TWIST

ABENDKARTE
DINNER MENU

SALATE

VALSANA BOWL | gf | lf 9
Gemischter Salat, Erdbeeren, Nüsse, Radieschen
Mixed salad, strawberries, nuts, radish

GRÜNER SOMMERSALAT | gf | lf 13
Gurke, Zucchini, Tomate, Spinat, Rucola, Federkohl, grünes Aiolidressing
Cucumber, zucchini, tomato, spinach, arugula, kale, green aioli dressing

TWIST CAESAR SALAD 18
Mini Lattich, Kirschtomaten, Speck, Bergkäse, Knoblauchcroûtons
Mini lettuce, cherry tomatoes, bacon, mountain cheese, garlic croûtons
Wahlweise mit gebratener Pouletbrust +8
Optional with fried chicken breast

VALSANA SIGNATURE DRESSING

Randen-Himbeer-Dressing | gf
Beetroot-raspberry-dressing

DRESSINGS

Balsamico-Honig-Dressing | gf
Balsamic-honey-dressing
Frenchdressing | gf
French-dressing
Apfel-Estragon-Dressing | gf
Apple-tarragon-dressing

= plant based ve = vegetarisch / vegetarian lf = laktosefrei / lactose-free gf = glutenfrei / glutenfree

STARTER

TOMATEN-OLIVEN TATAR 80g 22
Senfglace, Salsa Verde, Brotchips
TOMATO-OLIVE TATAR 80g
Mustard ice cream, salsa verde, bread chips

BÜNDNER CAPUNS | wahlweise auch Vegetarisch 19 | 28
Mangold, Gemüse, Gruyère, Schnittlauch, Bündnerfleisch, Salsiz, Röstzwiebeln
Spaetzle dough with chard, vegetables, Gruyère, chives, grisons meat, air-dried meat, fried onions

ALPEN-ZANDER CEVICHE | gf | lf 26
Limette, Kohlrabi, Radieschen, Gurke, Dill, Chili, Zitrusöl
Pike perch ceviche, Lime, turnip cabbage, radish, cucumber, dill, chili, citrus oil

CARPACCIO VOM SCHWEIZER RINDSFILET 28
Rindsfilet, Buchenpilze, Wachtelei, Rucola, Sbrinz, Pommery Mayonnaise
Beef filet, beech mushrooms, quail egg, arugula, Sbrinz, pommery mayonnaise

SOUPS

TAGESSUPPE | gf 12
Soup of the day

KARTOFFEL-STEINPILZSUPPE | gf 15
Croûtons, Schnittlauchöl
Mushrooms, croûtons, chive oil

JEANNET'S BÜNDNER GERSTENSUPPE 16
Traditional Grisons barley soup
Wahlweise mit Aroserli +3
Optional with Arosa sausage

= plant based ve = vegetarisch / vegetarian lf = laktosefrei / lactose-free gf = glutenfrei / glutenfree

ZUM TEILEN | TO SHARE

Die Gerichte werden in der Mitte des Tisches platziert.
Helfen Sie sich selbst! Alle Gerichte ab 2 Personen. Preise pro Person.
These dishes are to share and will be placed in the middle of the table.
Help yourself! All dishes are for two or more persons. Prices per person.

GERÖSTETER BLUMENKOHL FÜR ZWEI | gf — 36
Blumenkohl, Pastinake, Pinienkerne, Johannisbeeren, veganer Joghurt, Dill
ROASTED CAULIFLOWER FOR TWO
Cauliflower, parsnip, pine nuts, currants, vegan yogurt, dill

LUMA BLACK ANGUS FLAT IRON STEAK ca. 600g — 52
Käse-Kräuterpolenta, Sommergemüse, Chili-Limetten-Öl, BBQ Hollandaise
Cheese and herb polenta, summer vegetables, chili-lime oil, BBQ sauce hollandaise

VALSANA TAVOLATA, EINE KLEINE REISE DURCH UNSERE KARTE — 62
Vorspeisenauswahl aus:
Tomaten-Oliventatar, Bündner Capuns, Zander Ceviche und Kartoffel-Steinpilzsuppe
Starter variation of:
Tomato olive tartare, Grison capuns, zander ceviche and potato and porcini mushroom soup
Hauptgangauswahl aus:
geschmorte Miso-Süsskartoffel, Safran-Erbsen-Risotto und Short Ribs
Main course variation of:
Braised miso sweet potato, saffron pea risotto, and short ribs

= plant based ve = vegetarisch / vegetarian lf = laktosefrei / lactose-free gf = glutenfrei / glutenfree

MAINS

GRÜNES TWIST-GEMÜSECURRY | gf — 32
Reis, Kartoffeln, Kefen, Zucchini, Brokkoli, Blumenkohl, Champignons, Peperoni
Green vegetable curry, rice, potatoes, sugar peas, courgettes, broccoli, cauliflower, mushrooms, peppers

GESCHMORTE MISO-SÜSSKARTOFFEL — 34
Süsskartoffel, knusprige Kartoffelstreusel, Knoblauch, veganer Joghurt, Zuckerschoten, Pilze
Braised sweet potato, crispy potato crumble, garlic, vegan yogurt, snow peas, mushrooms

SAFRAN – ERBSENRISOTTO MIT KNUSPRIGEN LAUCH UND ZITRONE | — 34
Lauch, Zitrone, Erbsen, Safran, Hefeflocken
Saffron pea risotto with crispy leek and lemon, nutritional yeast,

RAVIOLO GEFÜLLT MIT RINDSRAGOUT UND POLENTA — 36
Rindsragout, Polenta, Ricotta, Rucola, Haselnüsse
Ravioli filled with beef ragout, polenta, ricotta, arugula, hazelnuts

GEFÜLLTE MAISPOULARDENBRUST | gf — 40
Rohschinken, getrocknete Tomaten, Frischkäse, Blumenkohl, Rande, Karotte
Stuffed cornfed chicken breast, cured ham, sundried tomatoes, cream cheese, cauliflower, beetroot, carrot

SAUTIERTER KABELJAU IN PANCETTAMANTEL | gf — 44
Kräuter-Knoblauch Herzoginkartoffeln, Lauch, Pak Choi, Hollandaise
Sauted cod, pancetta, herb-garlic duchess potatoes, leek, pak choi, sauce hollandaise

24H GEGARTE SHORT RIBS VOM RIND — 46
Getrüffeltes Kartoffelpüree, Baby Karotten, Röstzwiebeln
24 hours cooked beef short ribs, truffle mashed potatoes, young carrots, crispy fried onions

LUMA BLACK ANGUS RIB EYE STEAK 250g | gf — 56
Kräuterbutter, Chili-Limettenöl, Pommes Frites
Herb butter, chili lime oil, french fries

= plant based ve = vegetarisch / vegetarian lf = laktosefrei / lactose-free gf = glutenfrei / glutenfree

MOVING
MOUNTAINS

Das Moving Mountains Programm der Tschuggen Collection beruht auf fünf Säulen, um unseren Gästen einen gesunden Aufenthalt voller Freude zu bieten:

Move Play Nourish Rest Give

Ernährungsgrundsätze

Moving Mountains Gerichte werden nach den folgenden Prinzipien hergestellt, um Ihre Gesundheit und das Immunsystem zu fördern.

1.Inspiriert von den Schweizer Bergen: *Vollwertig, frisch, nahrhaft und saisonal.*

Wir leben im Einklang mit der Natur, die uns umgibt, und bringen ihre Schätze in frischer, reiner und optimal zubereiteter Form mit hohem Nährwert auf Ihren Teller. Achten Sie besonders auf natürliche Produkte mit Heilwirkung, essbare Wildpflanzen und frische Zutaten der Saison aus der lokalen Umgebung.

2. Nach dem Stand der Wissenschaft: *Wir beschäftigen uns mit den jüngsten Erkenntnissen der Ernährungsforschung.*

Die aktuellen wissenschaftlichen Erkenntnisse bezüglich Mikrobiom und Immun-Resilienz lassen wir in unsere Wahl der Zutaten und deren Zubereitung einfliessen. Die Produkte sind rein pflanzlich, enthalten vollwertigen Zucker (wie etwa Sirup von einheimischen Baumarten) und Vollkorn anstelle von raffiniertem Zucker und Weissmehl – somit ist jeder Bissen eine Wohltat für Ihre Gesundheit.

3. Nährstoffdichte: *Kochkunst auf Pflanzenbasis.*

Unsere Ernährungsgrundsätze schenken Obst und Gemüse einen Ehrenplatz in unserem Speiseplan; die Basis all unserer Gerichte ist rein pflanzlich. Diese kann dann auf Anfrage durch unsere Empfehlungen an Wild, Fleisch, Fisch und Käse ergänzt werden.

4. Gaumenfreude: *Geschmack und Aromen diktieren jedes Gericht*

Es wird oft irrtümlich angenommen, dass Essen entweder ein Genuss oder gesund ist. Um Gesundheit und Vitalität zu fördern, muss das Essen zugleich einen köstlichen Genuss bieten.

Moving Mountains Gerichte - bestehen aus ausgewählten, auf die Region bezogenen Zutaten und sind so nahrhaft und gesund wie schmackhaft.
Achten Sie einfach auf das Moving Mountains Symbol in unseren Menükarten:

MOVING
MOUNTAINS

The Tschuggen Collection's Moving Mountains program draws on five pillars to ensure a healthy and joyous stay for our guests:

Move Play Nourish Rest Give

Nourish Principles

Moving Mountains dishes are created according to the following principles promoting good health, reducing inflammation and boosting your immune system.

1. Inspired by the Swiss Mountains: *Whole, fresh, seasonal, nutrient-dense food.*

We take the nature that surrounds us and bring it to your plate- fresh, clean and prepared to preserve or improve its nutrition. Look out for locally-inspired healing foods with medicinal qualities, wild foraged foods and fresh seasonal ingredients.

2. Rooted in Science: *Working with the latest developments in nutritional research.*

The latest science on the gut microbiome and immune resilience are reflected in the menu through our choice of ingredients and in their preparation. Plant-based, replacing white sugar and white flour in favour of complex sugars (such as local tree syrups) and whole grains- every delicious mouthful works to improve health.

3. Nutrient Density: *A plant-based approach to cooking.*

To meet our nutritional standards, vegetables and fruit receive pride of place in our cooking and the foundations of all our dishes are entirely plant-based. Suggested game, meat, fish and cheeses can then be added upon request as compliments.

4. Deliciousness: *Taste and flavour governs every decision and underpins our approach.*

We have been led astray by the false assumptions that food is either comforting and delicious or healthy. To build resilience and health, food must give joy as well as nourishment.

Moving Mountains menus - prepared with nutrient-dense ingredients,
rooted in the sense of place of the Swiss mountains and celebrating a truly nourishing and joyous deliciousness. Just look for the Moving Mountains icon on our menus:

= plant based ve = vegetarisch / vegetarian lf = laktosefrei / lactose-free gf = glutenfrei / glutenfree

HERKUNFTSBEZEICHNUNG
Schwein: Schweiz
Rind: Schweiz
Poulet: Schweiz
Zander: Schweiz
Fisch: Europa
Brot: Schweiz
Eier, Milchprodukte: Schweiz, regional
Auf Anfrage erteilt Ihnen unser Küchenteam Informationen über Allergene in unseren Speisen.

Alle Preise in Schweizer Franken, inkl. MwSt.

DECLARATION OF ORIGIN
Pork: Switzerland
Beef: Switzerland
Chicken: Switzerland
Zander: Switzerland
Fish: Europe
Bread: Switzerland
Eggs, dairy products: Switzerland, local
Our kitchen team assists you concerning questions about allergenic substances.

All prices in Swiss Francs, VAT included.