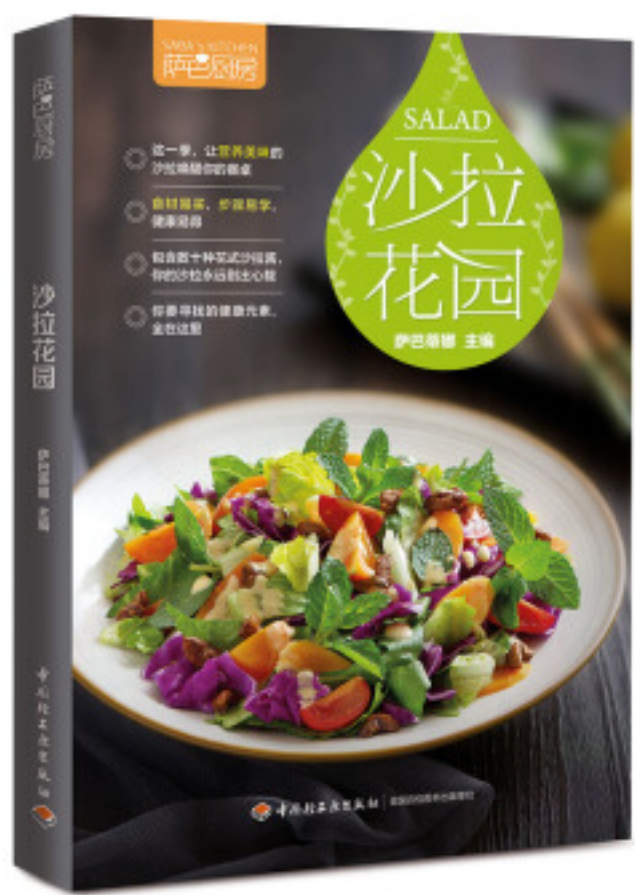


萨巴厨房：沙拉花园



[萨巴厨房：沙拉花园_下载链接1](#)

著者:萨巴蒂娜 著，荣获2016年世界美食与美酒图书大奖博主奖 口述

[萨巴厨房：沙拉花园_下载链接1](#)

标签

评论

职场没时间的学习的亲们也可以轻松掌握炖汤技巧，全面的广东养身汤，孕妇小孩老人男人女人均可喝的好汤，祝大家身体健康！

买本书先学着。民以食为天啊。好好吃饭。好好生活。

喜欢！推荐！

京东图书大促销，本身有满减活动，还能叠加用券，就是券太难抢了，连我这图书勋章最高级都几乎抢不到，不要只想着plus会员而忽视了我们普通会员啊，毕竟不是所有顾客都是plus会员吧，可以给他们单独开通道，另外，京东可以大数据统计一下，领了图书券最后实际使用券的人数是多少，针对这个做出策论调整不是更有针对性吗。

不错，和在书店看的一样。强哥威武！

非常感谢京东商城给予的优质的服务，从仓储管理、物流配送等各方面都是做的非常好的。送货及时，配送员也非常的热情，有时候不方便收件的时候，也安排时间另行配送。同时京东商城在售后管理上也非常好的，以解客户忧患，排除万难。给予我们非常好的购物体验。顺颂商祺！ Thank you very much for the excellent service provided by Jingdong mall, and it is very good to do in warehouse management, logistics, distribution and so on. Delivery in a timely manner, distribution staff is also very enthusiastic, and sometimes inconvenient to receive the time, but also arranged for time to be delivered. At the same time in the mall management Jingdong

早餐很重要 专门买一本好好研究 内容新颖 值得购买

京东图书太赞了，比当当网的还要赞，以前只知道当当的图书不错，以后就在京东上买了，服务很好，图书质量也很好，必须好评。

在书上学的 百分之80 的味道。虽然没有十全十美 学的东西还是可以的

都在京东自营店里买的，书的内容很好，质量很好没没错别字，五星好评！

包装很完美啊，货也收得很快，非常感谢哦

很实用的一本书。太好了！比着做了很多。天天换着做，超有成就感??

好评好评好评好评好评好评！步骤详细！操作简单！

吾消费京东商城数年，深知各产品琳琅满目。然，唯此宝物与众皆不同，为出淤泥之清莲。使吾为之动容，心驰神往，以至茶饭不思，寝食难安，辗转反侧无法忘怀。于是乎紧衣缩食，凑齐银两，倾吾之所有而能买。东哥之热心、快递员之殷切，无不让人感激涕零，可谓迅雷不及掩耳盗铃儿响叮当仁不让世界充满爱。待打开包裹之时，顿时金光四射，屋内升起七彩祥云，处处皆是祥和之气。吾惊讶之余甚是欣喜若狂，呜呼哀哉！此宝乃是天上物，人间又得几回求！遂沐浴更衣，焚香祷告后与人共赏此宝。人皆赞叹不已，故生此宝物款型及做工，超高性价比之慨，且赞吾独具慧眼与时尚品位。产品介绍果然句句实言，毫无夸大欺瞒之嫌。吾消费京东商城数年，深知各产品琳琅满目。然，唯此宝物与众皆不同，为出淤泥之清莲。使吾为之动容，心驰神往，以至茶饭不思，寝食难安，辗转反侧无法忘怀。于是乎紧衣缩食，凑齐银两，倾吾之所有而能买。东哥之热心、快递员之殷切，无不让人感激涕零，可谓迅雷不及掩耳盗铃儿响叮当仁不让世界充满爱。待打开包裹之时，顿时金光四射，屋内升起七彩祥云，处处皆是祥和之气。吾惊讶之余甚是欣喜若狂，呜呼哀哉！此宝乃是天上物，人间又得几回求！

搞活动，多买点，看同事买的，觉得挺好

此用户未填写评价内容

好棒的书籍，印刷精美

物流很快，书收到了，纸的质量非常好，图文并茂，正是我想要的书。非常喜欢，应该是正版书。五星好评

很喜歡，而且包裝也好，沒有需要耽心碰壞碰皺了的現相，非常開心，內容也超好，且好快就收到，謝謝

这是5批的书，还有两批没到货呢?京东快递小哥超可爱态度好。书还没看呢希望都好看哈哈期待我自己的阅读季！

刚买了烤箱，就买了一些烘培工具和原料，准备自己做蛋糕面包了。自从买了烤箱就开始剁手了，开始买各种各样的烘培原料和工具了还有书，，一直在京东商城买的。送货快服务好。发货快。

做个好男人，首先要学会好的厨艺，首先要学会煲一碗好汤，你会了吗？

很不错的一本书，从工具、配料到酱汁都有详细的描述，以后可以自己做轻食了，可惜有些配料买不到，只能自己找替代品了。

相当好的一本书，好看有收获。

非常感谢京东商城给予的优质的服务，从仓储管理、物流配送等各方面都是做的非常好的。送货及时，配送员也非常的热情，有时候不方便收件的时候，也安排时间另行配送。同时京东商城在售后管理上也非常好的，以解客户忧患，排除万难。给予我们非常好的购物体验。 Thank you very much for the excellent service provided by Jingdong mall, and it is very good to do in warehouse management, logistics, distribution and so on. Delivery in a timely manner, distribution staff is also very enthusiastic, and sometimes inconvenient to receive the time, but also arranged for time to be delivered. At the same time in the mall management Jingdong

好好好好好好好好

双十一预热期间就忍不住买买买了??_??这本印刷质量很好，全本彩色铜版纸印刷，好多酱汁和搭配还是挺有参考价值的，实践了一款油醋汁挺好吃，吃草也比较有动力了！

纸张非常好，图片很漂亮，带操作步骤详解，慢慢看慢慢学

跟着书的指导做了很多沙拉了。基本可以融会贯通。非常好。

在京东很多书 质量绝对信得过 同时阅读了东哥创京东之路上的思想决策和人文，里面有很多感性的可爱的激情的透露着匪气的人儿，他们有很多故事深深的感动了我，有冒雨送奶粉的宿迁呼叫中心客服小伙丁康，有教蛮狠奶爸带孩子的成都客服中心庄菁菁。多做了点尽然如此性感。相信还有很多很多这样的京东人。谢谢你们的努力让我们对网购有多一些不一样的体验。

在京东购物很多次了，每次发货速度都很快，服务特别好。东西都很好用，希望京东带来更多优质的服务和更好的商品。希望提升一下送货人员的，服务品质。在京东购物很多次了，每次发货速度都很快，服务特别好。东西都很好用，希望京东带来更多优质的服务和更好的商品。希望提升一下送货人员的，服务品质。在京东购物很多次了，每次发货速度都很快，服务特别好。东西都很好用，希望京东带来更多优质的服务和更好的商品。希望提升一下送货人员的，服务品质。在京东购物很多次了，每次发货速度都很快，服务特别好。东西都很好用，希望京东带来更多优质的服务和更好的商品。希望提升一下送货人员的，服务品质。在京东购物很多次了，每次发货速度都很快，服务特别好。东西都很好用，希望京东带来更多优质的服务和更好的商品。希望提升一下送货人员的，服务品质。

平素喜欢吃，对做饭只能说是入门，把饭菜做熟而已。这本书编排比较有特色，左边是成菜加营养贴士之类的内容，右边是做菜步骤，注意事项，照着做确实不太会失败。推荐一读，做个称职的饕餮。^_^

感觉东西还是蛮多的，目录的画是一张张的小图，也很诱人，实用性比较大。推荐，大家可以购买使用一下，里面的图也很精致，做法步骤也很好，很不错，对于小白来说足够了。这是一个比较棒的一个做饭的好东西。希望我们评价能够帮助到大家。

拿到随手范看了一下，推荐购买，沙拉灵魂应该在酱汁把，这本事详细的介绍了各种沙拉酱汁的来由做法。还有很多新手小提示什么。很贴心的食谱，很喜欢

书收到，包装很好，书的质量也很好，是正版，京东物流超级给力

吾消费京东商城数年，深知各产品琳琅满目。然，唯此宝物与众皆不同，为出淤泥之清莲。使吾为之动容，心驰神往，以至茶饭不思，寝食难安，辗转反侧无法忘怀。于是乎紧衣缩食，凑齐银两，倾吾之所有而能买。东哥之热心、快递员之殷切，无不让人感激涕零，可谓迅雷不及掩耳盗铃儿响叮当仁不让世界充满爱。待打开包裹之时，顿时金光四射，屋内升起七彩祥云，处处皆是祥和之气。吾惊讶之余甚是欣喜若狂，呜呼哀哉！此宝乃是天上物，人间又得几回求！遂沐浴更衣，焚香祷告后与人共赏此宝。人皆赞叹不已，故生此宝物款型及做工，超高性价比之慨，且赞吾独具慧眼与时尚品位。产品介绍果然句句实言，毫无夸大欺瞒之嫌。实乃大家之风范，忠义之商贾。京东大商，货通天下，指日可待。

京东速度就是快，周末马上试做了一个鲜虾牛油果沙拉，味道很不错，赶紧上图。

印刷质量好，全部彩图，内容详细每个步骤都配有图片，不看文字也能会做，这个价位对得起这个质量，分步骤配图讲解，以后可以不为做饭发愁，

我是puls，我骄傲，经常网购，总有大量包裹收，感觉写评语花掉了大量的时间和精力，所以在一段时间里，我总是不去评价，或者是随便写，但是我又总觉得好像对不住那些辛勤工作的卖家，仓管，客服，老板，于是我写下这一小段话给我觉得能拿到五星好评卖家的宝贝评价，以示感谢。首先宝贝性价比很高，我先试用再评价的。虽然宝贝不一定是最好的，但在价位里面绝对是表现最棒的，京东的配送绝对是一流的，送货速度快，服务态度好，每样东西都送货上门，希望京东能再接再厉，做得更大更强，提供更多更好的东西给大家，为京东的商品和服务点赞？

挺不错的，看着都有食欲。这书比之前我买的我爱沙拉感觉好。

书不错，里面介绍的菜色也不错，努力学习中……

外表看着美观大气上档次。一直信任京东。质量不错，送货很快，服务很好！
太漂亮，大气，档次高，超喜欢。
货比三家，选的也好是辛苦啊?现在除了一碗热气腾腾的拉面，在强哥这里买不到其他的，只有你想不到没有买不到?上午下单，下午到家速度啊！看着还行
货品不错，装了实用。质量可以。是值得购买
不错不错不错！！！！！！用了还可以，刚开始用有点涩。很干净，质感也不错，价位适中，性价比一般吧。不错 物流一天就到了
整体感觉很不错，收到就用了，挺喜欢的，这个用的好，还要买多几个。
物美价廉，用着看看吧，免去市场购物之劳，推荐答案
我为什么喜欢在京东买东西，因为今天买明天就可以送到。我为什么每个商品的评价都一样，因为在京东买的东西太多太多了，导致积累了很多未评价的订单，所以我统一用一段话作为评价内容。京东购物这么久，有买到很好的产品，也有买到比较坑的产品，如果我用这段话来评价，说明这款产品没问题，至少85分以上，
宝贝收到了，非常喜欢，质量很好，卖家热情，物流给

常网购，总有大量的包裹收，感觉写评语花掉了我大量的时间和精力！
所以在一段时间里，我总是不去评价 或者随便写写！
但是，我又总是觉得好像有点对不住那些辛苦工作的卖家客服、仓管、老板。
于是我写下了一小段话，给我觉得能拿到我五星好评的卖家的宝贝评价里面以示感谢和尊敬！ 首先，宝贝是
性价比很高的，我每次都会先试用再评价的，虽然宝贝不一定是最好的，但在同等的价位里面绝对是表现最棒的。
京东的配送绝对是一流的，送货速度快，配送员服务态度好，每样东西都是送货上门。
希望京东能再接再厉，
做得更大更强，提供更多更好的东西给大家。为京东的商品和服务点赞.

快递小哥赞赞赞，图片很有食欲，还有饮料制作方法。有待仔细研究学习。

还不错

这个真的不错，很使用，好用。质量也好，等用了看看可操作性。

用京东购物了，首先是因为物流非常快速，准时，还可以选时间。品牌多包括很多国外的品牌产地是原装产地。在国外旅游时，查了有些产品在京东还便宜，就在京东买了，省得行李过重。品种多品质保证，很多优惠很多折扣，比在商场、超市降价时还要便宜很多。退换货处理速度快，服务态度好。化妆品类每逢遇到节日、618、双11，优惠更

是意外惊喜，很多还可以叠加优惠，都会大量囤货。礼盒装的化妆品送给朋友非常体面，朋友收到礼物都特别特别喜欢。家电类抽油烟机，洗衣机，电热水器，电饭煲，电动牙刷全都买过了，肯定绝对比门店便宜，申请安装方便快捷，售后服务有保障，使用中途遇到问题（后来发现是自己不会使用，质量没问题），电话或微信预约师傅上门检查，态度都很好不嫌麻烦。反正除了物流、价格等，服务态度也很好。现在很多零售门店的服务质量服务态度都下降，在京东购物感觉非常便捷开心。

买了很多！还没看！购买前已仔细查看！看到这些书都没有什么质量问题！满意！

买了很多书，都非常喜欢。

一下子买了好多本，每本都独立包装得很好，里面的菜单简单易学，很适合家庭主妇，一回来就学了一道菜，非常好吃！！

书非常好，基本都是塑封着来的。很满意了。买了200块的，可以看好久好久了。特别感谢京东的快递小哥，不怎么爱说话，但是很细心，态度很好。为这个开了plus，希望以后长期在你家买买买。

巴萨厨房系列的书籍很实用，平时常看

一直想买沙拉的书，书内容不错，可以按书上做

油墨味大！除此之外，一百个赞！油墨味大！除此之外，一百个赞！油墨味大！除此之外，一百个赞！油墨味大！除此之外，一百个赞！油墨味大！除此之外，一百个赞！

图文并茂，正版图书，非常实用！

买了基本萨巴厨房的书……这本看起来不错……只是看到一个菜谱时是生的长豆角直接拌进去了……我记得不管四季豆还是长豆角都不要生食……看到这我有点怀疑人生了……

家里的书 都是京东买的 质量好

很不错的书，今天学着煲了个汤，挺好的，小孩子喜欢喝，很赞?会继续光顾的

这种做工书就是我最爱的书，便于保存。没事弄个沙拉调调情

京东图书优惠，满三百减一百三十六，沙拉花园，很好。

活动超级带劲，买书充实自己。

沙拉的灵魂就是沙拉酱啦，这本书讲了很多种沙拉酱的做法，哪种沙拉酱搭配哪种食材都有介绍，喜欢哈哈哈

内容详实，一本好书，以后做汤就不求人了的。

书很好，只是侧面有点小瑕疵。书中有很多不是太常见的菜

沙拉做法简单，好吃好看又营养。本书作者萨巴蒂娜对制作沙拉尤有心得，她发现沙拉好吃的秘密，就是沙拉酱。所以本书介绍的近百款沙拉，都配有自己专属的沙拉酱。详细的沙拉制作步骤图与沙拉酱调配图让你简单几步就能做出一道可口又悦目的梦幻沙拉。本书作者还根据国人的口味，专设一章中式沙拉，提供给读者更多的选择。除了菜谱部分，本书的知识篇更是教给读者沙拉常用的食材、工具、调料等知识，让读者从头到尾了解沙拉、爱上沙拉！

.....

.....

经常网购，总有大量的包裹收，有很多的评语要写！但是，总是写评语花掉了我大量的时间和精力！回头想想，我花了钱了，还要我花这么多的时间和精力来写评语是不是很不划算？所以在一段时间里，我总是不去评价或者随便写写！但是，我又总是觉得好像有点对不住那些辛苦工作的卖家客服、仓管、老板。于是我写下了一小段话，给我觉得能拿到我五星好评的卖家的宝贝评价里面以示感谢和尊敬！首先，宝贝是性价比很高的，我每次都会先试用再评价的，虽然宝贝不一定是最好的，但在同等的价位里面绝对是表现最棒的。其次，在与卖家的沟通中，无论是前期咨询还是后期询问；卖家都能好好解答。另外，物流的速度也是可以接受的，偶尔有比较慢的物流，也希望大家可以耐心等待，毕竟卖家也不能控制物流的速度啊。相反，卖家比我们更希望能早日到货，我们能早点付款啊！希望卖家能再接再厉。把店铺做得更大更强，提供更多更好的东西给大家

书不错，很精美，书中的内容多数都易于操作

不错，内容丰富，快递又快，好评

书到了 密封装 书页品质不错 介绍详尽 是我相要

京东物流不错，质量不错，以后还会继续关注你家店铺

经常网购，总有大量的包裹收，感觉写评语花掉了我大量的时间和精力！所以在一段时间里，我总是觉得好像不去评价或者随便写写！但是，有点对不住那些辛苦工作的卖家客服、仓管、老板.于是我写下了一小段话，给我觉得能拿到我五星好评的卖家宝贝评价里面以示感谢和尊敬！首先，宝贝是性价比很高的，我每次都会先试用再评价的。虽然宝贝不一定是最好的，但在同等的价位里面绝对是表现最棒的.京东的配送绝对是一流的，送货速度快，配送员服务态度好，每样东西都是送货上门。希望京东能再接再厉，做得更大更强，提供更多更好的东西给大家.为京东的商品和服务点赞.

物流比较快，一次买了很多，优惠力度大，京东自营的书质量都不错，放心买

这本书，我也看完了，讲得很详细，可能是刚开始做沙拉，很多食材不全，需要多备货，书是好书，质量不错？

种草很久，领券立刻下单，发货也很快，一拿回来就看完了，然后开始进厨房试验

发货快 活动力度大 买的书太多了 慢慢读

很喜欢，品种很多，讲得也很详细，很不错的一本书，质量也很好

詳細的介紹，圖文並茂，讓制作變簡單化。

质量很好，讲解详细，不错，值得购买

喜欢这个系列，买来看看，夏天到了，准备开做

印刷精美，是正版，用券后价格很实惠，家庭好帮手

宝贝已收到，与想象中基本一致，与商品页面介绍商品特性比较吻合。不管是对于售前咨询还是售后服务，商家都表现的非常耐心和专业，解释清楚，描述详实。总体上店家比较靠谱，本人真诚推荐。另外，京东锦衣卫日驰夜行，马不停蹄，电光石火之间已将宝贝送至本公府上，完好无破损，质量有保障！

为了做饭，买了好多书，不知道能不能把它们全部做一遍，图书不错，京东的服务也很好，以后还会再光顾的

纸张很好(?▽?)! 喜欢杂志类书页纸张! 不错(*?´ ∩ `?)?内容也不错! 实惠!

感觉做饭也能成为乐趣, 尤其是老婆学了还能给家里添点温馨气息

印刷质量特别好, 图片谅解超详细!

质量很高, 印刷精美, 讲解详细!

嗯, 照着书上的配方做的沙拉很好吃, 图书不错, 京东更不错, 为京东的服务点赞, 必须五星好评。

质量好, 但是味道特别大, 需要晒一两天……打算让我老公学着做, 等我坐月子的时候让他做给我喝……

好书好懂, 制作精美, 品种多。

内容全面, 还有酱料的调制方法。

挺好的书, 视觉上很好吃的菜, 与减肥有冲突, 京东活动好, 物流优, 支持。

萨巴厨房系列都非常诱人, 沙拉花园整体菜品看起来很干净素雅清淡, 非常健康, 整体摆盘很美观, 还有多款沙拉酱制作方法, 同主食沙拉一样, 食材较普遍较容易买到, 很实用。

大开版本，是我这次买的几部里面最大最厚的。全书都是高级硬铜版纸印刷，非常大气精美。所选菜品是家常可以做的，但却是不一样的“家常菜”。应该是用了心思的选择，每道菜都在成品主图外，以图说做法，很适合小白复制，难度不高，色味不差，轻松上手。呵，我是懒人，简单菜也有美食诀窍噢！

色拉品种很多，配图精美，步骤详细，非常实用的一本书

里面有很多沙拉和沙拉酱的做法，很实用

很有实用价值的书，内容丰富！

消费京东商城数年，深知各产品琳琅满目。然，唯此宝物与众皆不同，为出淤泥之清莲。使吾为之动容，心驰神往，以至茶饭不思，寝食难安，辗转反侧无法忘怀。于是乎紧衣缩食，凑齐银两，倾吾之所有而能买。东哥之热心、快递员之殷切，无不让人感激涕零，可谓迅雷不及掩耳盗铃儿响叮当仁不让世界充满爱。待打开包裹之时，顿时金光四射，屋内升起七彩祥云，处处皆是祥和之气。吾惊讶之余甚是欣喜若狂，呜呼哀哉！此宝乃是天上物，人间又得几回求！遂沐浴更衣，焚香祷告后与人共赏此宝。人皆赞叹不已，故生此宝物款型及做工，超高性价比之慨，且赞吾独具慧眼与时尚品位。产品介绍果然句句实言，毫无夸大欺瞒之嫌。实乃大家之风范，忠义之商贾。

书收到了，物流还是一如既往地快快快啊!!!一天就到了，配送员服务态度也很好，服务很专业!一直都是用京东买东西，各种日用品，护肤品和其它各种商品，从商品质量到各种服务都很不错，在我心目中完胜国内其它各大电商。一直都在京东买书，这次买的菜谱质量也很好!从包装到纸质什么的都蛮好!满意满意满意!

纸质非常好，内容很详细，非常实用

这回买的沙拉料理书都不错，尤其是我爱沙拉，和沙拉花园，赏心悦目。

价格很实惠，宝贝质量挺好的，速度也快！包装看起来很好，包得很用心，很喜欢了，忠心地感谢你，让我买到了梦寐以求的宝贝，太感谢了！京东商城就是好，服务好，送货速度快，售后很满意，我将一如既往的支持京东商城。希望京东越来越好。加油

挺好的，没事可以看看食谱照着做，纸张不错，图片清晰，内容详细。

吾消费京东商城数年，深知各产品琳琅满目。然，唯此宝物与众皆不同，为出淤泥之清莲。使吾为之动容，心驰神往，以至茶饭不思，寝食难安，辗转反侧无法忘怀。于是乎紧衣缩食，凑齐银两，倾吾之所有而能买。东哥之热心、快递员之殷切，无不让人感激涕零，可谓迅雷不及掩耳盗铃儿响叮当仁不让世界充满爱。待打开包裹之时，顿时金光四射，屋内升起七彩祥云，处处皆是祥和之气。吾惊讶之余甚是欣喜若狂，呜呼哀哉！此宝乃是天上物，人间又得几回求！遂沐浴更衣，焚香祷告后与人共赏此宝。人皆赞叹不已，故生此宝物款型及做工，超高性价比之慨，且赞吾独具慧眼与时尚品位。产品介绍果然句句实言，毫无夸大欺瞒之嫌。实乃大家之风范，忠义之商贾。

太喜欢了，各种沙拉酱的制作过程和精美搭配，书的质量也非常好

精装大气，做工不错，还未阅读，先放书架展示一下。

里面品类挺多的，家常菜，汤等等都有，书挺精致的，全部彩印，步骤也比较详细。刚拿到手，放假的时候就打算有空好好研究，给家里人做好吃的啦。难得一个不下厨房的人有心情学习烹饪。

印刷非常完美，内容通俗易懂的一本书。里面介绍的都是简单，味美，易操作的家常菜，到手后一口气就从前看到后，每个菜都有详细的做法，每一步都有图片，还有注意事项，非常好的书。目录都是图片式的。

我为什么喜欢在京东买东西，因为今天买明天就可以送到。我为什么每个商品的评价都一样，因为在京东买的东西太多太多了，导致积累了很多未评价的订单，所以我统一用段话作为评价内容。京东购物这么久，有买到很好的产品

早餐很重要，书里介绍很多美食。我是素食人，里面素菜较少。

基本上属于普通的菜谱，没有很详尽，但是一般的用量跟大体步骤都有写到，更加具体问题的回答就没有了。无功无过的书吧。

煲汤的一本很好的书！质量很不错，京东自营，送货速度很快！

可以学来大展身手啦，看着都要流口水，内容详尽，铜版纸特别好

各种汤的做法、功效介绍得很详细，还有很多小窍门，印刷精美

光看图片就很有食欲，拥有此书很值。分享几张书中图片。

内容很全还有注意事项还有功效

萨巴的书都不错，纸质和印刷质量都很好。图文并茂，简单易懂。价格优惠点更好了。

非常非常满意的一次购物，京东品质非常好，性价比非常高。

速度很快，书质量很好，非常喜欢，活动买的，性价比很高，值得购买

正是我所要，科学饮食，好吃不肥？

快递小哥棒棒哒！物流超快给力！423读书节买的，囤了好多书，只可惜抢不到优惠券！

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！

书早早就收到了，看了会，想了解都有，可以

让每顿饭都营养美味 让家人感受美食的喜悦和我的用心

觉得很好的一本早餐食谱，讲解很详细还有步骤图。

送货很快 快递员很辛苦,谢谢

老婆说要吃沙拉，买本沙拉书好好学习下，自己也可以减肥

喜欢轻松漂亮的书，有活动就买吧。看美食真享受

特别喜欢的书，以前买过米饭杀手，这个沙拉书也没让人失望

很好很好很好很好很好很好很好很好很好很好

质量非常好，与卖家描述的完全一致，非常满意,真的很喜欢，完全超出期望值，发货速度非常快，包装非常仔细、严实，物流公司服务态度很好，运送速度很快，很满意的一次购物

很好的书籍，盯上好久了，一直放在购物车了，反复比较，终于下手了，属于正品，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！我会一直继续购买，并推介给我的朋友。

还可以

买了一堆，看看能不能坚持每天吃一些有益健康的食品

书是好书，作为一个厨渣觉得有些沙拉酱太难做了，

书的质量很好，图片清晰，讲解也很明了，满意

质量不错，很有手感，内容看了一下，很是丰富啊

京东买书都是一箱一箱的买，太便宜了

最近的健康饮食特别的活热，买来学习一下营养搭配，健康生活。

经常网购，总有大量的包裹收，感觉写评语花掉了我大量的时间和精力!所以在一段时间里，我总是不去评价或者随便写写!但是，我又总是觉得好像有点对不住那些辛苦工作的卖家客服、仓管、老板。于是我写下了一小段话，给我觉得能拿到我五星好评的卖

家的宝贝评价里面以示感谢和尊敬!首先，宝贝是性价比很高的，我每次都会先试用再评价的，虽然宝贝不一定是最好的，但在同等的价位里面绝对是表现最棒的。京东的配送绝对是一流的，送货速度快，配送员服务态度好，每样东西都是送货上门。希望京东能再接再厉，做得更大更强，提供更多更好的东西给大家。为京东的商品和服务点赞

东西非常好，相信京东，是正品，快递非常快，以后还上京东上买。

减肥季，准备吃草了，这本书很有用哦。京东送货快，一直都在这里买东西。

整本书随便翻翻光看着就是赏心悦目的

还没看，对于喜欢美食的人来说是很有用书。

书很精美，美食美图赏心悦目，食材易买，步骤易学，健康易得。

地健康很好但是凑齐材料比较麻烦

书还好，一个塑料袋装的，好在书没明显损坏。快递就反正屋门口了。

沙拉酱也多，菜也多，夏天挺好的

读书日活动力度很大，屯了不少好书。

每道食谱都有步骤图 烹饪秘诀烹饪难度和烹饪时间的指引

滋瓷东哥，吼不吼，蛤蛤，搞个大新闻。

很好的一本书，非常实用，好评

这个系列的书都非常不错~最喜欢目录页的菜品照片缩略图~菜品的照片一目了然~这本书虽然看似只是把很多不搭边的果蔬混合在一起，但做出来的效果竟然意外的很好喝，非常适合正在减肥的我~比如黄瓜+香蕉+酸奶味道就很不错~还有草莓+芒果+酸奶~

买了好多书，留着慢慢看。物流太慢了，两周时间

不错不错，可以慢慢学了。

搞活动的时候买了一大堆书，估计要看很久很久了，不过这有些书会不小心在装货时碰到了，会折角

很好的一本书，里面的纸张和印刷都很赞，食谱也很给力。就是为了做这些沙拉我又专门买了颜值高的盘子，这样吃起来心情才好。为了减肥可是费劲了心思

在店里面看过这本书 刚好最近又没出去 就直接在京东这下单了 书挺好的 里面内容还OK吧 食材也还蛮容易卖到的说

一如既往的好，方便快捷实惠

纸张质量不错，食材方便买，简单易学

最近痴迷煲各种汤汤水水，这本书把汤按不同的饮用人群分类，很方便针对性的煲汤，不错。

又快又便宜，支持京东一如既往

这本书 挺好的 我喜欢西冷 对我还是有一些帮助

哈哈哈哈哈谁说的多大哒哒哒哒哒哒哒多大点事对对对点点滴滴多大哒哒哒哒哒哒点点滴滴滴滴答答哒哒哒打撒湿哒哒多大的呃呃对对对记不住难兄难弟你打你那到哪你打你那你大几打击打击的

还不错，还教怎样调汁

我爱做菜，看书涨知识好做菜。

每年都来的囤货季，京东打折商品真的好棒棒。

很多品类呢 都学了一些 做了自己吃

图文并茂，介绍做菜细节很详细，操作简单，还有营养贴士，一本很好的书，喜欢。

纸张厚实，印刷，色彩都很好，还没开始看，自己从没做过沙拉，因为沙拉比较健康所

以买本书来学学，这个好评很高，翻了几页看了下看起来都很有食欲，期待自己操作效果

包装可以～这次终于没烂的书了，之前买了很多本，每次都有一两本烂的，起码达到20%

以前基本没认真评价过，不知道浪费多少积分了，听说他们评价超过100个字可以送积分，这个福利实在太赞了，太好了。妥妥的每条都来评价一下，赚积分，下次还能抵现金用。已经固定每个月在这里面来买各种生活用品。产品品质好，又新鲜。自从发现了网上可以购物后，每个月都在网上买好多东西，现在还经常做活动，打折优惠券之类，有的东西确实对比实体超市是便宜了的，质量也非常稳定，上一次买非常好，立刻追加，希望以后能把好质量继续保持，希望生意兴隆，越做越大

很喜欢在京东买书，送货速度，图书质量和优惠力度，都很满意！

20几岁的你，人生还那么长，千万别压抑自己的欲望，也别用你现在的眼界和格局去打量未来；别在该奋斗的年纪谈岁月静好，也别在最该买买买的年纪谈省钱。去买买买，去赚赚赚，去感受年轻生命的丰富和鲜活。

包装不错，没有破损和挤压，很完美，等着装修完毕就开伙

[萨巴厨房：沙拉花园_下载链接1_](#)

书评

[萨巴厨房：沙拉花园_下载链接1_](#)