



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
Tomaten Mozzarella Salat Mit frischem Basilikum	14 CHF
Lachs Röllchen Mit Avocado, Lachs & Frischkäse	12 CHF
Kleiner Bären Salat Kleiner feiner gemischter Salat mit Hausdressing & Croûtons	9 CHF

Unser Hausdressing ist vegan und 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
-------------------	--------------

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



Bären Speisen

Paniertes Schweinsschnitzel (CH)* **28 CHF**

Mit Pommes & Gemüse

Cordon Bleu vom Schwein (CH)* **30 CHF**

Mit Pommes & Gemüse

Appenzeller Cordon Bleu vom Schwein (CH)* **34 CHF**

Mit Mostbröckli, rezenter Appenzeller Käse, Pommes & Gemüse

Bären Grill Teller (CH) **42 CHF**

Schweine Steak, Poulet Steak, Bratwurst, Speck, Gemüse & Pommes

Poulet Schenkel Steak (CH)* **27 CHF**

mit Sweet Potatoes Fries & Frischkäse

Bären Bratwurst (CH) **22 CHF**

Unsere eigene Bratwurst mit Appenzeller Käse & Mostbröckli mit Pommes

***auch als Fitnesssteller erhältlich**

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

Der Burger Meister (CH)	26 CHF
Rindfleisch, Avocado, Speck, Spiegelei, Cheddar & Jumbo Pommes	
Gorgonzola Freak (CH)	25 CHF
Rindfleisch, Gorgonzola, Birne, Rucola & Jumbo Pommes	
Chili Cheese Burger (CH)	25 CHF
Rindfleisch, Cheddar, Jalapeños & Jumbo Pommes	
Cheese Burger (CH)	24 CHF
Rindfleisch, Cheddar, Essiggurken, Ketchup & Jumbo Pommes	

Wir verwenden 200g Schweizer Rindfleisch von unserem Metzger Grüber in Gossau.

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



Wraps

Halloumi Wrap	20 CHF
Paniertter Halloumi, Rucola, Tomate & Avocado in feinem Wrap mit Hausdressing	
Poulet Wrap	22 CHF
Gegrilltes Poulet mit Salat, Tomaten, Parmesan & Hausdressing	
Crazy Cow Wrap	24 CHF
Rindfleisch mit Salat, Burger Sauce & Cheddar	

Unsere Specials

EGLI- Fischknusperli (CH)	26 CHF
mit buntem Salat & Croûtons	
Grillkäse	26 CHF
mit buntem Salat & Croûtons	
Portion Süsskartoffel Fries	8 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**

Himbeeren Cheese Cake **10 CHF**

Köstlicher Cheesecake mit Himbeeren, Mascarpone und knusprige Meringues

Zitronen-Mandel Kuchen mit Beerensauce **10 CHF**

Hausgemachtes Dessert mit Joghurt Glace (Möglichkeit: glutenfrei)

Tiramisu **10 CHF**

Glace Angebot von SEPPS GLACE **Pro Kugel** **3.70 CHF**

- Banane
- Mango
- Zitrone
- Himbeere
- Joghurt
- Pistazie
- Vanille
- Kaffee
- Dunkle Schokolade

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 und Schweinefleisch beziehen wir aus der Schweiz. Beim Rindfleisch legen wir Wert auf eine kräftige rote Farbe und eine schöne Marmorierung. Deshalb stammt unser Rindfleisch (Entrecôte und Rindsfilet) sowohl aus der Schweiz als auch aus Australien.

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 Bodensee-Fischern 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 achten wir auch darauf, dass wir keine Fische verwenden, welche mit Schleppnetzen gefangen werden, um den Meeresboden zu schützen.

Rauchlachs = Norwegen

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



Gemüse & Salat

Gemüse und Salate beziehen wir vom Egger Gemüsebau aus dem Thurgau. Wir legen Wert darauf, Schweizer Früchte und Gemüse zu verwenden. Um kurze Transportwege zu gewährleisten und unseren CO₂-Fussabdruck möglichst gering halten zu können.

Kräuter

Der grösste Teil unserer Kräuter wird im hauseigenen 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 Familie Schmid vom Pelagiberg geliefert und sind ebenfalls Culinarium zertifiziert. Mit Garantie auf artgerechte und nachhaltige Haltung der Hühner.

Brot

Das Burger Brot beziehen wir vom Bäcker (Schweiz) unseres Vertrauens – nach unserem eigenen Rezept. Alle anderen Brote werden in der Schweiz produziert.

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