

STUMP'S FITNESSSTELLER

Regional - vielfältig - knackig frisch
den Sommer und regionale Vielfalt erfrischend inszeniert:

Wir servieren Ihnen bunte Salate und Sie wählen dazu:

Schweinssteak mit Café de Paris-Butter		29
Rindshohrückensteak mit Café de Paris-Butter		37
Cordon bleu		28
Paniertes Schweinsschnitzel		24
Otschweizer Pouletbrust mit Café de Paris-Butter		28
Sautiertes Zanderfilet		28
Paniertes Tofuschnitzel		28
Sommer-Rollen mit Sojasauce		28

DAS KLEINE ETWAS

Zum **Auftakt:**
natürlich - überschaubar - mundgerecht

Tagessuppe		8-9 / 12-13
Ihre Bedienung teilt Ihnen gerne das aktuelle Angebot mit		
 Corsin's Nektarinen-Kaltschale		8 / 12
mit Minze		
'Potage Parisien' – Klare Kartoffel-Lauchsuppe		9 / 13
 Sommerliches Blattsalatbouquet		9 / 14
an Wurzelgemüsesauce (auf Wunsch an französischer, italienischer oder Haussauce)		
 Bunt gemischte Gemüse- und Blattsalate		11 / 16
 Aufgeschnittenes Schweinscarré an Sandras's Pommery-Senfsauce		14 / 19
serviert mit einer kleinen Salatblume		
Bunt gemischte Blattsalate		9 / 14
mit frischem Meerrettich an einem Randen-Dressing		
Agnolotti mit Spargeln und Frischkäse gefüllt		19
auf Blattspinat mit Cherrytomaten garniert		

7 TAGE FRISCH UND AKTUELL

Woche für Woche marktfrisch aus der Region:

Michi's Burrito		27
gefüllt mit buntem Gemüse und Kräuter-Sauerrahm		
 Sautierte Kalbsleberli nach Art des Sous Chef's		33
Butterrösti und Broccoli		
 Gebratene Eglifilet's mit Mandelbutter		29
mit einer bunten Salatblume an Philipp's Himbeer-Vinaigrette		
Pouletgeschnetzeltes 'Casimir'		21
im Reisring serviert und mit Früchten garniert		
David's Schokoladenmousse-Kaffeetörtchen		12
mit frischen Beeren		
Duett vom Seluner- und 'Schlaf'-Käse vom Ölberg		11
dazu feines Apfel-Nuss-Brot und Ananas-Chili-Konfitüre (⊗ ohne Apfel-Nuss-Brot)		
mit einem Glas Gastfreundschaftswein		18

GANZ SAISONAL UND REGIONAL

Wild-Spezialitäten aus **Alpstein** und **Churfürsten**:

Zum Einstieg:

⊗	Probier-Teller mit Dreierlei von der Wildtrockenwurst	60 Gramm	👑	12
		90 Gramm	👑	19

Hauptgerichte:

	Rehgeschnetzeltes an einer Waldpilzrahmsauce			41
	Medaillons vom Rehrücken mit einer Kräuterkruste an einem Apfel-Balsamico-Jus (⊗ ohne Kruste)			48
⊗	Am Stück gebratenes Rehnüsschen an einer Löwenzahnhonig-Sauce	ab 2 Personen		47
	Duett vom Reh- und Hirschschnitzel an einer Preiselbeerenrahm-Sauce			45
⊗	Wildwurst mit einer Biersauce		👑	24






Die Gerichte werden **mit Gemüse der Jahreszeit serviert.**

Beilagen wählen Sie selbst:

Nudeln – ⊗ Rösti – ⊗ Ostschweizer Pommes Frites
⊗ Salzkartoffeln – ⊗ Reis – Spätzli

STUMP'S FLEISCHREGION

Jungrind (Natura-Beef)
beziehen wir aus Freilauf-Mutterkuh- und Ammenhaltung
von Toggenburger Bauern:

 Jungrind-Tatar von Hand geschnitten und am Tisch zubereitet 	
mit dreierlei Toast und Butter (Zu diesem Gericht wird kein Gemüse und keine Beilage serviert)	
Als Vorspeise zu 80 Gramm pro Person	29
Als Hauptgang zu 150 Gramm pro Person	46
Jungrind-Geschnetzeltes 	43
mit Morchelrahmsauce	
 Gulasch vom Jungrind ‚Ungarische Art‘ 	37
mit Paprika und Zwiebeln	






Die Gerichte werden mit Gemüse der Jahreszeit serviert.

Beilagen wählen Sie selbst:

Nudeln –  Rösti –  Ostschweizer Pommes Frites
 Salzkartoffeln –  Reis – Spätzli


MIT SCHUPPEN & FEDERN

Gamser Forellen aus Georg Gubsers Forellenzucht,
gehalten in unserem Fischbecken:

 Forelle blau		30
mit Gemüse aus dem Sud und klarer Butter		
Forelle gebraten		30
mit Zwiebeln, Weisswein und Kräutern		
 Pochiertes Forellenfilet an Zitronensauce		34
mit einem Gemüsebouquet der Jahreszeit		

Geflügel von Ostschweizer Bauernhöfen

verarbeitet durch die frifag ag Märwil:

 Pouletbrüstchen an Madeira-Trüffel-Jus		34
mit einem Gemüsebouquet der Jahreszeit		









Beilagen wählen Sie selbst:

Nudeln –  Rösti –  Ostschweizer Pommes Frites
 Salzkartoffeln –  Reis – Spätzli

MAL VEGETARISCH

Die Seite **ohne Fleisch** –
mit Phantasie

Lustvoll vegetarische Fitnesssteller finden Sie auf der ersten Seite unserer Menukarte.

Sommerrollen mit Sojasauce		26
serviert mit einer bunten Gemüsegar nitur		
Spaghetti mit einer Kichererbsen-Joghurtsauce		25
Agnolotti mit Spargeln und Frischkäse gefüllt		29
auf Blattspinat mit Cherrytomaten garniert		
Käsespätzli mit hausgemachtem Apfelmus		20
 Rösti nature		16
 Rösti mit einem Bio-Spiegelei		20
 Rösti mit Raclette-Käse überbacken		20

ALPENROSE EVERGREENS

Sie suchen Ihr Alpenrose-Lieblingsgericht?
Hier sind sie – die **allzeit Beliebten wie Bewährten:**

Alpenrose-Burger (ca. 1/4 Teil Schweinefleisch)	29
Wild-Burger (ca. 1/3 Teil Schweinefleisch)	29
serviert im Schlumbergerli oder Lava-Semmeli aus unserer Hausbäckerei, mit Cole Slaw	
auf Wunsch mit hausgeräucherter Singlemalt-Barbecue-Sauce und gebratenem Speck	+3
Schweins-Rahmschnitzel an Pilzrahmsauce mit Ananas	29
Schweins-Cordon bleu mit saisonalem Gemüse	34
Schweins-Cordon bleu mit Salatgarnitur	28
auf Wunsch mit Beilage	+5
auf Wunsch mit Kalbsfleisch	+6
Tournedo vom Rindsfilet 170 Gramm	50
mit Café de Paris und saisonalem Gemüse	
Chateaubriand ab 2 Personen 200 Gramm pro Person, in 2 Gängen serviert	pro Person 58
mit Kräuter-Hollandasie und saisonalem Gemüse	










Beilagen wählen Sie selbst:

Nudeln – ☒ Rösti – ☒ Ostschweizer Pommes Frites
☒ Salzkartoffeln – ☒ Reis – Spätzli

DIE KLEINE KARTE

 **Kleinigkeiten davor, dazwischen oder danach:**

Käse, Wurst und Bröckli aus dem Tal, das Getrocknete aus dem Wallis
und das Brot (auch glutenfrei) vom Haus:

Gastfreundschaftsplättli		26
Gastfreundschaftsplättli mit Wein		33
Mostbröckli 150 g		29
Mostbröckli 100 g		19
Schwingermöckli 150 g		27
Schwingermöckli 100 g		18
Walliser Trockenfleisch 150 g		31
Walliser Trockenfleisch 100 g		21
Walliser Rohschinken 150 g		27
Walliser Rohschinken 100 g		18
Käseteller 200 g		19
Käseteller 100 g		11
Käseteller 100 g und 1 Glas Suzette (Berneck)		23

STUMP'S ALPENROSE

Kochen mit Liebe – Essen mit Leidenschaft

Erstklassige Zutaten sind das Geheimnis jeder guten Küche. Daraus machen wir kein Geheimnis. Wir kaufen bei lokalen Bauern im Toggenburg und dem Rheintal die beste Qualität ein und kochen ausschliesslich mit frischen Zutaten aus der Region. Früchte und Gemüse machen wir selber ein, wie zu Grossmutter's Zeiten.

Das Alpenrosen-Plus:

Freie Wahl der Beilagen bei allen Gerichten

Glutenfreie Küche, insbesondere Brote, Teigwaren und Saucen. Achten Sie auf die Gerichte, die mit einem  gekennzeichnet sind.

Kleine Portionen bei allen Menus.

Falls Sie sich ein Gericht teilen möchten, kostet das zweite Gedeck zusätzlich 8 Franken.

Die Alpenrose ist Culinarium-Mitglied. Mit dem Gütesiegel Culinarium  bieten wir durch ProCert zertifizierte einheimische Spezialitäten und Produkte aus der Region an.

Wir orientieren uns an den Grundsätzen der Ernährungslehre und verwenden in unserer Küche weder Haltbarkeitsstoffe, noch Konservierungsmittel oder künstliche Geschmacksstoffe.

"Unser täglich Brot gib uns heute" - früher galt das lebenserhaltende Brot als heilig. Heute werden 60 Prozent aller Brote in Grossbäckereien gebacken, nicht aber bei uns. Wir legen Wert auf selbstgemachtes Brot. Alle unsere genussvollen Backwaren werden von Bruno Schönenberger mit Leidenschaft und Können in unserer Hausbäckerei hergestellt.

Das Jungrind stammt aus der Mutterkuhhaltung. Die Fütterung besteht auf Raufutterbasis und der Einsatz von wachstumsfördernden Zusatzstoffen, tierischem Eiweiss oder Fett, Soja und gentechnisch veränderten Futtermitteln ist verboten. Durch diese Fütterung entwickeln die Tiere ein erstklassiges Gourmetfleisch. Die Kälber werden im Alter von 10 bis 12 Monaten geschlachtet und durften das Leben stets bei der Mutter in der Freilandhaltung mit Weide, Alpung und Winterauslauf geniessen. Durch den Bezug über die Metzgerei Rust in Neu St. Johann sind kurze Verkehrswege, stressfreie Transporte und einheimisches Fleisch garantiert.

Schweinefleisch und Geflügel verwenden wir ausschliesslich aus der Schweiz. Einzelne Stücke vom Rind stammen aus Neuseeland.

Die Salzwasserfische stammen aus internationalen Gewässern, Süsswasserfische aus Schweizer Seen und Flüssen.

Für Informationen zu Allergenen in einzelnen Gerichten wenden Sie sich an unsere Mitarbeiter.