

蔬菜教室：春夏+秋冬（套装共2册）



[蔬菜教室：春夏+秋冬（套装共2册）_下载链接1](#)

著者:[日] 内田悟 著，曹逸冰 译

[蔬菜教室：春夏+秋冬（套装共2册）_下载链接1](#)

标签

评论

非常值得购买的图书，彩图很清晰，而且内容丰富，图书纸质很好，活动购买比较实惠

货真价实，次日到货，安全放心，无可挑剔

说真的，日本人真的很多地方值得我们去学习的，能把一件事情做得这么细。

应该是正版，那个重量说明纸张的质量！好书，俺喜欢

纸张很好，书也是彩页的，先介绍原理，在介绍菜谱，很喜欢这书。

精致选择，蔬果生活，四季分明，

每一个故事不一定都有结局，每一本书都有新的收获。简短的几句话胜过无数的赞美。京东不可以使用讯飞语音，那我就不每本书详细评价了，反正不好的话，我也就不会在这里买了。总而言之，价格不贵，遇到促销相当给力，包装可以，快递不错。

1955年出生于北海道三笠市。筑地御厨店长。在法国菜餐厅修业期间开始对蔬菜产生兴趣，并于26岁踏上蔬果采购业。2005年于东京都中央区创立餐厅专属的蔬果店“筑地御厨”，接受坚持使用好材料的餐厅订单，全权决定当日运送的食材，以值得信赖的蔬果店之姿深受大众好评。为了让一般消费者能更加了解蔬菜的魅力，2007年起在经营本业之余，还开办了免费的“蔬菜教室”。以“蔬菜最重要的就是季节”为信条，透过独特的观点，简洁地告诉民众蔬菜最适当的挑选与处理方法，受到广泛大众的支持。并以蔬菜专家之姿，活跃于电视与报章杂志，同时还到各地举办“蔬菜出差教室”、演讲等各项活动。

出淤泥而不染
，采菊东篱下，是中国特有文化现象。因为反感官场之气，只能选择逃避，于是出现所谓清高文人之说。
当年华盛顿卸下总统后，归隐家乡种地，没人说他清高。西方就没有这个文化现象。

非常好！内容很详细，而且实用，真的是可以当传家宝的书！

好!!!!!!!!!!!!!!

传递新鲜食材的真正滋味，要尽情享用应季蔬菜，就必须尊重蔬菜的生命。

非常好的书，中国饮食文化书太少了，买了很多国外的。

618买了一大堆东西京东还是好真的不错 虽然没有原来好 但是优惠还是实实在在的不错咯 铁汁

今年618图书开始，真的是超级明智的决定，一共买了28本，大爱京东啊！读书改变人生，京东改变了我。顺便感谢一下从仓库一路到我手中辛苦的各位物流人员。

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！

书的质量很好、喜欢、昨天买的今天就到了、京东越来越给力了~

大致翻了一下，感觉不错。

很大的两本书啊～ 算是生活知识补充？？？

很喜欢，很满意，很快就收到哈哈～

挺好的一本书，看看学着做些菜还是不错的，包装太简陋，快递途中容易损坏书籍，其它还好。

作者挺有趣的，拟人化蔬菜。

很好的书，介绍蔬菜如何处理

非常好的书，一直购买全部正版。非常好感谢京东客服与快递员

好评是一定要给的，京东的物流自是非常快的，非常及时，具体东西是自己选的，京东自营基本上没发现啥假货，所以还是很放心的

排版和纸张都喜欢，作者很细心的写下食材所烹饪时的每个步骤和每个细节，图文并茂，对于不知道如何处理蔬菜的人挺实用。

介绍的很细致～但是中日蔬菜还是有一定的区别～日本人真的很喜欢炸蔬菜了～油炸一切称为天妇罗？？？

发货速度快，而且服务态度很好，最主要还是有活动，购买比较优惠，而且图书质量很好！内容丰富多彩

很多书都是在京东上囤的，物美价廉，活动时价格很好，送货速度快又好，还送上楼来～

书很好，图文并茂，蔬菜也有我们想不到的大学问，看完感觉收获很大，尤其是蔬菜的储存方法

内容丰富，色彩绚丽，内容很吸引人，我非常喜欢，强烈推荐，快递业很快，一天就到了

非常不错，很有参考价值，研究食谱的人必备啊

多快好省在京东图书，多快好省在京东图书，多快好省在京东图书

书的排版非常好，清晰明了，配图也非常精美，很实用很实用，感谢！推荐啊！

挺好的，赶上折扣。希望有收获。挺好的，赶上折扣。希望有收获。挺好的，赶上折扣。希望有收获。

完全解析成为日本料理职人的必经之路。从日本厨房礼仪、刀工技术、器材准备、各类食材使用处理方法、烹饪技巧与注意事项，到基本器皿摆盘、季节知识、待客礼仪、菜单规划与经营，以诚心精进自己的技艺，一步步自我磨练成为日本料理职人。日本和食料理代表、米其林二星总厨师长野崎洋光亲授日本料理的技巧，图解动作细节，完整解析关键技术，让有志成为专业日本料理职人或是对日本料理抱有感兴趣的读者能够获取大师的第一手经验。

完全解析成为日本料理职人的必经之路。从日本厨房礼仪、刀工技术、器材准备、各类食材使用处理方法、烹饪技巧与注意事项，到基本器皿摆盘、季节知识、待客礼仪、菜单规划与经营，以诚心精进自己的技艺，一步步自我磨练成为日本料理职人。日本和食

料理代表、米其林二星总厨师长野崎洋光亲授日本料理的技巧，图解动作细节，完整解析关键技术，让有志成为专业日本料理职人或是对日本料理抱有感兴趣的读者能够获取大师的第一手经验。

看了一点，书是很精美，活动买的，虽然将近5折，但还是有点小贵的。

618买了一堆，选的豆瓣评分高的书，买书如山倒，读书如抽丝。

书不错，印刷精美，包装结实。内容很好，买多了会优惠更多。

还可以还可以我很喜欢希望能从中学到知识还可以还可以我很喜欢希望能从中学到知识
还可以还可以我很喜欢希望能从中学到知识还可以还可以我很喜欢希望能从中学到知识
还可以还可以我很喜欢希望能从中学到知识还可以还可以我很喜欢希望能从中学到知识
还可以还可以我很喜欢希望能从中学到知识还可以还可以我很喜欢希望能从中学到知识

日本人写的 很详细 彩页 纸质很好 有些蔬菜中国很少见

京东图书优惠，满一百减五十，很好。

好书！性价比高，非常好看，包装给力，推荐购买！

介绍了市面上常见蔬菜的特点，以及保存、加工、烹调等方方面面的知识。

小朋友看中的书，挺有趣的，让孩子多学习吃蔬菜。

多快好省，图书认准京东没错，活动力度大

给长辈买的，她很喜欢。就是字对于他们来说不太友好，更适合年轻人。

发货速度快 质量好 没有小问题 包装很好 下次还要买自营

包装很好无破损，京东快递一如既往地快，还没开始看很期待

很好的一本书，有时间可以好好读读

做饭其实也是一门艺术，建议不要晚上看哈哈？

这是很好的东西，非常地值得购买。

东西很好，物流很快，信任京东。

很不错的书，介绍的很详细。

不错，书挺好的，很实用，哈哈。

是本好书 价格合理 年中优惠

开卷有益，包装精美，值得购买。

不错啊！日本的气候和饮食习惯差不多，有用。

帮朋友买的，看上去不错

图文并茂，讲解很详细。

很高档的感觉，高大上的感觉

囤货必备囤货必备囤货必备

以前在京东上买东西，都是系统自动好评，后来才知道评论得积分可以涨积分。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。快递很棒，短信告知，挺好的，还是谢谢快递小哥。

速度很快，包装完好，非常满意

书很有意思 就是味道比较大

都是经验分享，一点也不枯燥

包装完好！ 京东物流很棒，快递员风雨无阻，?分！

这本书不错，装裱挺喜欢，内容也可以，很不错

此用户未填写评价内容

非常好，有活动的时候购买的

书质量很好，需要慢慢看，对厨房小白还是很有用的

很棒好好，看书了，加油啦哈哈哈哈哈哈？

内容不错，有菜谱

可以可以可以可以可以

有图解，很有趣的书，讲蔬菜本身的味道。

看过推荐很好的一套书

东西不错，物流不错，京东也不错

用圈买的，非常便宜，划算～不错～

好，每次都很快，隔天就到了，给力

朋友推荐的，趁打折先买了以后看

有些话题我不敢再想那么好吗……在乎过不一定的你还记得曾经说要坚持住的地方也没有

很好慢慢慢慢看咯，特别的满意……自己做饭需要买的

买了两本传家宝，完美哈哈？

挺好的书，可以学学做菜

之前在书店看到这本书，觉得还是很不错的，买来看看。主要是西餐，中餐的话，还是得看其他书或者视频。

还可以，反正寄回去了……

比较不符合国内情况哦

用相片说话吧，家里书柜里面的书百分之八十以上是京东的，没碰上过盗版，赶上满减都特别合适！

值得一看！！！！！！！！

书质量很好 很新

很棒的一本书，包装非常好一点都没有损坏，很实惠很划算。

书中从盐等几个点入手，了解到了健康的食谱，还对营养吸收有了更为进一步的认识，我觉得很是受益！

身为筑地御厨的店长，内田悟与蔬菜打了三十余年交道，他了解蔬菜的每个时节，每个部位，谙熟每种蔬菜的佳食用方法。本书中介绍了很多蔬菜的处理和保存方法，让读者能够学习到真正合适的处理食材的方式。不同于其他蔬菜食谱，内田式烹饪法对蔬菜的不同部位进行不同的处理，力求获得佳效果，让朴实的蔬菜展现惊人的美味。简单细致的料理，蕴藏着三十余年经验积累下的不为人知的烹饪技巧。

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！

京东物流赞，这本书非常不错，适合厨房的初学者

看着不错 非常详细的一本书

比较适合喜欢做西餐的人，喜欢研究各种食材搭配的人，纸质很好，很有手感，排版精美，内容详实！

在京东买东西就是放心！！快速便捷质量有保证，价格还便宜，哪天不看京东了估计就是老年痴呆了……哈哈哈……一百个满意，一千个放心，一万个省心，哇咔咔…

一次买了不少的书，都挺好的，书目比较齐全，有问题时客服态度也好

一定要记得看书

很详细地介绍了秋冬常见食材的生长阶段、分解图、食谱和挑选存放烹饪tips，内容细致到日常生活里可能会觉得麻烦（但是很有必要啦），一看就是个长年累月跟食材打交道的行家~
不过我是个日料不感冒患者，食谱对我来说不算诱人，只是做法很开脑洞，以后应该会尝试一些。是本还不错的工具书，推荐。

发货快，活动时购买，优惠力度很大，支持京东。。

新品顺手买的。书有点意思，大概介绍了二十来种蔬菜，很细致，比如初上市南瓜上下部分味道有区别，可用于不同烹饪方式，炖菜切块后要磨圆边角，防止散架。读下来感觉蛮用心的书~

很好，质量很棒，送货快，值得购买

恨不错的一本书 慢慢研究

想要在家享受美味的菜肴，花费大把金钱和时间，一步一步严格按照食谱操作，做出来的东西却总不能令人满意？你是否只顾着照搬菜谱，却忽略了烹饪技巧背后的基本原理？人气美食作家迈克尔·鲁尔曼认为：“一切烹饪之事都基于一套基本技法，如果你知道这些技巧，就少有在厨房里做不出的菜肴。”在本书中，他将这种基本技法浓缩为20个关键点，旨在帮助厨房新手快速打好厨艺的基本功，也让料理达人和厨师回归厨艺的起点，重新理解厨房、精进厨艺。

详细介绍了25种常见春夏蔬菜的季节、特点、保存方式等基本常识，并根据蔬菜的口感和味道，教你该怎么利用不同部位制作出与众不同的92道春夏美味料理。传递新鲜食材的真正滋味，筑地御厨的店长内田悟教你吃得健康又美味！

期待已久了，应该是最喜欢的烹饪书了。作者讲的是烹饪食物的原理和技巧，比如你怎样控制一道菜的盐分才不会影响它的口感，牛排的生熟度……掌握这些才是做好一道菜的基础。资深美食作家写给你的一份厨艺的常识——烹饪的起点始于思考。

不错不错不错不错不错不错不错不错不错不错不错

书中其实就是介绍了盐、水、酸、鸡蛋、面粉等平时大家最常用到的食材的用法，每一种食材都有很多的用途，了解单一食材的所有用法，就让你在厨艺这件事情上多一份安全感。

京东物流高效 快递包装完整 购物体验非常好 封面是套层的阅读时特别不方便

非常棒！！！！！！！！！！非常棒！！！！！！！！！！非常棒！！！！！！！！！！非常棒！！！！！！！！！！

生活如水，如花，如雨，如茶.面对生活的多彩，我们选择了人生；面对人生的悲欢离合，阴晴圆缺，我们选择了拥抱与品味。在清闲的午后，在落日黄昏，暮然，心情变得舒畅而恬静，轻轻翻开手中的书卷，拥抱未来，品味人生。

这本书对于吃草星人太友好了，自从看了小森林一直想get日式蔬菜的烹调方法

真的很希望中国也多一些这样的书，我们都是菜谱居多，文化体系的书太少。

看到这段文字就肯定是好评啦，一直信赖京东，基本上家里大小件都在京东购买。但是评论实在太麻烦了，打字有些费事。希望京东品质能一如既往地让人放心。严格把关产品质量。大家放心购买就可以了。

正版。物流块

从自己十多年的美食写作历程和与世界厨师的合作中汲取经验，融会贯通，化繁为简，将烹饪的基础整理成20个要点，并以120道经典食谱和300张精美图片将其展现出来。书中的每一点都是造就美味佳肴的关键，无论你是初学者还是久战厨房的老手，只要精熟这些，定会受益匪浅。

在京东买书很方便。转天就能给送到。非常好。就是希望打包时多注意些啊。一点保护都没有就塞到纸箱里。每次买书，都有书角被损坏的。

83块钱的书本，我也舍得买了，为了学点做菜，结果没有看多少，哈哈。。。。

东西很棒，很喜欢，收到很满意，希望那个以后买还能这样啦！！！东西很棒，很喜欢，收到很满意，希望那个以后买还能这样啦！！！挺好的的的的，日期不错。fate0809
鸟巢 喷雪

不错，很实用

包装完好，送货上门，方便快捷。准备好好学习做饭了。

书籍特别好，活动太给力啦，已经习惯在京东买很多东西了，快递也方便，服务态度也是一流的。

还没认真看，涉及的方面比较广，从基础讲起。

哈哈哈哈，又可以愉快的做好吃的了……

好书！好书！好书！好书！好书！好书！好书！好书！好书！好书！好书！好书！好书！好书！好书！好书！4

618的活动价格还是比较实惠的

一共两本，都来不错，值得入。

图片很好看，很文艺，值得看。

很不错，快递很快，买了第二天就到了。支持京东图书

活动买的，挺便宜的，回去认真研读

很开心的一次购物，物流快，东西是正品，并且价格比外面便宜，很实惠，推荐给需要的人，可以放心购买，为什么选京东，因为售后好，这是我选择京东的最重要的原因

趁打折买了好多书，价格好便宜！

厨艺的起点始于实践思考。任何美味都离不开用心琢磨。这本书连如何磨刀都讲了，哈哈。

买了那个秋冬自然要买春夏了，所以买来看一看，内容很不错的

书一直都想买，只是都囤着没有看，在京东买书都成习惯了。关键是速度和服务，希望京东越来越好

买了很多书，又便宜又好！！！！

买来看看，学习下，到时自己学做饭

自从认识了京东，家里的大小，基本都在京东上买。速度快～产品可靠。质量好，值得信赖！ ^_^

京东很好。之前提到包裹包装的问题，得到了解决。只几次买书都用的纸箱发货的。书完好无损。

内容不错，了解一下新鲜蔬菜的新鲜吃法。

给老婆大人买的，喜欢研究厨艺要大力支持

包装完好！送货很快！很好！

买来好好学习一下，提高一下厨艺。

我没用呢，看起来还是挺不错的

谢谢师傅大热天的给送货。非常好！

书写的太好了，很客观，很得劲。不炫技，不玄学。讲道理，讲思考。可以买！

不错，双十一买了好多好多好多，够便宜，质量也好，开阔下眼界

还没打开，平时贵，双十一赶上便宜就买了，希望能学到东西

书籍不错专业上有帮助

还不错。有时间慢慢看。就是字儿稍微小了些。有些地方比较实用。

理论和实践都很强，值得一读。

这本书特别好！很实用，虽然里面有些蔬菜不太见得到，理念和方法非常值得学习。翻

○

赶上活动买的，价格蛮好，哈哈~

喜欢！无论装帧和内容都很赞?!

宝贝很好，实用，彩页，赞，配送时间可以，快递服务态度好。

图文并茂，非常棒，提升基础厨艺技能！

印刷的不错，内容也比想象的要好一点。

之前不用确认，订单也可以收到京豆的，不知道为什么现在Plus会员也需要手动确认凭单，并且评价才可以得到京豆……

看着还可以，还没有看看了再说吧

包装书用的泡沫袋很不错，京东快递服务没说的

活动蛮给力的，终于十几本书籍都到货了，下面慢慢看？

还没看完，感觉还不错，好像是正版的

看得出作者真心喜欢跟蔬菜打交道，一直想尝试做日式料理

书不错，而且能200-100，下次双十一继续期待

双11活动一下买了好多，超值

姐姐冒了，推荐滴哦！快递棒棒哒！

喜欢煮菜，满满学习，不错，也可分享。

[蔬菜教室：春夏+秋冬（套装共2册）_下载链接1](#)

书评

[蔬菜教室：春夏+秋冬（套装共2册）_下载链接1](#)