



Liebe Freunde

Unter dem Motto «Wir sind eins» möchten wir Sie ganz herzlich willkommen heissen bei uns an der Alpsteinstrasse 1 im Bären Herisau und Sie mit hausgemachten Produkten verwöhnen.

Neu gebaut mit dem Wunsch Menschen einander näher zu bringen. Keine Unterschiede in unserer Gesellschaft zu machen, sondern auf Augenhöhe miteinander Zeit zu verbringen.

Wir wünschen uns, dass dieses Restaurant als Begegnungszone zählt. Begegnungen welche Freude bereiten, Menschen zusammenbringen und Feste gefeiert werden. Wo man mit offenen Armen empfangen wird, und jeder sein darf, wie er ist. Und auch wenn dies kein Familienbetrieb ist, dass Sie sich fühlen, wie wenn Sie nach Hause kommen und einfach nur geniessen. Daher freuen wir uns, dass wir Sie heute bewirten dürfen und Sie so mit Ihrem Besuch, ein Teil unserer kleinen Alpsteinfamilie werden.

Die Bären Bande

Vorspeise

Frittierte Champignons im Backteig mit Sauerrahmdip	10 CHF
Karamellisierter Ziegenkäse mit Honig Ziegenkäse, frische Feigen, Nüssli Salat, Walnüssen und Himbeeren Chili Dressing	14 CHF
Lachs Röllchen Mit Avocado, Lachs & Frischkäse	12 CHF
Nüssli Salat Nüssli Salat, Speckwürfel, Ei, mit Hausdressing & Croutons	10 CHF
Kleiner Bären Salat Kleiner feiner gemischter Salat mit Hausdressing & Croutons	7 CHF

Unser Hausdressing ist vegan & glutenfrei
Das echte steirische Kürbiskernöl, welches wir in der Salat Sauce verwenden ist reich an Fettsäuren und hat einen positiven Effekt auf den Cholesterinspiegel

Suppe

Tagessuppe	7 CHF
-------------------	--------------

Vom Feuergrill für Fleischliebhaber

BÄREN GRILL Teller (CH) Schweine Steak, Poulet Steak, Bratwurst, Speck, Gemüse, und Pommes	39 CHF
SPARERIBS (CH) 350g Mit hausgemachten blauen Kartoffelchips und Dip	41 CHF
Entrecote (CH) 250g Pommes & Gemüse und hausgemachter Kräuterbutter	46 CHF
Schweinssteak Jäger Art (CH) 250g Saftiges Schweinesteak mit Pilzsauce, Speck und Spätzlen	29 CHF
Poulet Flügel (CH) Mit Kartoffelchips und einer hausgemachten Joghurt Chili Sauce	25 CHF
Bären Bratwurst (CH) Unsere eigene Bratwurst mit Appenzeller Käse und Mostbröckli mit Pommes	22 CHF

Unsere Fleischangebote, werden auf dem Feuergrill zubereitet

Alle Preise verstehen sich inklusive 8.1% MwSt.

Bei Fragen bezüglich Allergien wenden Sie sich bitte an unser Servicepersonal, welches Ihnen gerne beratend zur Seite steht

Die Bären Burger

Einfach ein geiler Appenzeller BURGER (CH) 27 CHF

Rindfleisch, Appenzeller Käse, Speck, warme Pilzsauce und Jumbo Pommes

Der Burger Meister (CH) 26 CHF

Rindfleisch, Avocado, Speck, Spiegelei, Cheddar und Jumbo Pommes

Gorgonzola Freak (CH) 25 CHF

Rindfleisch, Gorgonzola, Birne & Rucola und Jumbo Pommes

Chili Cheese Burger CH) 25 CHF

Rindfleisch, Cheddar, Jalapeños und Jumbo Pommes

Cheese Burger (CH) 24 CHF

Rindfleisch, Cheddar, Essiggurken, Ketchup und Jumbo Pommes

Wir verwenden nur Schweizer Rindfleisch 200g, von unserem Metzger Grüber in Gossau, die Burger Brote werden vom Bäcker nach unserem Rezept geliefert

Alle Preise verstehen sich inklusive 8.1% MwSt.

Bei Fragen bezüglich Allergien wenden Sie sich bitte an unser Servicepersonal, welches Ihnen gerne beratend zur Seite steht

Unsere Wraps

Halloumi Wrap	20 CHF
Panierte Halloumi, Rucola, gegrillte Tomate & Avocado in feinem Wrap mit Hausdressing	
Poulet Wrap	22 CHF
Gegrilltes Poulet mit Salat, Parmesan & Hausdressing	
Burger Wrap	24 CHF
Rindfleisch mit Salat, Burger Sauce und Cheddar	

Unsere Specials

Chili Cheese Fries	14 CHF
Jumbo Pommes mit Jalapeños & Cheddar überbacken	
Sweet Potatoes Chips	8 CHF
Mit Chili Joghurt	
Kleine Portion Pommes	5 CHF

Alle Preise verstehen sich inklusive 8.1% MwSt.

Bei Fragen bezüglich Allergien wenden Sie sich bitte an unser Servicepersonal, welches Ihnen gerne beratend zur Seite steht

Herzhaftes ohne Fleisch

BÄREN VEGI

24 CHF

Hausgemachte Spätzle in herzhaftem Pilzragout, Feta Käse, Mandeln und Rucola

Risotto

22 CHF

Gemüse Risotto mit Appenzeller Käse

Vegan

Veganer Alpsteinbär

22 CHF

Hausgemachte vegane Nudeln mit Nüssen & Cherry Tomaten in hausgemachter Tomaten Sauce und Rucola

Fisch

Fischknusperli mit gemischtem Salat

23 CHF

Alle Preise verstehen sich inklusive 8.1% MwSt.

Bei Fragen bezüglich Allergien wenden Sie sich bitte an unser Servicepersonal, welches Ihnen gerne beratend zur Seite steht

Süssspeisen

Bären Tageskuchen **5 CHF**

Schokoladen Traum **10 CHF**

Heisser Schoggi Kuchen mit Himbeeren Glace und Rahm

Zitronen Cheese Cake **8 CHF**

Hausgemachtes Dessert im Glas

Pfirsich Melba **9 CHF**

Himmlisch leckeres Früchte Dessert (Pfirsich & Himbeeren) mit Vanille Glace

Pana Cotta Kaffee **10 CHF**

Hausgemachtes Pana Cotta mit Kaffee Geschmack und Schoggi Sauce

Glace Angebot von SEPPS GLACE

Banane, Mango; Zitrone; Himbeere; Joghurt, Pistazie, Haselnuss, Vanille, Kaffee,
dunkel & weisse Schokolade

Pro Kugel **3.70 CHF**

Alle Preise verstehen sich inklusive 8.1% MwSt.

Bei Fragen bezüglich Allergien wenden Sie sich bitte an unser Servicepersonal, welches Ihnen gerne beratend zur Seite steht.



Herkunft unserer Lebensmittel

Kalbfleisch & Schweinefleisch & Rindfleisch

Kalbfleisch, Schweinefleisch und Rindfleisch beziehen wir von der Metzgerei: Grübler in Gossau, diese garantieren allerbeste Qualität aus der Region Ostschweiz. Gerne stellen wir Ihnen unsere Bauern vor, welche garantieren, dass das Fleisch der höchsten Qualitätsstufe entspricht. Auch steht bei Ihnen, dass Tierwohl im Vordergrund.

Geflügel

Unser Geflügel wird ebenfalls aus der Region geliefert, stolz trägt es das Culinarium Label, bei welchem auf Regionalität und Nachhaltigkeit gesetzt wird.

Fische & Krustentiere

Süßwasserfische beziehen wir, wenn möglich von Bodenseefischern oder aus Schweizer Fischfang.

Bei Salzwasserfischen hingegen, achten wir darauf, dass das Fanggebiet möglichst nah an der Schweiz liegt, um die Transportwege zu minimieren. Zusätzlich geben wir acht darauf, dass wir keine Fische verwenden, welche mit Schleppnetzen gefangen werden, um den Meeresboden zu schützen.

Rauchlachs=Norwegen



Gemüse & Salat

Gemüse und Salate beziehen wir vom Egger Gemüsebau aus dem Thurgau, wobei wir Wert darauflegen, dass wir Schweizer Früchte und Gemüse, wann immer möglich bevorzugen. Um kurze Transportwege zu gewährleisten und unseren CO₂-Fussabdruck möglichst gering halten zu können.

Kräuter

Der grösste Teil unserer Kräuter wird im Hauseigenem Garten der Familie Loacker geerntet. Der andere Teil, wird von der Firma Egger Gemüsebau aus dem Thurgau geliefert

Eier

Wir verwenden ausschliesslich Schweizer Eier, diese werden von unserem Hühnerbauer aus Hauptwil - Gottshaus geliefert und sind ebenfalls Culinarium zertifiziert. Mit Garantie auf artgerechte und nachhaltige Haltung der Hühner.