

《食物的对垒》

高速公路上，一辆载货车呼啸而过。两样东西落在地上，第一样分别是来自营养均衡国王派来拯救被零食国王捉走的土豆和鸡肉。第二样东西是西瓜先生和西蓝花小姐。他们都是富有碳水化合物、蛋白质、高纤维及富有维生素的食品。他们四人躲躲闪闪好不容易才越过在马路上不停飞驰的车辆。

探索了好一阵，才到达了目的地。与国王见面后，说明了救人路线，他们四人便开始了救人行动。走着走着，当中的西蓝花小姐竟然被零食国王派来的手下捉个正着！就这样，救人行动被破坏了。

无论如何，救人计划还是要进行的。。。。他们就在陌生的环境摸索着就出人的线索，一不小心土豆先生撞向一位行人。原来是一位父亲独自一个人做在广场的行人休息道上。。。脸上正发愁呢！他看见食物伙伴们在四处寻找什么似的，便好奇的问：“小土豆，你怎么走在街道上呢？你的家不是在泥土里吗？”“是的，只不过我们的营养均衡的伙伴被零食王国捉去了，它会对我们的伙伴不利”“他们也把我们原来的营养破坏掉，加上其他的加工物品，变成对人类有害的食品，危害人们的健康，我们要马上找出伙伴们”“我们把零食王国打败”西蓝花小姐、鸡肉小姐及西瓜先生抢着说道。

“先生，你又为了什么事而发愁呢？”西瓜先生问道。“唉，我家孩子偏食啊，不爱吃蔬菜、水果，导致营养不良，常常生病”“特别是蔬菜，不论我怎么煮，他就不爱吃蔬菜，我就在烦恼要煮些什么食物给孩子吃啊！”

“啊，这是小问题啦，被抓走的西蓝花小姐就是烹饪高手，她会调配很多美食，爆、炒、煎、炸、焖、炖”都是难不倒她。“她手上还有一本“武林秘籍”，就只有西蓝花小姐得到祖辈留下“真功夫”。鸡肉先生说道。

“上一次西瓜先生的妹妹也因为吃了太多加工食品，结果皮肤很痒，难以痊愈，最后吃了经过西蓝花小姐烹煮的天然食物，两个星期后，皮肤的毛病渐渐有了改善，人也变得精力充沛，活力满满”西瓜先生说道。

父亲听了土豆、西瓜、鸡肉们的话后，就姑且一试也不错，于是他想加入拯救西蓝花小姐的团队。食物们知道人类要加入他们的队伍，高兴得欢呼起来。

他们在公园里讨论着如何救出西蓝花小姐，并把零食王国打败。

最后他们通过导航系统，找出了零食国王最有可能的所在地，找了小土豆们来引诱零食王国的朋友，并把导航镜片植入小土豆们的身上，就可以轻而易举的找出零食国王的所在地，把西蓝花小姐救出来。

这一天，资讯版上传来信息，食物们赶快联络了“父亲”，在父亲的带领下，健康的食物们就轻而易举的捣破了零食国王，并成功救出西蓝花小姐及其他打算被零食王国制成加工食品的食物们。只见胡萝卜、豆腐、牛奶、绿豆、麦片、面包、鱼类都纷纷逃跑，深怕多一分钟自己就成了危害人类健康的“垃圾食物”。

零食王国被打败了，也明白到自己的过失，打算痛改前非，不再制作出危害人类健康的食品。他们打算和原味食物合作，制作出更多营养均衡的食物给人类。

西蓝花看了看父亲的小孩，发现小孩的膳食纤维和维生素不足，他打算利用蔬菜和鸡肉制作煎肉饼，并撒山芝麻油，也把番茄和肉熬成汤，酸酸甜甜，是开胃的羹汤。

一段日子后，小孩的健康慢慢恢复，他也不再偏食，体重恢复到正常的水平。