

轻松做早餐：10分钟做出营养美味的早餐



[轻松做早餐：10分钟做出营养美味的早餐_下载链接1](#)

著者:高瑞珊，耀婕 著

[轻松做早餐：10分钟做出营养美味的早餐_下载链接1](#)

标签

评论

挺好的书，慢慢照着做吧

很不错的美食书，印刷很好，纸质也很好。内容丰富实用。

早餐有好多搭配呢，还说轻松做早餐呢！！～不过嘛，懒人就酌情参考一下，只做一两项，也是可以的！

一直都很喜欢这类书，每一步介绍的都很详细，原料和用具介绍的也很全。让做饭变得很简单。

这本书还是值得买的。里面介绍的菜式至少是营养搭配的。

此用户未填写评价内容

书籍纸张很好，图片精美，介绍的内容也很喜欢，五星好评。

非常好的一本书，简单又不失营养

买家印象生活美食健康

喜欢不错已经入手了好几本了，质量没得说图案也清晰，棒棒哒??????

期待能为家人做出美味早餐…

非常精美，内容引人入胜！物流非常给力！

宝贝收到了，东西看着不错，很好看的样子，是一本好书，直得购买，给个好评！

昨天收到宝贝！心情好激动，每本书都翻看了一遍，里面的菜谱都很使用，也不复杂，关键介绍的都很详细！用材用料所要用的工具，里面都很直接了当，希望借这书籍能神速提高我的厨艺，那就太好了，好喜欢的！很满意的一次购物，果然没让我失望！发货速度也很快，当天下午三点就收到货了，祝卖家生意兴隆！

很好的书，盯上好久了，一直放在购物车了，反复比较，终于下手了，正品，质量很好，印刷清晰，纸张厚实，全家很喜欢，一口气看了很长时间，值得购买哦！

书质量很好，内容不错！

首先感谢京东小哥的优质服务，其次感谢京东提供的优惠价格，书是正品无疑，活动期间买的，用券抵完等于2.5折，囤书最开心啦~全彩页价格真的太实惠太实惠

还不错，就是菜品有点少，再多点就好了

感觉不是很实际，有些做法和食材都不是经常会买的，要是做一顿这样的早餐要花费好多心思和时间去准备，并不轻松。不太建议购买此书。

书买的是满一百减三十的促销价，书是正版，都有塑封包装。很喜欢。

京东的速度真的是没话说，昨天晚上下单，今天上午就到了，只有其中一本后面有破损，其他都很好

东西很好，快递也很快，以后还会继续购买，京东的质量让人放心。实在是太好了！！
！！

选择京东自营的产品送货超快，品质有保证

挺好的，图片精美，但是我一件都还没有试过……哈哈哈，有机会还是要试试的

买了好多食谱，看着学着做，很实用。

这个上面的不太适合家庭上班族。。。不过早餐都挺精致

纸质很好，是彩页滑溜溜的那种好纸，无塑封背页也有点瑕疵，但是不影响使用，总体好评

本来是买给我妈看的，结果女儿看的津津有味。

刚收到书，内容比较丰富，都是彩页，容易上手。

很不错，照着做了好几次早餐

学会了给女朋友做早餐

一直都很喜欢在京东上买书，因为京东每次都是用纸箱装书，很少会有破损。有空闲时做做花草茶也不错。

刚到手，材质不错。。还送瑜伽光碟。。

非常不错的书，大家都要看看，实用的

宝贝不错，很实用！物流给力！很愉快的一次购物！

很好 很详细 明天开始学做菜

轻松做早餐，轻松做早餐，轻松做早餐，轻松做早餐，轻松做早餐，轻松做早餐，轻松做早餐，

学做饭，买了好多书，有时间研究下

连下六本食谱，到手就按照菜谱准备一桌招待朋友。反响不错……再也不为晚餐做什么菜发愁了……老公儿子都看菜谱点菜了！

物流速度快，印刷质量好，健康饮食，早餐不重样

还好吧，有些可以参考的，给孩子做早饭。

很好，很好，很好

年轻时早餐要不很少吃要不都是垃圾食品，现在后悔了，只能试试改进了！

非常厚重，买了很多，就不一一评价，618就买了一单，优惠很多，以后继续，

这次纸箱一角已坏，好在书没事。印刷什么的都很好。

这本书不咋滴，不好

半小时都不一定做的好，这书标题太吹了，还10分钟

活动价很优惠，有活动会再来

以后给老婆做着吃……

书不错的，物流也很快哟，让读书成为一种习惯！

刚收到，还可以，包装都比较好！毕竟是京东……？

早餐的种类原来可以这么多，以后可以慢慢来试试。

看到有人问这个有炒菜火锅类的吗，我很奇怪谁早上吃炒菜火锅，反正我一个四川人早饭是不会吃回锅肉和火锅的~

内容易懂，解决早餐困扰，着实有益，值得购买

东西一如既往的好，希望下次再买。

书的质量非常不错。

物流快捷，服务到位，值得购买！

这本书是在书店看了才决定买的，非常好的一本书。

评价没意思啊没意思评价没意思啊没意思评价没意思啊没意思

还没仔细看，书的质量是棒棒的，略翻一下比较简单

很好，质量很好，很喜欢，物流速度也很快

还没有看，但是物流倒是一如既往的速度，书也不错学习吧

讲解细致，很好的作品的

希望老婆不光看，还能学会。

还行吧。菜不多。比较好

书是新的，不过理发刀是二手的，还有别人的指纹。

很好。○○○
○○○

挺好的呢，给宝贝和家里人做起来！

不错不错，试着做做看，看起来都很好的样子

以为看了它做饭会轻松，然而看它也成了新的负担

质量很好！快递很方便服务也好@

还没开始看，先囤货，一本一本的看，肯定有帮助

给我姐姐买的。希望她做更好吃的饭哈哈。

赞，快递很快！赞，快递很快！包装精美！

不错很好用！很喜欢，跟我的习惯很像！感谢(?·?·?)?

这次买了好多书，应该是正版书吧，为孩子买的。

感觉不错啊，字迹很清晰，质量很好，快递很快，不错

不错，之后可以用得上。。。。。。。

一直懒得评价，现在知道评论可以收获京豆。发这条评价说明我对东西还是满意的。

具有实用价值的生活美食类指导用书 好评！！！

每天有搭配。配图全面。给宝宝做饭吃。

快递真给力，而且小哥超级负责，东西包装也好

不错，物美价廉，感谢京东给这么号的平台

在京东买了很多书，价格便宜，质量有保证。

看着很不错，虽然还不是天天用，但看了几页还很容易操作。没看见有炒菜火锅类的。

书很不错，内容简单易学，好！

很不错的食谱，值得拥有的初级菜谱

东西看着不错，书的质量也可以，因为之前买过坐月子书，所以就买这个了，总体来说挺满意，感觉可能照亚马逊的质量稍微差点。

做活动满减买的，非常划算，挺好的书

批量晒单，最近买书有点多价格实在太优惠，一而再再而三的剁手！收到都喜欢的不得了，质量好速度快就是没时间看书

书已破损，不耽误用。介绍厨房用品和事物的营养占据了40页吧，觉得没什么用，可能有人需要吧

很喜欢。，，，，，，，，，，，，，，，，

非常实用的一本早餐食谱，这下可以变着花样给家人吃早餐

书是彩页的，介绍很详细

很好很好很好很好很好很好很好很好很。

喜欢喜欢???

好好。。。。。。。。

非常满意，只需要学几道自己爱吃的就可以了

很丰富，照着上面做早餐，丰富

不错不错不错不错，说了四遍很不错

这本书很好，慢慢的学习吧。

很喜欢，希望能有所帮助

收到宝贝啦！很惊喜，翻看了每本书的内容，不管是纸张质量还是图片色泽度都很好，里面内容介绍的很详细，用具用材制作方法都很通俗易懂，很符合实际使用，很期待自己能借助这些书本知识能提高厨艺，让老公对我刮目相看！嘻嘻……也希望卖家生意兴隆！

商品与店铺显示的一样，质量挺好的。物流不错。

老婆买了给我和女儿做安心早餐用的

还没用，应该不错哒信任京东·····还没开始做

东西不错，到货快，非常满意！！

看了一下，还不难，希望能给宝贝做出他喜欢吃的早餐

凑单买的，还没看过呢，实用吗？

收到了，还没看呢，希望不会失望

刚买的，还没有看

不错的书，会慢慢学习的。书质量特别好。京东送货就是快！

书很好，印刷很精美，内容很丰富，做法很详细，快递也很给力，非常成功的一次购物

还没细看，希望能做出各种早餐

有趣的书，活动价，划算。

宝贝们的早餐有着落了！

做法简单，很实用，唯一就是很多要过油，一般家里很难过油，不健康

纸质厚实光滑，印刷质量好，图片精美。刀工步骤介绍详实，是一本难得的好书。

好好好好好好好好好好！

买了好多书，不一一评价啦，很不错！哈哈\(^o^)/

京东图书送货快，正品保障。

价格优惠，京东配送快。

不错的一本书，可以参照学习学习。

好好好好好好好好！

好快的快递呀，昨天下单，今天收货

还没读呢，以后追加

书质量很好，内容也很全面

京东商城速度就是快的没话说，书很不错，很满意

这本书还是不错的，大家可以参考

还不错，简单易懂，就是早上起来懒得做了

内容详细，都是一些实用的方法，很适合备一本在家里！

很好，一口气买了很多

贝太的书都不错！印制精美，打折的时候购入很便宜，炒菜用很好

好好学习天天向上。。。

质量很好的书，画面清晰，纸张超级好，喜欢，早晨可以参考书的内容给孩子做饭了

不错。。。。。。。。

还没仔细看，内容很丰富

送的很快，纸质很好

让人细细品味生活的好书！

一般，感觉种类太单一

非常好的食谱，有时间希望能够都做做~

一本好书，必须要好好读！

很不错，很实用。赞一个。

简单翻阅一下，清爽可口，喜欢的朋友可以下单哦，个别不清真，不过可用牛肉?代替
~~~~

-----  
里面的早餐太西式，不适合中国

-----  
京东就是快，买东西也方便

-----  
书本质量不错 里面写的也很清楚 赞

-----  
一直信赖京东！相信京东给我们提供质优价廉的商品！期待更好！更实在！

-----  
刷题宝典，性价比高

-----  
平时做饭的好参考，值得一买。

-----  
对贝太厨房的书非常信任，色香味俱全，难得的是:味是食物的原味，而不是调料的味。  
。

-----  
很好，内容很多，很丰富，很喜欢

-----  
性价比不错，质量还可以。

-----  
书很好，一直支持京东。

-----  
[轻松做早餐：10分钟做出营养美味的早餐\\_下载链接1](#)

## 书评

[轻松做早餐：10分钟做出营养美味的早餐\\_下载链接1](#)