

LA BREZZA



INTRO

Il programma Moving Mountains della Tschuggen Collection si basa su cinque pilastri per offrire ai nostri ospiti un soggiorno sano e pieno di gioia:

Move

Play

Nourish

Rest

Give

PRINCIPI NUTRIZIONALI

I piatti Moving Mountains sono preparati secondo i seguenti principi che promuovono la buona salute e aumentano la propria immunità.

1. Ispirato dalle montagne svizzere: *sano, fresco, nutriente e stagionale.*

Viviamo in armonia con la natura che ci circonda e portiamo i suoi tesori nel vostro piatto in una forma fresca, pura e preparata in modo ottimale con un alto valore nutrizionale. Presta particolare attenzione ai prodotti naturali con proprietà curative, alle piante selvatiche commestibili e agli ingredienti freschi di stagione della zona.

2. Radicati nella scienza: *ci confrontiamo con le ultime scoperte della ricerca nutrizionale.*


Incorporiamo le ultime scoperte scientifiche sul microbioma e la resilienza immunitaria nella scelta degli ingredienti e nella preparazione dei piatti. I prodotti sono rigorosamente di origine vegetale, contengono zuccheri interi (come lo sciroppo di specie arboree autoctone) e cereali interi invece di zuccheri raffinati e farina bianca - così ogni boccone è un toccasana per la vostra salute.

3. Presenza di sostanze nutritive: *un approccio alla cucina basato sulle piante.*

Per soddisfare le nostre esigenze nutrizionali, le verdure e la frutta tornano ad essere il fiore all'occhiello della nostra cucina e le basi di tutti i nostri piatti sono interamente vegetali. La selvaggina, la carne, il pesce e i formaggi suggeriti possono essere aggiunti su richiesta come complementi.

4. Piacere del palato: *il gusto e il sapore influenzano ogni decisione e sono alla base del nostro approccio.*

Spesso si presume erroneamente che il cibo sia una delizia o salutare. Per dare piacere e salute allo stesso tempo, il cibo deve avere un buon sapore e un alto valore nutrizionale.

I piatti di Moving Mountains - sono fatti con ingredienti selezionati legati alla regione e sono tanto nutrienti e sani quanto gustosi. Basta cercare il simbolo di Moving Mountains sui nostri menu: 



INTRO

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 Gesundheit und Immunität 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 zum Mikrobiom und Immun-Resilienz lassen wir in unsere Wahl der Zutaten und die Zubereitung der Gerichte einfließen. Die Produkte sind rein pflanzlich, enthalten vollwertigen Zucker (wie etwa Sirup von einheimischen Baumarten) und vollwertiges Getreide 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 jede Wahl und garantieren die Beliebtheit unseres Ansatzes.*

Es wird oft irrtümlich angenommen, dass Essen entweder ein Genuss oder gesund ist. Um Genuss und Gesundheit zugleich zu bieten, muss Essen gut schmecken und von hohem Nährwert sein.

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: 

ISPIRAZIONE

INSPIRATION

Manzo di Ennetbürgen I cavolo rapa I anguilla I sherry
Rind aus Ennetbürgen I Kohlrabi I Aal I Sherry

Carabiniere I cavolfiore I noce pecan
Carabiniere I Blumenkohl I Pekannuss

Ravioli ripieni di maiale iberico I schiuma di parmigiano I formaggio "Belper Knolle"
Ravioli gefüllt mit Iberico Schwein I Parmesanschaum I Belper Knolle

Rombo atlantico I finocchio I cozze I quinoa
Atlantischer Steinbutt I Fenchel I Miesmuscheln I Quinoa

Animelle di vitello di Ennetbürgen I topinambur I rafano
Kalbsbries aus Ennetbürgen I Topinambur I Meerrettich

Anatra di Alfred von Escher I mais I trevisano
Ente von Alfred von Escher I Mais I Trevisano

5 pepe La Bouse di Jumi 100% mucca I Krapfen I prugna
5 Pfeffer La Bouse von Jumi 100% Kuh I Krapfen I Zwetschge

Pera I noce I vaniglia
Birne I Walnuss I Vanille

4 portate CHF 170 I 5 portate CHF 190 I 6 portate CHF 210 I 7 portate CHF 230 I 8 portate CHF 250
4 Gänge CHF 170 I 5 Gänge CHF 190 I 6 Gänge CHF 210 I 7 Gänge CHF 230 I 8 Gänge CHF 250

Prezzi in CHF incl. IVA

Alle Preise verstehen sich in Schweizer Franken inklusive gesetzlicher MwSt.

MENU MOVING MOUNTAINS

MOVING MOUNTAINS MENÜ

Cavolo rapa **I** pistacchio **I** aneto
*Kohlrabi **I** Pistazie **I** Dill*

Cavolfiore **I** limone salato **I** quinoa **I** mandorla
*Blumenkohl **I** Salzzitrone **I** Quinoa **I** Mandel*

Raviolo ripieno di carciofi **I** trevisano **I** menta
*Raviolo gefüllt mit Artischocke **I** Trevisano **I** Minze*

Topinambur **I** rafano **I** macadamia
*Topinambur **I** Meerrettich **I** Macadamia*

Sedano rapa brasato **I** porcini **I** levistico
*Geschmorter Sellerie **I** Steinpilz **I** Liebstöckel*

Patata d'Albula **I** scalogno al vino rosso **I** tartufo
*Albula Kartoffel **I** Rotweinschalotte **I** Trüffel*

Fico **I** yogurt di soia **I** timo limone
*Feige **I** Soja Joghurt **I** Zitronenthymian*

4 portate CHF 150 **I** 5 portate CHF 170 **I** 6 portate CHF 190 **I** 7 portate CHF 210
*4 Gänge CHF 150 **I** 5 Gänge CHF 170 **I** 6 Gänge CHF 190 **I** 7 Gänge CHF 210*

Prezzi in CHF incl. IVA
Alle Preise verstehen sich in Schweizer Franken inklusive gesetzlicher MwSt.

ABBINAMENTO VINO

WEINBEGLEITUNG

Per rendere la vostra esperienza presso il ristorante La Brezza ancora più indimenticabile, il nostro Sommelier vi propone un abbinamento vino selezionato appositamente per il vostro menu.

Für ein noch unvergesslicheres Erlebnis im Restaurant La Brezza, empfiehlt Ihnen unser Sommelier eine auf Ihr Menü massgeschneiderte Weinbegleitung.

4 vini CHF 76 | 5 vini CHF 85 | 6 vini CHF 99 | 7 vini CHF 115 | 8 vini CHF 130
4 Weine CHF 76 | 5 Weine CHF 85 | 6 Weine CHF 99 | 7 Weine CHF 115 | 8 Weine CHF 130

INGREDIENTI E PRODOTTI

ZUTATEN UND PRODUKTE

Informiamo la nostra clientela che per garantire la qualità della nostra cucina e le tempistiche del servizio suggeriamo vivamente la scelta dello stesso menu. La composizione del menu di 4 o 5 portate deve contenere due o tre antipasti, un piatto principale e un dessert.

Grazie anticipatamente per la vostra comprensione.

Gerne weisen wir Sie darauf hin, dass die Wahl eines Menüs pro Tisch uns dabei unterstützt, die Qualität der Speisen und Serviceabläufe zu garantieren. Bei einem 4- oder 5-Gang-Menü sind zwei respektive drei Vorspeisen, ein Hauptgericht und ein Dessert enthalten.

Wir danken Ihnen für Ihr Verständnis.

Gentile ospite, su richiesta, i nostri collaboratori saranno lieti di informarla in merito agli ingredienti contenuti nei nostri piatti che possono provocare allergie o intolleranze.

Lieber Gast, über Zutaten in unseren Gerichten, die Allergien oder Intoleranzen auslösen können, informieren Sie unsere Mitarbeitenden auf Anfrage gerne.

Vitello: Svizzera
Kalb: Schweiz

Sgombro: Mediterraneo
Makrele: Mittelmeer

Rombo: Atlantico
Steinbutt: Atlantik

Manzo: Svizzera
Rind: Schweiz

Capriolo: Austria
Reh: Österreich

Maiale: Spagna
Schwein: Spanien

La protezione dell'ambiente è importante per noi, motivo per cui prestiamo particolare attenzione ad utilizzare prodotti da allevamenti e pesca sostenibile.

Die Umwelt ist uns wichtig, daher achten wir beim Einkauf unserer Produkte auf artgerechte Tierhaltung sowie nachhaltigen Fischfang.