



SPIS TREŚCI

UWAGA! Indeks potraw jest na stronie 112

Bania, czyli dynia.....	s.54	Odpustowe maskiety.....	s.60
Białe kluski.....	s.102	Papież przy śląskim stole.....	s.22
Białe kapusta.....	s.104	Pieczone gołąbki.....	s.25
Czarne kluski.....	s.101	Piwo i mioduńka.....	s.73
Daj, ac' ja pobruszę.....	s.15	Pociąg do owoców.....	s.53
Do górali na bachora.....	s.90	Polowanie przed obiadem.....	s.50
Dokarmiajcie zwierzęta.....	s.38	Powiedzonka o jedzeniu.....	s.83
Dorta na gyburstag.....	s.72	Powstańcy, dziolchy i żur.....	s.8
Downij u masarza.....	s.48	Resume w pięciu językach.....	s.4
Dzieje śląskiego obiadu.....	s.97	Rolady.....	s.100
Francuskie jodło na Śląsku.....	s.92	Roztomajcie inne jodło.....	s.84
Głód.....	s.28	Rzykanie przed jedzeniem.....	s.6
Grill z bałwanem.....	s.49	Schab od sztajgra.....	s.63
Ile zjadały maszerujące wojska.....	s.29	Serwety i biksy.....	s.82
Jedzynie bez wojna.....	s.30	Siemieniotka.....	s.32
Jeść żeby żyć, czy żyć żeby jeść?.....	s.59	Słowo od autora.....	s.112
Jodło na obrazach.....	s.81	Syry i kyjzy.....	s.68
Jodło św. Jadwigi.....	s.7	Szałoty.....	s.78
Jodło św. Mikołaja.....	s.80	Szpajza według pani Bernadety.....	s.108
Kawa i zista.....	s.106	Szpajza von Raczek.....	s.110
Kiszenie kapusty.....	s.62	Śląskie nakrycie stołu.....	s.83
Kochszule, czyli szkoła warzynio.....	s.56	Świniobicie u Michalików.....	s.40
Kołocz i kołoczyki.....	s.16	Świyncelnik.....	s.70
Kompot z rabarbru.....	s.24	Tuste na zomku.....	s.79
Koza żywicielka.....	s.80	Warzynie w piosku.....	s.96
Kropelniczka.....	s.81	Wieczerzo u księcia.....	s.88
Kucharka na farze.....	s.26	Włosi na Śląsku.....	s.94
Kuchnia w szkole.....	s.12	W piątek: szczupak.....	s.74
Łobiod we pyndzialek.....	s.105	W piątek: śledzie, smażonka.....	s.76
Magiczne jodło.....	s.14	Towary kolonialne na śląskim stole.....	s.57
Modro kapusta.....	s.103	W dawnej śląskiej kuchni.....	s.10
Na chorzowskim festynie.....	s.61	Wilijo u Szoltyśków.....	s.34
Nudle i kluseczki.....	s.98	Zapiekanka a la Hitler.....	s.31
O chlebie w Muzeum Chleba.....	s.66	Zbijanie królika.....	s.64

Marek Szoltysek autor wielu popularnych książek o Śląsku

Absolwent Katolickiego Uniwersytetu Lubelskiego, nauczyciel historii w IV Liceum w Rybniku-Chwałowicach, redaktor "Gazety Rybnickiej", właściciel Wydawnictwa "Śląskie ABC". Za publikacje prasowe i książkowe otrzymał od prezydenta Rybnika nagrody w dziedzinie kultury za rok 1995 i 1999. W 1997 roku nagrodzony przez Radę Oświaty Regionalnej, a także Kuratorium Oświaty w Katowicach i MEN. W 1999 roku nagrodzony przez Związek Górnośląski prestiżową nagrodą promocyjną im. Wojciecha Korfańskiego za "w pełni oryginalny i niekonwencjonalny sposób kształtowania wiedzy o swojej małej ojczyźnie". Natomiast Kolegium Redakcyjne "Trybuny Śląskiej" przyznało Szoltyśkowi miejsce w ŁOŻY LIDERÓW 2000 ROKU, za to, że "w sposób bardzo przystępny, a przy tym profesjonalny, popularyzuje wiedzę o Śląsku...".

Marek Szoltysek jest autorem ponad 400 publikacji prasowych na temat Śląska. Jako pisarz zadebiutował książką "Rybnik, nasze gniazdo" (1997), a następnie wydał: "Papież na Górnym Śląsku" (1998), "Śląsk, takie miejsce na ziemi" (1998), "Żywot Ślązaka poczciwego" (1999), "Ilustrowany słownik gwary śląskiej" (1999), "Biblia Ślązoka" (2000), "Śląskie podróże" (2000), "Elementarz śląski" (2001), "Ślązoki nie geśi" (2002), "Kuchnia śląska" (2003) i in. W przygotowaniu następne publikacje o charakterze regionalnym.

Mieszka i pracuje w Rybniku, żonaty, pięcioro dzieci.