# 60个常见蔬菜的英语称呼：掌握中国用户最关心的蔬菜英文名

在日常生活中，许多爱好烹饪或在超市购物的朋友会想知道各种常见蔬菜的英文名称，尤其是在中英文交流中能够准确表达。无论是做菜要用到的食材、还是在学习英语过程中掌握实用词汇，熟悉大约60个常见蔬菜的英文名字都非常实用。本文将详细介绍中国市场中常见的蔬菜英语表达，以及一些实用的使用技巧，帮助你轻松应对各种场景。

## 常见叶菜类蔬菜的英文名称

叶菜类蔬菜在中国餐桌上非常普遍，像青菜、菠菜、油菜等都属于这个类别。它们的英文名称大多简单易记，日常购物中频繁遇到。青菜对应的英文一般为“Choy”或“Green vegetable”，而具体的品种如小白菜是“Baby bok choy”，菠菜是“Spinach”。油菜可以叫做“Chinese cabbage”或“rapa”。需注意的是，许多蔬菜在不同地区、不同店铺也可能叫法略有不同，例如“Pak choi”也是常见的油菜变体名。

- 小白菜：Baby bok choy

- 菠菜：Spinach

- 油菜：Chinese cabbage / Rape

- 生菜：Lettuce

- 芥兰：Broccoliraab或Chinese broccoli

- 芹菜：Celery

这些蔬菜除了在市场常见外，在许多中餐菜谱、食材标签中也会遇到其英文描述。掌握这些基础词汇可以帮助你轻松理解国际食品标签或在国际市场购物。

## 根茎类蔬菜的英文字母组合

根茎类蔬菜主要包括胡萝卜、土豆、萝卜、白萝卜等。它们的英文名称直接描述了它们的主要特征。例如，胡萝卜为“Carrot”，土豆为“Potato”，白萝卜为“Daikon”或“White radish”。一些特殊的根类蔬菜如甜菜（“Beetroot”），同样在西方菜肴中很常见。

- 胡萝卜：Carrot

- 土豆：Potato

- 白萝卜：Daikon / White radish

- 红薯：Sweet potato

- 洋葱：Onion

- 大蒜：Garlic

根茎类蔬菜多用于炖煮、炒菜或沙拉中，英文名称直观明了，有助于在海外菜谱或食品包装中快速识别。

## 豆类和瓜果蔬菜的英语表达

豆类蔬菜如豆角、黄豆芽、豌豆等，以及各种瓜类如苦瓜、西红柿、黄瓜等，也在日常生活中占据重要位置。豆角的英文叫“ Green bean ”或“ String bean ”，黄豆芽常称“ Soy bean sprouts ”。番茄在英文中是“ Tomato ”，而黄瓜则是“ Cucumber ”。不同的瓜类还会因形状和颜色不同出现不同的英文名，比如西葫芦“ Zucchini ”、苦瓜“ Bitter melon ”。

- 豆角：Green bean / String bean

- 黄豆芽：Soy bean sprouts

- 西红柿：Tomato

- 黄瓜：Cucumber

- 苦瓜：Bitter melon

- 西葫芦：Zucchini

这些蔬菜在西餐和中餐中都较为常见，学习它们的英文名有助于理解菜谱或表达食材偏好。

## 特殊蔬菜及一些冷门的英名

除了上述常见蔬菜外，亚洲特色或特殊品类的蔬菜也值得掌握。例如紫甘蓝叫“ Red cabbage ”，苦苣为“ Endive ”，莲藕为“ Lotus root ”，冬瓜叫“ Winter melon ”。这些蔬菜在特定地区或菜系中十分重要，对于愿意尝试多样菜肴的人来说，了解英文名称尤为重要。

| 蔬菜 | 英文名称 | 特色简介 |

|---|---|---|

| 莲藕 | Lotus root | 质地脆嫩，常用于汤或凉拌 |

| 洋葱 | Onion | 提升整盘菜的鲜味 |

| 茄子 | Eggplant | 在东南亚和地中海菜肴中常见 |

| 苦瓜 | Bitter melon | 苦味较重，用于清热解毒 |

| 西葫芦 | Zucchini | 软烂便于烹调，常用炒或烘焙 |

掌握这些特殊蔬菜的英文，不仅丰富词汇，还能拓宽你的美食视野。

## 小技巧：学习和使用蔬菜英文的建议

1. 将蔬菜视觉和英文相结合：可以通过图片和英文对应记忆，加深印象。

2. 阅读菜谱或食品标签：许多国际菜谱会用到英文蔬菜名，提前了解会更得心应手。

3. 在购物时用英语点单：在海外超市或与外籍友人交流时，提高口语能力。

4. 注意不同地区的叫法：某些蔬菜在不同国家会有不同的英语名称，例如“ Eggplant ”在美国，“ Aubergine ”在英国。

全面掌握常见蔬菜的英文名称，不仅提高英语实用能力，也能让你的美食交流变得更加顺畅自如。无论是在超市购物、烹饪菜谱，还是旅游出行，熟悉这些英语词汇都能带来极大的便利。

如果你还希望了解更多蔬菜的英语对应，建议多关注食材图片和不同地区的叫法，积累丰富的词汇库会让你在中英文交流中更加自信。