

Spis treści

List zwyczajnej Polki / **Prolog** 9

**I / „KOBIETA NIE POTRZEBUJE ODPOCZYNKU” / Jak pogodzić pracę
z prowadzeniem domu? 19**

II / „TRZY MILIONY GŁODUJĄ” / Polska w ruinie 39

**III / „GDY ZAŚWITA, MUSI BYĆ PIERWSZA NA NOGACH” /
Dzień w kuchni prababki 63**

**IV / „ŁODOWNIE BEZ MOTORU, BEZ DOLEWANIA WODY,
BEZ JAKIEJKOLWIEK POMOCY” / Przedwojenne AGD 93**

**V / PIECZEŃ Z KONINY ZAMIAST ROSTBEFU / Zakupy, sklepikarze,
oszustwa 133**

**VI / „PANI DOMU UGINA SIĘ NAJCZĘŚCIEJ POD TYRANIĄ SŁUŻĄCEJ” /
Służba domowa 163**

**VII / „KOLACJA PROSZONA MA SWOJE SPECJALNE PRAWIDŁA” /
Przyjęcia i życie towarzyskie 187**

**VIII / „WSZYSTKO SMAŻĄ NA FRYTURZE, KTÓRĄ MOŻNA BY
UŻYWAĆ DO SMAROWANIA OSI SAMOCHODOWYCH” /
Gastronomia 209**

IX / WIELKANOC BEZ ŚWIĘCONKI, CZTERY DANIA WIGILIJNE /

Tradycyjne polskie święta 231

NIEZAWODNE PORADY SPRZED WOJNY 259

INDEKS NAZWISK 285

WYBRANA BIBLIOGRAFIA 291

ŹRÓDŁA ILUSTRACJI 297