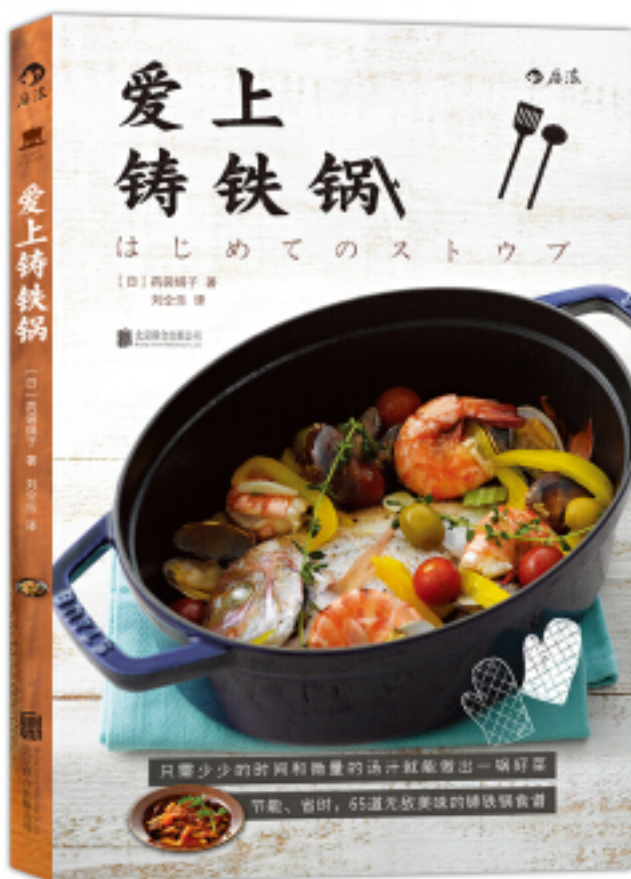


爱上铸铁锅 [はじめいてのストウブ]



[爱上铸铁锅 \[はじめいてのストウブ\]_下载链接1](#)

著者:[日] 药袋绢子 著，刘全乐 译

[爱上铸铁锅 \[はじめいてのストウブ\]_下载链接1](#)

标签

评论

买了一个铸铁炒锅，想买一本菜谱看看，结果内容主要针对珐琅铸铁锅，不是很对路，看看参考一下。

很实用的工具书，书中图片拍得好美！

內容还可以，但詳細度还是不够，真的做很難一樣

非常好的菜谱、锅还没到书已经到了。为了年夜饭吃的够味做了充分准备哦

618活动买的，物流给力，包装仔细没有丝毫破损，书中菜谱对我个人来说实用性不强。
。

此用户未填写评价内容

珐琅锅，是在锅具本体的内、外表面附着一层珐琅层，在锅具本体的锅缘上紧密包复一种可食性热塑硅胶，锅缘和热塑硅胶并嵌套在一环箍的环沟内；热塑硅胶的组装，可防止无法附着珐琅层的锅缘和外界的水或空气接触。

活动买的，很合算。还送货上门，很满意

买了很多很多书，图书打折的时候超级划算的

家里有口铸铁锅，不光高颜值，有微压效果，烧出来东西特入味，为了厨艺更上一个台阶，买本料理书来丰富菜谱。

买了锅，别的装备都要跟上啊。

铸铁锅越用越爱，方便省事省时

非常快，上午下单，下午就送到了。准备送给朋友的，还没拆封，整体看起来不错。

买了铸铁珐琅锅，就要看看这本书。

好、好、好。。。。。

还行吧，内容上可，再看看再说

好好好好好好好好好好

好，包装完好666

作为京东最忠实的粉丝，最希望的是京东做大做强，以便我们能够拥有更好的购物体验！东西很不错，送货速度也挺快，愉快的一次购物！送货员林科大京东派肖文兴大哥，人特别好，赞赞赞！

两百多块钱买了一大堆东西！哈哈哈

买买买 永不停歇 京东给力

28号拍下显示3月1日送到，结果直到3月3号才送来。

很好的书，制作精良，印刷清晰，正版优惠，618活动给力，抓紧机会囤书。

不错哈，一直是京东的老客户，信赖京东商城网购平台的产品和服务，会继续关注哈

看上去还不错，配送有点坑

活动买的，正好有个铸铁锅，看书学习一下。

高大上的锅需要高大上的食谱来配套，就是书本太薄了，其他没有缺点

赞！

质量很不错质量很不错

锅子还没买，先把指导书给买了……

本书的主角是出身法国的珐琅铸铁锅。它的材质厚重结实，导热均匀，稳定性好，能最大程度地减少营养流失。蒸、烤、煮、炖、烧……对于珐琅铸铁锅而言，样样不在话下。

书中将介绍一些简单、快速、节能的铸铁锅料理食谱，不仅有每天都会端上桌的家常菜，还有各式小吃甜品，让您充分享受蔬菜、肉类、鱼贝、豆、米等各种食材原本的醇香和美味。

很好不错很好不错很好不错很好不错很好不错很好不错

这本书很不错，我家的锅又可以利用起来了？

促销买的，性价比高，送货员也很好

包装很好，物流很好，快递也很给力！《深夜食堂》背后真正的料理设计师！

菜谱比较清淡，符合日本人的口味。

心水很久 做法写得很清楚

快递很快，但这书的内容看了真的很失望

京东出品必属精品，物美价廉方便快捷，京东，你值得拥有的伙伴。

印刷精美，实用性强，今天就照着烧了个菜，一次成功，开心。

东西不错，一直在京东买东西。

不错。。。。。。。。。。。。。。。。。。。。

不错，计划买锅

薄薄的一本

看看还是可以的。“简单快手的便当，是家人间深深的羁绊。母亲忧心家人营养，儿女挂心有点“三高”倾向的父亲……一份简单的便当，包含了很多深层的意义。如同饭岛老师在书中所说：“吃的人可能当时不会想太多，但是那时的味道，总有一天一定会成为令人念念不忘的回忆。”

这本书印刷精美 不过内容其实不多，打折时候买还不错

性价比高值得购买，赞一个

不错不错不错不错

很喜欢，还会介绍好朋友购买

双十一京东活动力度好大，图书满减再用券，买到不想买了。跟同事一起买了几大箱？买书入山倒，看书入抽丝。

一直想买的书，挺好的。

东西不错，送货快，快递员态度也很好，好评。

在B站看到博主推荐的，精致的日本料理，有空的时候可以在家试试。

不错的一本书，正在实践中。

收到，内容没有介绍的那么好，印刷和图片质量太一般了！

买了个锅，在买个菜谱，决定挨个实践一下

配合珐琅锅，非常好用，菜品操作描述详细，值得购买

昨天下单今早收到，真快！内容主要针对内黑的铸铁锅，在用锅上受点启发

东西不错不错不错，快递也很快很快，继续买。

刚买了铸铁锅，跟传统的锅具区别很大，期望尽快上手做更多的菜

很好看的一本书。内容很家常，容易学习。口味清淡，适合现代人生活。

好书一本，正在学习当中

书本纸张很好，内容也不错，根据书本内容却是可以做出好吃的菜，就是铸铁锅本身保养起来真的很麻烦哈哈

多快好省，支持京东！！！！没意思，大家不要买，不如网上的菜谱

书内都是珐琅铁锅的菜谱，跟铸铁锅没什么关系。白买了。

好书，值得拥有的。啦啦啦～\ (ノ▽ノ) /

很小很薄的一本，印刷好

好好好好好好好好好好好好好好好好好好好好好好

好好好好好好好好好好好好好好

各国纷纷法国红红火火个方法

铁铸锅还没买。东西简单实用，很好，精美。就是人太懒？

内容还可以，书的价格也不算太贵。

内容还可以，菜谱都很简单，图文并茂讲的也比较清楚。

书质量没什么问题，印刷也还可以！期待黑暗料理的出现

非常好的产品，品质也很好，买了很多次了，还会再来，

夏天快要来了， 便当可以学做起来啦~

不错好看呀京东图书真的好划算

还好吧， 有活动就更好了， 京东的书再给力点呀。

很好， 一直在京东买书， 还会再买， 物流速度快

物流快， 书很好， 一直在京东购买， 会回购的

薄薄的一本书， 关于铸铁锅的菜谱， 都是日式料理。

铸铁锅很多国人还不了解， 可以用一辈子的

不错不错不错不错不错呀呀呀呀

讲的很细致， 插图精美。

产品非常好， 品质非常不错!

非常适合一个人的做饭指南。是我最近最喜欢的菜谱。

凑单买的，随便看看吧

书很好，喜欢。纸张也好。邮递速度快，好评。有喜欢的会再买

还可以，内容不是太特别。

很好很好很好很好很好

不错，图文并茂..午餐便当丰富起来

书很好，就是太薄太小了

好薄一本，但是学学做菜也不错

有了这本书可以更好的利用我的铸铁锅

有铸铁锅的入门知识，简单的料理，比起港台原版，这本书的价格是不错的啦。

图书全彩还是不错的 不过菜式大多是不适合这边的烹饪

活动价格优惠，快递送货速度快！

准备做起来，里面的一些菜品还是很简单的，希望做出来的味道也棒棒的

很好，买书一直在京东，还会继续购买的

活动买比亚马逊便宜，挺好的，以后继续努力。

买了一大堆 感谢快递小哥

专门介绍铸铁锅的。内容丰富，介绍得也比较生动，作为参考书不错。

好，好，好，好，好，好！

内容丰富，实用。

书真心不错?一直都在用，感谢京东的服务。

一本好书，值得一看

家里有个铸铁锅，买本书学校学习

非常好，大爱铸铁锅

努力学习，把家里的铸铁锅物尽其用

书是正品。内容看上去靠谱，还没试过。

可以的哈 东西挺好的 送货速度也不错呢 大赞 啊哈哈

超简单的菜谱，不太适合中国南方人。

东西还是非常不错的，值得肯定

满意很满意非常满意，很便宜。

顶顶顶顶顶顶顶顶顶顶顶顶顶顶顶顶顶顶

爸妈不喜欢看。留给我吧

很不错的，物流也很快。赞赞

一如既往的好！一如既往的好！

京东购物，方便快捷。

可以。 。 。 。 。 。 。 。 。

好好好好好好好好好好好好好好啊稼好好

好好好好好好好好好好好好好好好好好好好好好好

菜式都很简单，不错

快递员送货非常快，谢谢

书挺薄的，只能说还可以吧

日式小清新的感觉，内容比较少，翻翻看吧

万事俱备只差铁锅~~哈哈。书不错

日式食谱，比较健康

四季便当没货了，这个估计没那个好

这个月在北京买了书好多书了 京东包装好 发货速度很快 买的很放心 打开盒子
想马上迫不及待的看呢 购物车里还有好多 下次再买

还不错呦！

趁着图书节一口气把自己想买的书都买了，超开心哈哈哈哈。一个人吃饭也要认真做啊？

不太适合我们

很喜欢，一份人料理，其实很适合家庭使用，烹煮方便，京东配送，很快！

明日的便当，京东自营商城购买书，实惠多多，正版授权。放心购买！

书籍在北京买，还是便捷，快速，第二天基本就收到了～

老公买给我看的，嘻嘻，希望我以后变身小小厨娘，书装帧特别好，铜版纸的，插图也很丰富，介绍的很全面，可以当收藏品了，哈哈

还行吧，包装不错。紫薯补丁

看着还可以哈

非常好!谢谢! 谢谢! 谢谢

母亲心中牵挂着家人的健康和营养，在忙碌的早晨，精心制作的便当，是孩子长大成人后也难以忘怀的味道。在这本书中，既有忙碌的早上可以轻轻松松做出来的便当，也有利用提前做好的常备小菜，稍微加工即可完成的便当，还有需要费一些心思仔细去做的便当。

618炒鸡划算，各种囤货！

后浪出版社的书大部分还是挺好的，这本书买来送给女朋友

几年了，一直都在京东买东西，真的很方便，物美价廉，东西也不错，质量问题也能妥善解决，回访也做的好，很放心！

非常喜欢，特别给力的活动，赞哦期待

快递真是神速

这本书是用来凑单的，应该可以吧，还没用。

京东搞活动，好书赶快囤，推荐。

都是给老婆买的 她喜欢做菜 又喜欢京东商城 不错

师傅送货辛苦了，东西不错，送货快 态度好，下次还来

老婆喜欢用！

还没看，看了再来追加评价吧。

hhhhhh

自己住的悲伤就是不知道吃什么好！相信有了它可以带给自己不同的惊喜！兴奋中！！

薄薄的一本小书。美丽的。

都是简单的快手菜 不错

很好很好很好很好很好很好?和……很好很好很好很好很好很好?和……很好很好很好很好很好很好?和……很好很好很好很好很好很好?和……很好很好很好很好很好很好?和……很好很好很好很好很好很好?和……很好很好很好很好很好很好?和

不错的书，尽管是日式烧法，但也适合中国胃，简单容易，已经尝试了，增加了一个人吃饭的乐趣呢。

这本书非常好，买来收藏。虽然电子书越来越流行，但我还是喜欢实体书的感觉，所以我还会在京东买很多书。书收到之后品相非常好，还有各种强力的优惠，简直读书人不要太赞哦！！！！

一直在京东买各种沉重的日用品 不用自己去超市搬运 还是很不错的

棒物流及时，价格实惠，质量不差。就酱紫?虽然买了发现并不能做的起来哈哈哈哈哈
哈哈

发货，送货快

很好很好很好很好啊啊啊啊啊啊啊啊喜欢的东西就是要拥有！

最近开始自己做饭了，买了一本，从主食到小菜，制作方法非常详细，适合新手，也快，推荐！

“一个人吃饭好麻烦，总是凑合！”“做饭好难，完全找不到头绪！”你是否也有这样的烦恼？这本书能让你从零开始，学会各式的美味料理。运用生活中常见的食材，做出营养又美味的一人份料理，一个人吃饭也可以很享受。本书中选录的食谱都很简单日常，即使是料理新手也能轻松学会。每道菜的做法简洁明了，配图也是一目了然，一定不会出错。除此之外，书中还有实用的料理的基础知识，以及料理必备的厨具和调味品等。更有各种贴心提示，说明烹饪要点，保证让你快速变身大厨。快快行动起来，享受下厨的乐趣吧！

有活动时就囤点儿，肯定用得上。

出货物流快包装完整快递给力！很有趣的饮食文化，很不错！

里面的菜谱感觉不是很适合中国家庭，翻完没有特别想做的菜

很喜欢都是彩图，日本人的单身生活很惬意

书还可以吧，就是没有包装了，

还不错，空余时试着做一下～

包装完好，物流速度快，服务态度好，好评！

买书就上京东！！！！！！！！！！

是本好书 价格合理 年中优惠

内容清晰，物流快，工作人员态度很好。

书很好是正版，买来学习一下

学习中。。。学习中。。。学习中。。。

基本是从零开始手把手教导了，没时间实践。

有活动就给娃囤的书系列……

介绍得非常详细，对初学者有很大帮助！！！！

非常好的一本菜谱，而且介绍的也很详细。

偏日式的，中式菜肴太少

内容微微复杂，需要仔细研读，学会就不用一个人了。

[爱上铸铁锅 \[はじめてのストウブ\] 下载链接1](#)

书评

[爱上铸铁锅 \[はじめてのストウブ\] 下载链接1](#)