MOVING
MOUNTAINS

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

MOVE PLAY NOURISH REST GIVE

Unsere Ernährungsgrundsätze

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.
Wir haben uns von der falschen Annahme täuschen lassen, dass Essen entweder schmackhaft oder gesund ist. Um die Gesundheit zu verbessern, muss Essen nicht nur nahrhaft sein, sondern auch Freude bereiten.

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:

Alle Preise in CHF und inklusive der gesetzlichen MwSt.
Bei Fragen zu Produzenten, Allergien oder Unverträglichkeiten, wenden sie sich bitte an unsere Mitarbeitenden.

MOVING MOUNTAINS BOWLS

Carlton Power Bowl 36
Rande | Kichererbsen | Bulgur | Granatapfel
Aubergine | Sprosse | Koriander | Traditional Essig
Optional mit Poulet Brust 40

St. Moritz Bowl 34
Spinat | Sellerie | Edamame | Avocado | Radieschen
Gerste | Petersilie | Italiendressing
Optional mit Ziegenfrischkäse 40

Quinoa Bowl 34
Quinoa | Nüsslisalat | Apfel | Tofu | Haselnuss | Zitronensauce
Optional mit geräuchertem Schweizer Lachsfilet 40

VORSPEISEN

Caesar Salat 34
Hühnchen | Romana Salat | Sardellen | Tomaten
Parmesan | Speck | Knoblauch Croûtons

Schweizer Nüsslisalat 30
Brügger Speck | Croûtons | French Dressing

Burrata Caprese 32
Bunte Tomaten | Basilikum | Olivenöl | Balsamico Kaviar

Marinierter Lostallo Lachs 46
Randen | Sauer Rahm | Oona Kaviar | Kräuter

Simmentaler Rindertartar
Kapern | Sardellen | Zwiebeln | Schnittlauch | Dijon Senf |
Eigelb | Cognac | Pommes Frites | Toast
80 g 34
160 g 51

Alle Preise in CHF und inklusive der gesetzlichen MwSt.
Bei Fragen zu Produzenten, Allergien oder Unverträglichkeiten, wenden sie sich bitte an unsere Mitarbeitenden.

SUPPEN

Minestrone Gemüsesuppe 19
Saisonales Gemüse | Basilikum Pesto | Croûtons
Frische Kräuter

Engadiner Gerstensuppe 22
Lauch | Sellerie | Karotten | Bündner Fleisch | Schnittlauch

Sellerie & Apfelsuppe 26
Meerrettich | geräucherter Lachs

Hummerbisque 36
Gebratene Ricotta Gnocchi | Koriander | Cognac

CAVIAR

Osietra Gold Premier Cru 100gr	510
Osietra Gold Premier Cru 50gr	260
Beluga Premier Cru 100gr	480
Beluga Premier Cru 50gr	250

Gerne servieren wir Ihnen zu unserem Kaviar
Blinis | Eiweiss | Eigelb | Schnittlauch | Schalotten | Sauerrahm

OYSTERS

Gillardeau	per Piece	9.50
Belon	per Piece	8.50

Gerne servieren wir Ihnen zu unseren Austern
Pumpernickel | Eigelb | Zwiebel | Zitrone | Tabasco | Essig

Alle Preise in CHF und inklusive der gesetzlichen MwSt.
Bei Fragen zu Produzenten, Allergien oder Unverträglichkeiten, wenden sie sich bitte an unsere Mitarbeitenden.

SNACKS

Bündner-Frites mit Perigord Trüffel 21

Bündner-Frites mit Gruyère Käse 15

Schweizer Plättli mit Aufschnitt und Käse aus der Region 34
Brügger Bündner Fleisch | Hatecke Salsiz | Parpan Rohschinken
Lenzerheide Käse | Bergkäse

Lachs Tacos mit Guacamole 32
Lachs | Gurke | Avocado | Chili | Burrata

SANDWICHES UND BURGER

Croque-Monsieur 28
Bündner Bergkäse | Gekochter Schinken | Dijon Senf |
Kleiner Salat

Carlton Club Sandwich 42
Schweizer Poulet | Speck | Salat | Ei | Tomate | Avocado
Bündner-Frites

Plant based Club Sandwich 38
Basilikumtofu | Avocado | Tomate | Salat |
Bündner-Frites

Carlton Burger oder Cheeseburger 43
Simmentaler Rind | Eisbergsalat | Tomate | Zwiebeln
gepickelte Gurke | Bündner-Frites

Plant based Beyond Burger 39
Marinierte Paprika | Tomate | Salat | Zwiebeln | Guacamole
Bündner-Frites

Alle Preise in CHF und inklusive der gesetzlichen MwSt.
Bei Fragen zu Produzenten, Allergien oder Unverträglichkeiten, wenden sie sich bitte an unsere Mitarbeitenden.

PASTA

Tagliatelle *Winter Trüffel*		48
Paccheri *Kirschtomatensauce | Burrata | Basilikum*		38
Acquerello Risotto *Safran | Ossobuco Ragout | Gremolata*		45
Swiss Beef Ravioli *Parmesanfondue | Steinpilze | Crunch Zwiebel*	Gross Klein	45 35

HAUPTGERICHTE

Wiener Schnitzel *Bündner-Frites | Kräutermayonnaise | Preiselbeere*	54
Zürcher Geschnetzeltes *Rösti | Pilz-Rahmsauce | Gemüse*	62
Schweizer Alpen Lachs *Saisonales Gemüse | Beurre Blanc*	56
Angus Rinds Tagliata BBQ *Rucola | Marinierte Tomaten | Parmesan | Balsamico*	68
Olma Kalbs Bratwurst *Rösti | Zwiebelsauce*	52

Alle Preise in CHF und inklusive der gesetzlichen MwSt.
Bei Fragen zu Produzenten, Allergien oder Unverträglichkeiten, wenden sie sich bitte an unsere Mitarbeitenden.

CARLTON AFTERNOON TEA

(Servieren wir gerne von 13:00 Uhr bis 18:00 Uhr)

Full English Carlton Afternoon Tea 46
Selektion von Sandwiches | Scones mit clotted creme
Erdbeerkonfitüre | Lemon Curd | Selektion von der Patisserie
Tee oder Kaffee

Optional mit 10cl Louis Roederer Brut Champagner 59

Pink English Carlton Afternoon Tea 48
Selektion von Sandwiches | Scones mit clotted creme
Erdbeerkonfitüre | Lemon Curd | Selektion von der Patisserie
Tee oder Kaffee

Optional mit 10cl Laurent Perrier Rosé Champagner 65

Carlton Kids Afternoon Tea 28
Schinken- und Käsesandwich | Scones mit Erdbeerkonfitüre
Clotted creme | Selektion von der Patisserie
Milchshake oder Tee oder heiße Schoggi

DESSERT

Kuchen des Tages 12
nach Wahl des Küchenchefs

Originales italienisches Tiramisù 12
Löffelbiskuit | Mascarpone | Espresso

Vanille Crème Brûlée 14
Doppelrahm | Bio Eier | Bourbon Vanille

Schokolade Felchlin 70% 22
Haselnuss | Agrumen

Variation von frisch geschnittenen Früchten 22

Alle Preise in CHF und inklusive der gesetzlichen MwSt.
Bei Fragen zu Produzenten, Allergien oder Unverträglichkeiten, wenden sie sich bitte an unsere Mitarbeitenden.

Herkunftsbezeichnung

Fisch, Schalen- & Krustentiere: CH, FR
Rind: CH
Kalb: CH
Huhn: CH, FR
Brot: CH
Milchprodukte: CH, IT

Alle Preise in CHF und inklusive der gesetzlichen MwSt.
Bei Fragen zu Produzenten, Allergien oder Unverträglichkeiten, wenden sie sich bitte an unsere Mitarbeitenden.