study on a new balanced diet.
Earlier /ˈɜːli/ <i>adj.</i>	زودتر	They arrived home earlier than I expected.
Cause /kɔːz/ <i>v.</i>	باعث شدن	The rain caused flooding.

Diabetes /ˌdaɪəˈbɪtɪz/ *n.*

Delicious /dɪˈlɪʃ.əs/ *adj.*

Sense of smell /sens əv smel/

Sense of taste /sens əv teɪst/

Ideally /aɪˈdiːli/ *adv.*

sun rise /sʌn raɪz/

Daylight /ˈdeɪ.laɪt/ *n.*

Hormone /ˈhɔː.məʊn/ *n.*

Day ahead /deɪ əˈhed/

Weightlifting /ˈweɪtlɪftɪŋ/ *n.*

Session /ˈseɪ.ʃən/ *n.*

Muscle /ˈmʌsl/ *n.*

Lung capacity /lʌŋ kəˈpæsəti/

Endurance sport /ɪnˈdʊərəns

spɔːrt/

Temperature /ˈtemprətʃər/ *n.*

Effect /ɪˈfekt/ *n.*

Physical activity /ˈfɪz.ɪ.kəl

ækˈtɪvəti/

Consider /kənˈsɪdə/ *v.*

Habit /ˈhæbət/ *n.*

دیابت He was suffering from diabetes.

خوشمزه The soup was delicious.

حس بویایی His sense of smell is very sharp.

حس چشایی I've lost my sense of taste.

به طور ایده آل They were ideally suited to each other.

طلوع کردن آفتاب She gets up when the sun rises.

روشنی روز Bats are not seen outside the cave during daylight.

هورمون Testosterone is the male sex hormone.

روز پیش‌رو We are getting ready for the day ahead.

وزنه برداری Weightlifting is my favorite sport.

جلسه Weightlifting sessions are best done at midday.

ماهیچه His muscles are very strong.

ظرفیت ریه His lung capacity is at its greatest.

ورزش استقامتی Lung capacity is important for endurance sports.

دما Her body temperature was high.

اثر What effect does caffeine have on your body?

فعالیت بدنی What's the best physical activity to do in the afternoon?

مدنظر قرار دادن Have you ever considered Florida for a vacation?

عادت She is trying to change her eating habits.