



Frühstück

Frühstücksfahrplan

Breakfast time table

Montag – Freitag 9.00 Uhr bis 11 Uhr

Samstag 9.00 Uhr bis 14 Uhr

Sonntag 9.30 Uhr bis 16 Uhr

* nur am Wochenende!!!


Frühstückskombinationen *breakfast combinations*


Zu all diesen Frühstückskreationen reichen wir frisches Brot und am Wochenende Zopf.

Butter und Konfi gibt es auf Wunsch a discretion dazu!

With all breakfast combinations we serve fresh bread and "Zopf" if you like.

Butter and marmalade is offered with every breakfast combi without charge.

LG "Freilandeier"  *"Free range egg"* 10.90 CHF
gekochtes Freilandeier (weich/hart) /
hausgemachter Kräuterfrischkäse
Boiled free range egg / cream cheese with herbs

LG "Klassisch"  23.90CHF
(auch vegetarisch möglich / *vegetarian option possible*)
Wurst und Käse / Naturjoghurt mit Fruchtcouli und
Honig / Buttergipfeli /
Freilandspiegelei mit Rauchspeck und Schnittlauch /
1 Glas Bio Prosecco oder frischer saisonaler
Fruchtsaft 0,1l
*Plate with cold cuts and cheese / yoghurt with fruit
sauce and honey / Croissant / fried free range egg with
ham and chives /
1 glass Organic Prosecco 0,1l or fresh squeezed
seasonal juice 0,1l*

LG "Exquisit"  29.90 CHF
(auch vegetarisch möglich / *vegetarian option possible*)
Norwegischer Rauchlachs mit Sahne-Meerrettich /
Serranoschinken / Kalbfleischpastete / Schweizer
Büffelmozzarella mit hausgem. Basilikumpesto und
Tomate / picante Salami Ventricina / Buttergipfeli /
Rührei mit Champignons, Rauchspeck, Grana Padano
und Frühlingslauch /
kleine saisonale Fruchtschüssel /
1 Glas Bio Prosecco oder frischer saisonaler
Fruchtsaft 0,1l
*Smoked Norwegian salmon with cream horse radish /
Serrano ham / veal pasty / piquant salami Ventricina /
Swiss buffalo mozzarella with tomato and basil pesto /
Croissant / scrambled free-range eggs with bacon,
spring onion, champignons and Grana Padano / small
seasonal fruit bowl /
1 glass Organic Prosecco or fresh squeezed seasonal
juice 0,1l*

LG "Vital"   15.90 CHF
Bio-Gemüsesticks / hausgemachter
Kräuterfrischkäse / vegans Birchermüesli /
"Detox"-Smoothie 0,1l
*Organic vegetable sticks / homemade cream cheese
with herbs / vegan "Birchermüesli" / "Detox"
smoothie 0,1l*

***LG "Vegan"** (nur am Wochenende!) 26.90 CHF
Falscher Eiersalat / veganer Camembert / veganes
Birchermüesli / Tomaten-Baumnussaufstrich / Seitan
Pastrami / Hummus / Kürbis-Curry-Aufstrich / 1 Glas
Bio Prosecco oder "Detox" Smoothie 0.1 l
*False egg salad / hummus / vegan Camembert /
Seitan Pastrami / vegan "Birchermüesli" / pumpkin
curry spread /
1 glass Organic Prosecco or "Detox" smoothie 0,1l*

***LG "Goa"** (nur am Wochenende!) 28.90 CHF
Truthahnbrust "Honig-Garam-Masala" / Mango-
Pouletsalat / Rührei Akoori / Samosa mit Dip /
Kürbis-Curry-Aufstrich / saisonale Fruchtschüssel /
/ Tomaten-Baumnussaufstrich/
1 Glas Bio Prosecco oder "Detox" Smoothie 0.1 l
*Turkey roast "honey-Garam Masala" / chicken mango
salad / herbs rocket cashew nut spread / pumpkin
curry spread / scrambled eggs Akoori / samosa with
dip / seasonal fruit bowl /
1 glass Organic Prosecco or "Detox" smoothie 0.1l*





Frühstück


«Ei, Ei, Ei...»

Wir verwenden ausschliesslich Freilandeier aus der Region. Unsere Rühreier bereiten wir aus 2 Eiern zu.
We only use free range eggs from our region. Our scrambled eggs are made of 2 eggs.

Gekochtes Freilandeier boiled *Free range egg*  3.00 CHF

***62,5° Onsen-Ei** Onsen egg 62,5°  4.00 CHF

Rührei Classico 8.50 CHF
Rührei / Rauchspeck / Schnittlauch / schwarzer Pfeffer
Scrambled eggs «Classico» / smoked bacon / chives / black pepper

Getrübzeltes Rührei  10.50 CHF
Rührei / Trüffelöl / Champignons / Rosmarin / Grana Padano /
Lauchzwiebel / Kresse
*Truffled scrambled eggs / truffel oil / mushrooms / rosemary /
Grana Padano / spring onion / cress*

Rührei Shiitake 10.50 CHF
Rührei / Norwegischer Rauchlachs / Shiitake Pilze / Sesam /
Sojasauce / frischer Koriander / Nori
*Scrambled eggs «Shiitake» / Norwegian smoked salmon /
Shiitake Mushrooms / sesame / soy sauce / fresh coriander / Nori*

*** Rührei Akoori** (nur am Wochenende!)  10.50 CHF
Rührei / Zimt / Kreuzkümmel / Koriander / Chili / halbtrocknete Bio Tomaten
*Scrambled egg «Akoori» / cinnamon / cumin / coriander / chilli /
half dried organic tomato*

*** Rührei Bio Gemüsegarten** (nur am Wochenende!)  10.50 CHF
Rührei / sautiertes Saison Gemüse / Petersilie
Scrambled eggs «organic vegetable garden» / seasonal organic vegetable

*** Mexican Chilaquiles** (nur am Wochenende!)  13.00 CHF
Weizen Tortillas / Salsa Roja / Koriander / Feta / Freiland Onsen-Ei / Tomate / Crème Fraîche
Wheat tortillas / Salsa Roja / coriander / Feta cheese / Onsen egg / tomato / crème fraîche

*** Pancakes** *pan cakes*  (nur am Wochenende!)

1 Pancake mit... 4.00 CHF
1 Pancake with...
...Bio Nussnougatcrème ...organic nut nougat crème
...Ahornsirup ...maples syrup
...Erdnussbutter ...peanut butter
...Blaubeerkompott ...blueberry compote
...Dulce de leche & fleur de sel
...Mandelmus ...almond paste

Pancakes gibt es auch als grosse Portion (3 Stück) 10.50 CHF
Pan cakes also available as big portion (3 pieces)



Frühstück

Pikante Ergänzungskost *savory supplement*

| | |
|--|----------|
| Hausgemachter Kräuterfrischkäse <i>Homemade herb cream chees</i> | 2.00 CHF |
| Mango Pouletsalat / Minze <i>Chicken mango salad / mint</i> | 5.50 CHF |
| Portion Norwegischer Rauchlachs (50g) mit Sahne-Meerrettich <i>Smoked salmon (50g) with cream horseradish</i> | 8.90 CHF |
| Kleine Käseauswahl / Kleine Wurstausswahl <i>Small cheese plate / Small plate of cold cuts</i> | 8.90 CHF |
| Serranoschinken <i>Serrano ham (50g)</i> | 8.90 CHF |
| * Truthahnbrust "Honig-Garam Masala" (50g) <i>Turkey roast "Honey Grama Masala" (50g)</i> | 8.90 CHF |
| * Natura Rinds-Pastrami "Sous Vide" (50g) <i>Natura beef pastrami «sous vide» (50g)</i> | 8.90 CHF |
| * Veganer Camembert (30g) <i>Vegan Camembert (30g)</i> | 6.90 CHF |
| * Kürbis-Curry-Aufstrich <i>pumpkin curry spread</i> | 4.50 CHF |
| * Tomaten-Baumnuß-Aufstrich <i>Tomato walnut spread</i> | 4.50 CHF |
| * Falscher Eiersalat <i>False egg salad (vegan)</i>  | 4.50 CHF |

Süsse Ergänzungskost *sweet supplementary food*

| | |
|---|----------|
| Croissant | 2.00 CHF |
| Pain au chocolat | 2.90 CHF |
| Eine Portion frisches Brot <i>A serving of fresh bread</i> | 3.30 CHF |
| 2 glutenfreie Brötchen <i>2 gluten free rolls</i> | 3.50 CHF |
| Laugenbrezel <i>Pretzel</i> | 2.90 CHF |
| Laugenbrezel mit Butter <i>Pretzel with butter</i> | 3.90 CHF |
| Butter <i>butter</i> | 1.20 CHF |
| Honig <i>honey</i> | 2.00 CHF |
| Erdnussbutter <i>Peanut butter</i> | 2.00 CHF |
| Bio Nussnougatcrème <i>organic nut nougat crème</i> | 2.00 CHF |
| Bio Agavendicksaft <i>Organic agave nectar</i> | 2.00 CHF |
| Hausgemachte Konfi <i>Homemade jam</i> | 1.60 CHF |
| Bio Mandelmus <i>Organic almond mouse</i> | 2.00 CHF |

Cerealien *Cereals*

* **Hausgemachte Frucht-Granola**  7.50 CHF
Kokoshobel / Nüsse / Bio-Schoggi / Bio Getreide /gefriergetrocknete Früchte / Naturjoghurt / Honig
Homemade fruit granola / coconut / nuts / chocolate / cereals / freeze-dried fruits / yoghurt / honey

Hausgemachte Birchermüesli  6.50 CHF
Bio Apfel (frisch und gedörnt) / Waldbeeren / Bio Getreide und Saaten / geröstete Haselnüsse / Bio Soja Vanillejoghurt / Ahornsirup
Homemade "Birchermüesli" / organic apple / berries / organic cereals and seeds / roasted hazelnuts / organic soy vanilla yoghurt / maple syrup

Kleine saisonale Fruchtschüssel 5.50 CHF
Bio Apfel / Trauben / Minze *Small bowl of organic apple / grape / mint*
mit Joghurt / with yogurt 7.00 CHF

* **Bio Früchte im Glas** *Organic fruit in a glass* 
(nur am Wochenende!)

* **Grüner Detox-Smoothie** 0.2 l. 8.00 CHF
Trauben / Gurke / Spinat / Apfel / Zitrone / Ingwer / geröstetes Sesamöl
Grapes / cucumber / spinach / apple / lemon / ginger / roasted sesame oil



Sonntagssnacks

Sunday snacks

Sonntag 11.30 Uhr bis 16.00 Uhr

Falafel Tiger Bowl

26.00 CHF

3 Falafel / Quinoa und Gemüse aus biologischem Anbau /
Bio Süsskartoffel / Hummus / geröstete Kichererbsen /
Sauce nach Wahl

*3 Falafel / quinoa and vegetable from organic farming /
organic sweet potato / hummus / roasted chickpeas /
sauce of your choice*

Bio-Gamba Tiger Bowl

30.00 CHF

4 Bio-Gamba / Quinoa und Gemüse aus biologischem Anbau /
Bio Süsskartoffel / Hummus / geröstete Kichererbsen /
Sauce nach Wahl

*4 organic prawns / quinoa and vegetable from organic farming /
organic sweet potato / hummus / roasted chickpeas /
sauce of your choice*




Saucen:

Unsere Tiger Bowls lieben Saucen! Je mehr desto leckerer.

Du darfst also ruhig mehrere wählen...

Our Tiger bowls love sauces.

You are welcome to choose as many as you like...

- **Honig-Tamarindensauce** / Honey tamarind sauce 
- **Safranjoghurt** / saffron yogurt 
- **Mangochutney** 

Salat Bowl mit Schweizer Pouletbrust (130g)

28.00 CHF

Blattsalat und Gemüse aus biologischem Anbau / Churrasco /
Sprossen / Balsamico Bianco Vinaigrette / Bio Früchte

*Lettuce and vegetable from organic farming / sprouts / Swiss chicken breast (130g) / Churrasco /
homemade dressing of your choice / organic fruits*

Salat Bowl mit Bio Tofu (120g)

26.00 CHF

Blattsalat und Gemüse aus biologischem Anbau / Bio Shiitake Pilze / Mangochutney / Sprossen /
Balsamico Bianco Vinaigrette

*Lettuce and vegetable from organic farming / sprouts / Organic tofu (120g) / organic shiitake mushrooms /
mango chutney / homemade dressing of your choice*

- **Balsamico Bianco-Vinaigrette** / Balsamic vinegar vinaigrette 
- **Tamarinden-Sesam-Vinaigrette** / Tamarind sesame vinaigrette