

明日的便当 [あしたのお弁当]



[明日的便当 \[あしたのお弁当\]_下载链接1_](#)

著者:[日] 饭岛奈美 著，吴绣绣 译

[明日的便当 \[あしたのお弁当\]_下载链接1_](#)

标签

评论

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

日式小清新的感觉，内容比较少，翻翻看吧

四季便当没货了，这个估计没那个好

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！

此用户未填写评价内容

书籍在京东买，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

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。

内容不算多，但非常实用。已经根据菜谱多次做菜，简单、快速、健康、油烟少或无！家人赞不绝口！食谱适合 18 厘米或 20 厘米的铸铁锅。对于两口之家，这个尺码的锅很完美，买大锅反而不好。

一直想买！终于等到半价！不错啊！很值！

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

到了 或者坐车到九眼桥 问一下就到了 或者坐车到磨子桥 问一下就知道了
川师大老校区 你可以在川大望江校区（老校区）走过九眼桥
到成仁公交站坐336或者就在静居寺坐38 56 那些都到川师本部
川音就在川师本部旁边没有好远 住宿的话 就在川师南大门的划过旅馆住宿
周一到周四都是八十一晚上 很便宜 而且房间够大还有空调 周五到周末一百元一晚上
最好是周一到周四来 要不然没有空房 而且做公交也会很挤

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

买了铸铁锅之后，又买了些菜谱，试着做做

还没看，看了再来追加评价吧。

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

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！！！！

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

好贵的书，但需要了，也不能等有活动了！

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！

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。

挺好的 $O(n \times n) \times O(n \times n) \times O(n \times n)$

有活动时就囤点儿，肯定用得上。

.....

趁着活动买的，用了券很划算，因为发货速度慢了催单也及时回复了，挺好的

都是新书，喜欢在京东任何东西，有优惠券…还有京豆，总之非常非常good…书的内容也是自己喜欢的…看着赏心悦目…

日式料理不太适合中国，很多食材难买。

书收到挺久了，书里面的内容挺喜欢的，以后闲下来的时候，多看看书，增长知识、提高文化素质修养！感受文化的精彩，和多元化。

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。

这书可以的，这一类书籍我都很喜欢。

日本的美食书不错，写得都比较详细

薄薄的一本小书，很喜欢的书本设计，很有温度的文字内容，喜欢，不错的一本书。

配送迅速，价格便宜，内容精彩。好评！

感觉不错，价格也很公道，值的购买！

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

粗略的翻了一下，很不错的，同事也很喜欢

喜欢 非常好～快递巨巨巨快！

很好很好，就是我想要的！

很不错，材料几乎都买得到，买不到的可以去进口超市-上海

书店看到来这下单，可惜书角磕破有点

买来送朋友的啊，很喜欢

我会努力学习便当制作的，这本书蛮有用

包装精美，很好，已经开始上手学着做啦。

好书，值得推荐，送人非常合适。

好书，主要看图了，，，，，，

京东活动一起购入的书评分都很高都很实用都很不错

物美价廉京东购物方便正品

给小朋友做美味的便当是最幸福的了

印刷的很精美 一本很用心的美食书

京东真正得做到了多快好省，好评。

菜单很诱人，还没开始实践

帮朋友买的，用券很合适，最喜欢京东买书了。

不错，品牌好，东西好，给客户买的

商品不错，价格还行，可以接受

好好好好好好好好好好好好好好好好

好好学学习下，研究下料理

还行，就是有点薄，对于喜欢日式料理和带便当的人来说还算有些参考价值

买的一批书，质量很好，价格也很优惠

京东，只为品质生活。

买了很多书，比书店便宜

一直在京东购买，值得信赖！！

好书，贴近生活图片精美

好好好好好好好好好好好好好好

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。
。

很实用，要学着做起来

非常适合一个人的做饭指南。是我最近最喜欢的菜谱。

不符合国情这东西

正品书！看着学做菜！很文艺小清新！棒棒的！

不错，图文并茂..午餐便当丰富起来

做活动买的比较划算

京东自营就是棒?，上午下单当天即到?

明天开始要认真做便当啦！

特别好的书，我非常喜欢在京东商城买书，愉快的体验

非常好，商品、送货都可以！

书非常好，买来学着做做。

速度很快，书不错，快递哥哥服务态度很好

可以，还行。。。。。。。

图片挺好看的，配方不够详细

可以使用 价格合适！ 不错

太慢了。过了好几天才收到！

内容不错！ 值得细细的看，书是正品！ 快递很快

简单实用，都是很家常的地道做法，好学好用

不错，京东送货确实是一个非常明显的优势呀

很好的书 最近迷上便当

家里哈测距阿拉伯

6组8句毫无顾忌楼梯

书纸质印刷不错，买来慢慢看，希望都是正品。

还行吧，没有想象的好

看起来就不自觉地流口水。

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。

不错，很好。效率快。送货速度不错。

和中国的食谱还是有点区别的

在京东商城购物很是愉快的体验

书有点皱了 小遗憾

书非常好，装帧漂亮内容也不错，喜欢

书好薄啊?但内容很不错。

喜欢，以后慢慢学着做！！！！

不错，挺好看的，值得！

菜谱针对便当，蔬菜很少。

照著做了一下，蠻實用

湊合！很简单的东西

薄薄一本 舶来品还是有些不好理解 风格不同

很不错的东西，收到了！

这本书印刷真心不错 全彩印 带图带故事

特别爱里面的图片

好好好，不错不错

不错，宝宝挺喜欢，好多都在京东买的

太不划算了，后悔买了，退货划不来算了

活动买的，很合算。还送货上门，很满意

薄了点，食材有的国内没有，湊合吧。

东西很好，发货快到货快，感谢京东

我喜欢的绣绣翻译的书，喜欢？

内容充实，很喜欢

烘焙爱好者的教科书，非常实用

这个月在京东买了好多书了 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 下此再买

书不错，虽然薄了点，要给心爱的Z妞做一道像样的便当！

偶像！不解释！必须买！

买了很多很多书，图书打折的时候超级划算的

很有爱的一本书，推荐

好好好好好好好好好好……

送货很快，内容非常实用

帮朋友买的，听说还不错

很不错啦，老顾客了。

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？

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

后浪的《一人份料理》适合那些一个人生活，平时不知道弄些什么给自己吃的人士们。一个人，不一定是单身狗，有时候，一个人在外打拼，一个人吃饭是常有的事，或者是家里的老老少少们外出了，唯独留你一个人在家的时候，也不随便糊弄。

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！

京东服务越来越好，相信自营。看见我这段话证明东西不错！

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。

还行吧，包装不错。紫薯补丁

非常好!谢谢！ 谢谢！ 谢谢

好、好、好。。。。。

还行吧，内容上可， 再看看再说

618炒鸡划算，各种囤货！

我很喜欢谢谢

好好好好好好好好好好

好薄的一本哦

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！

好书，活动价不错

看上去还不错

还没开始看，朋友介绍的应该还可以吧。

两百多块钱买了一大堆东西！哈哈哈

有一点薄没有想象中那么容易上手毕竟国情不同哇

买买买 永不停歇 京东给力

送货师傅很好

28号拍下显示3月1日送到，结果直到3月3号才送来。

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。

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

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

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。

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！

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

性价比高，值得购买，赞一个性价比高，值得购买，赞一个

作者是个台湾人，所以在制作便当上也有加入很中国化的口味，比较适合国人，学起来！

赞！
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

买了送给一个单身朋友的。没看，不知道是否适合中国人的口味。

嗯、嗯、嗯、好吧、嗯！ 嗯！ 在乎过不来不愿意面对我不开心就

书非常好，内容丰富，印刷精良，是我的小助手，物流速度快，快递小哥服务态度好。

这本书很不错，我家的锅又可以利用起来了？

日本人写的书蛮有趣的，可以学学看看

书很好，我很喜欢，觉得还蛮实用的，纸张手感也不错。

促销买的，性价比高，送货员也很好

出货物流快包装完整快递给力！很有趣的饮食文化，很不错！

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～

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。

[明日的便当 \[あしたのお弁当\] 下载链接1](#)

书评

[明日的便当 \[あしたのお弁当\] 下载链接1](#)