

- 5 **VORWORT | WSTĘP**
- 6 **PARTNERSCHAFT | PARTNERSTWO**
- 12 **DIE LANDFRAUEN | KOBIEITY WIEJSKIE**
- 20 **TRADITIONEN | TRADYCJE**

KUNSTHANDWERK**ARTYSTYCZNE RĘKODZIEŁA**

- 34 Wielkanocne jaja | Verzierte Ostereier in Schlesien
- 36 Keramikatelier in Schöneberg | Ceramiczne atelier w Schöneberg
- 39 U krapkowickiego papiernika | Beim Krappitzer Papiermacher
- 42 Korony żniwne | Die Erntekronen

ALTE UND NEUE WEGE**STARE I NOWE ŚCIEŻKI**

- 54 Die Bundesstraße B8 | Droga krajowa B8
- 58 Friedrich Wilhelm Raiffeisen | Friedrich Wilhelm Raiffeisen
- 62 Wanderrouen der LandFrauen | Szlaki wędrówne
- 68 Die Kräuterwind Gartenroute | „Ziołowy wiatr“ w ogrodach
- 78 Zdieszowicki prom | Die Oderfähre bei Deschowitz
- 81 Powódź | Die Oderflut

SCHLÖSSER, KLÖSTER UND KIRCHEN**ZAMKI, KLASZTORY I KOŚCIOŁY**

- 88 Zamek w Rogowie Opolskim | Das Schloss von Rogau
- 92 Pałac w Mosznej | Schloss Moschen
- 98 Schloss Crottorf | Zamek w Crottorf
- 102 Kloster Marienthal | Klasztor w Marienthal
- 106 Zamek w Kamieniu Śląskim | Groß Stein
- 112 Die rote Kapelle | Czerwona Kaplica
- 115 Podwójny Kościół w Malni | Die Doppelkirche in Malnia

WIRTSCHAFT & LANDSCHAFT IM WANDEL**PRZEOBRAŻENIA GOSPODARCZE I KRAJOBRAZOWE**

- 120 Das KulturWERK Wissen | Działalność kulturalna w Wissen
- 125 Die Grube Bindweide | Kopalnia Bindweide
- 130 Wapień regionu krapkowickiego | Kalkstein in der Region Krapkowitz
- 132 Das Grenzbachtal | Dolina Grenzbachu
- 138 Die Grafen Hatzfeldt | Hrabiowie Hatzfeldt
- 145 Fachwerk im Daadener Land | Domy z muru pruskiego w Daaden

SAGEN & LEGENDEN**PRZEPOWIEDNIE I LEGENDY**

- 154 Der Druidenstein | Skała Druidów
- 156 Legenda o szpiczastej wieży | Die Legende vom Spitzturm

- 158 **ANHANG | DODATEK**

REZEPTE

- 26 Schlesiendes Himmelreich
- 26 Westerwälder Döppekuchen
- 31 Bratäpfel
- 31 Teigtaschen
- 35 Soleier
- 38 Westerwälder Eierkäs
- 44 Schlesiendes Klöße
- 46 Westerwälder Kartoffelbrot
- 49 Schlesiendes Mohnstriezel
- 66 Schlesiendes Hefekuchen
- 74 Apfelkuchen mit Honig
- 80 Biersoße zu Karpfen
- 90 Neisser Pfefferkuchen
- 116 Himbeer-Joghurt-Torte mit karamellisierten Mandelblättern
- 122 Wissener Bergmannsmahl
- 144 Wildschweinrücken

PRZEPISY

- 25 Składniki śląskiego nieba
- 25 Westerwaldzkiego zapiekanka ziemniaczana
- 31 Pieczone jabłka
- 31 Pierogi
- 35 Jajka w zalewie
- 38 Westerwaldzkiego ser jajeczny
- 45 Kluski Śląskie
- 46 Westerwaldzkiego chleb ziemniaczany
- 47 Śląska strucla makowa
- 65 Kolacz Śląski
- 74 Ciasto jabłkowe z miodem
- 80 Sos piwny do karpia i innych ryb
- 90 Nyski piernik
- 116 Tort malinowo-jogurtowy z karmelizowanymi płatkami migdałów
- 124 Posiłek górnika z Wissen
- 140 Grzbiet z dzika