



BERGHOTEL<sup>+</sup>  
**METTMEN**

GAST SEIN.

SPEISE- UND GETRÄNKEKARTE

# SPEISE- UND GETRÄNKEKARTE

*Sommer 2024*

NATÜRLICH. PUR. GAST SEIN.

Das Berghotel Mettmen steht im Glarnerland,  
mitten im Freiberg Kärpf – dem ältesten  
Wildschutzgebiet Europas.

# HERZLICH WILLKOMMEN IM BERGHOTEL METTMEN

**Als Gastgeberfamilie und Mitinhaber begrüßen wir Sie zusammen mit unserem Team im Berghotel Mettmen, auf 1600 m ü. M.**

Unser Team besteht aus Weltenbummlern und Einheimischen. Lokal verwurzelt und gleichzeitig weltoffen. Alle lieben wir die Natur und die Bergwelt, sind Geniesser, was Essen und Wein anbelangt, und von Herzen gerne Gastgeber.

Das Regionale und Lokale sind uns wichtig. So beziehen wir unsere Lebensmittel wenn immer möglich aus der Region und achten auf die Saisonalität. Bio-Eier aus Schwanden, Glarner Schabziger, mehrheitlich Fleisch von Glarner Tieren und Forellen aus dem benachbarten Mülibachtal in Engi.

Im September 2023 durften wir den Publikumspreis der Schweizer Berghilfe «Prix Montagne» entgegennehmen. Einen Preis, welcher gemäss Jurypräsident Bernhard Russi an ein funktionierendes, praktikables Projekt mit Modellcharakter verliehen wird, welches die soziale und ökologische Verträglichkeit gewährleistet. Der Preis bestärkt und motiviert uns, dass wir auf dem richtigen Weg sind und das Konzept Berghotel Mettmen funktioniert.

Überzeugen Sie sich selbst –  
wir wünschen Ihnen einen schönen Aufenthalt.

FAMILIE ROMANO UND SARA FREI-ELMER UND TEAM



# SPEISEN

## VORSPEISEN – ZUM TEILEN ODER ALLEINE GENIESSEN...

**GLARNER ZIGERBRÜTLI (VEGETARISCH)** CHF 8.00

Brotscheibe mit einer dicken Schicht Anggäziger –  
eine Spezialität aus dem Glarnerland

**HAUSGEMACHTES KNOBLIBROT (VEGETARISCH)** CHF 9.00

Überbackenes Rusticobrot mit Knoblauch, Butter und Alpkäse

**ÜBERBACKENE POMMES FRITES (VEGETARISCH)** CHF 16.00

Pommes frites überbacken mit Alpkäse von der Mettmen-Alp,  
Preiselbeerconfi, Röstzwiebeln und Trüffel-Mayonnaise

**GRATINIERTER SCHWANDER ZIEGENFRISCHKÄSE (VEGETARISCH)** CHF 15.50

Mit Honig, Dukkah (orientalische Nussmischung), süss-sauren  
Randen-Streifen und hausgemachtem Dinkel-Knäckebrot

**HAUSGEMACHTES DINKEL-NAAN-BROT (VEGAN)** CHF 16.50

Mit knusprigen Falafeln, eingelegten Tomaten, Rucola, Limetten-Dip,  
Dukkah (orientalische Nussmischung) und Balsamico-Reduktion

**METTMEIN-PLÄTTLI** CHF 24.50

Der Klassiker zum Geniessen nach einem Tag in der Natur:  
Trockenfleisch, Rauchwurst, Speck, Rohschinken, Panoramakäse,  
Alpkäse von der Mettmen-Alp, Glarner Bergbutter, Birnbrot und haus-  
gemachtes Essiggemüse, serviert mit Glarner Schabziger zum Selbermahlen

## SUPPEN

|  |           |
|--|-----------|
| Tagessuppe (VEGETARISCH)                                 | CHF 10.00 |
| Gerstensuppe mit geräucherten Glarner Rindfleischwürfeli | CHF 13.00 |

## SALATE

### BUNTER BLATTSALAT (VEGAN)

|         |           |
|---------|-----------|
| • klein | CHF 8.50  |
| • gross | CHF 10.50 |

### SOMMERSALAT (VEGAN)

Bunter Blattsalat mit Gemüsestreifen, Cherrytomaten, Gurken, Croûtons und gerösteten Kernen

|         |           |
|---------|-----------|
| • klein | CHF 11.50 |
| • gross | CHF 14.00 |

### SALAT MIT SCHWANDER ZIEGENFRISCHKÄSE (VEGETARISCH)

Bunter Blattsalat mit Ziegenfrischkäse, schwarzen Baumnüssen, frischen Beeren, gerösteten Rapssamen und Birnen-Honig

|         |           |
|---------|-----------|
| • klein | CHF 16.50 |
| • gross | CHF 21.50 |

### SALAT MIT FORELLENFILETS

Bunter Blattsalat mit knusprigen Forellenfilets im Mohn-Knusper-Mantel, süss-sauren Randenstreifen, Apfelwürfeln und gerösteten Hanfsamen

|         |           |
|---------|-----------|
| • klein | CHF 18.00 |
| • gross | CHF 23.50 |

**Salatsauce nach Wahl:** italienisch (vegan), französisch, Zigersauce

---

Passend dazu:

|   |          |
|---|----------|
| <b>UNSER HAUSGEMACHTES KNOBLIBROT (VEGETARISCH)</b> | CHF 9.00 |
|---|----------|

---

## HAUPTGERICHTE

ZIGERHÖRÄLI MIT ÖPFELMUES (VEGETARISCH) CHF 21.50

Die Glarner Spezialität schlechthin – mit UrDinkel-Hörnli, Ziger, Rahm, Alpkäse und Zwiebelschweize

HAUSGEMACHTE KARTOFFEL-GNOCCHI (VEGETARISCH) CHF 29.50

Mit eingelegten Tomaten, Basilikum-Pesto, Rucola, Linthböllä (Glarner Frischkäse Spezialität), Pinienkernen und Balsamico-Reduktion

ROTES THAI-CURRY (VEGAN)

Mit Linsen, Kichererbsen, Gemüse, gerösteten Cashew-Kernen, Soja-sprossen, Frühlingszwiebeln und hausgemachtem Dinkel-Naan-Brot

- Mit Kichererbsen-Falafeln und Limetten-Dip (VEGAN) CHF 29.50
- Mit knusprigem Tandoori-Poulet und Limetten-Dip CHF 35.50

HAUSGEMACHTE TAGLIATELLE (VEGETARISCH) CHF 28.50

Mit Trüffel-Rahmsauce, schwarzen Baumnüssen, Rosa-Pfeffer und Panoramakäse-Spänen

- Mit rosa gebratenen Glarner Rindsfiletstreifen CHF 39.50

BERG-BURGER CHF 31.00

Thymian-Focaccia gefüllt mit Pulled Beef, Rucola, Alpkäse, Knusper-speck, Kräuter-Sauerrahm und Zwiebelconfi, dazu Pommes frites

ALPKÄSE-CORDON-BLEU VOM SCHWEIN CHF 33.00

Gefüllt mit Käse von der Mettmen-Alp, dazu buntes Gemüse und Pommes frites

## FÜR KINDER (BIS 14 JAHRE)

|   |           |       |
|---|-----------|-------|
| Portion Pommes frites (VEGAN)                             | klein CHF | 7.00  |
|   | gross CHF | 10.00 |
| Hausgemachte Chicken Nuggets mit Pommes frites und Gemüse | CHF       | 16.00 |
| Cheeseburger mit Pommes frites                            | CHF       | 16.50 |
| Chäshöräli mit Öpfelmues (VEGETARISCH)                    | CHF       | 11.50 |

### Allergien

Bei allfälligen Allergien oder Unverträglichkeiten informieren Sie bitte unsere Servicemitarbeitenden.

### Fleisch

Unser Fleisch stammt ausschliesslich aus der Schweiz, vorwiegend von Glarner Metzgereien.

### Fisch

Unsere Forellen beziehen wir von Hermann Ures Zucht im Mülibachtal oberhalb Engi.

### Eier

Wir verwenden ausschliesslich Bio-Eier von Martin Luchsingers Hof in Schwanden.

### Ziegenkäse

Wir verwenden ausschliesslich Ziegenfrischkäse vom Ziegenbetrieb Grüt in Schwanden.

### Brot

Unser Brot beziehen wird von der Bäckerei Reichmuth in Glarus.



## EINSAM & VERLASSEN **WINTERSEMINARE**



**Keine anderen Gäste. Das Berghotel nur für Ihre Firma alleine.  
Ein totaler Rückzugsort mitten in der Natur.**

Sie können sich im ganzen Haus ausbreiten und haben keine Ablenkung. Wir organisieren Ihnen die An- und Abreise mit dem Mettmienbus und der Luftseilbahn und sorgen für das leibliche Wohl – Sie müssen sich um nichts kümmern ausser Ihren Seminarinhalt.

Dieses Angebot ist im Winter unter der Woche buchbar.

### **FÜR DETAILLIERTE INFORMATIONEN**

Wenden Sie sich an die die Gruppenverantwortlichen im Haus:  
Romano und Sara Frei-Elmer, Priska Heer oder Seimn Mösching  
unter [gruppen@berghotel-mettmen.ch](mailto:gruppen@berghotel-mettmen.ch) oder Telefon +41 (0)55 644 15 15



# GETRÄNKE

## MINERALWASSER UND SÜSSGETRÄNKE

|                |          |       |       |       |       |
|----------------|----------|-------|-------|-------|-------|
| OFFENAUSSCHANK | 0,2 l    | 0,3 l | 0,5 l | 1 l   | 1,5 l |
|                | CHF 4.00 | 5.00  | 6.00  | 11.30 | 13.30 |

Elmer Mineral mit/ohne Kohlensäure, Elmer Citro, Apfelschorle, Rivella rot, Sinalco, Sinalco Cola, Sinalco Cola Zero, Ramseier's Huus-Tee, Glarner Apfelsaft

|              |          |       |       |      |
|--------------|----------|-------|-------|------|
| HAHNENWASSER | 0,2 l    | 0,3 l | 0,5 l | 1 l  |
|              | CHF 1.00 | 1.50  | 2.00  | 4.00 |

## BIER UND MOSCHT

### BIER UND PANACHÉ IM OFFENAUSSCHANK

(helles Lagerbier 4,8% oder dunkles Spezialbier «Fridolin Kundert» 5,0%, Brauerei Adler, Schwanden)

|            |       |     |      |
|------------|-------|-----|------|
| Herrgöttli | 0,2 l | CHF | 4.20 |
| Stange     | 0,3 l | CHF | 5.30 |
| Kübel      | 0,5 l | CHF | 6.80 |

### GLARNER BIERE IN FLASCHEN

|                                |      |        |     |      |
|--------------------------------|------|--------|-----|------|
| Bergführerbier (naturtrüb)     | 4,8% | 0,29 l | CHF | 5.70 |
| Rufelihund (American Pale Ale) | 5,4% | 0,29 l | CHF | 6.20 |
| Vrenelisgärtli (Witbier)       | 4,7% | 0,29 l | CHF | 6.20 |
| Bügel-Spez (hell)              | 5,2% | 0,5 l  | CHF | 7.30 |

### AUSWÄRTIGE BIERE UND MOSCHT IN FLASCHEN

|                             |             |        |     |      |
|-----------------------------|-------------|--------|-----|------|
| Appenzeller Leermond Bier   | alkoholfrei | 0,33 l | CHF | 6.20 |
| Appenzeller Weizenbier      | 5,2%        | 0,5 l  | CHF | 7.80 |
| Ramseier Suure Moscht trüeb | 4,0%        | 0,49 l | CHF | 7.20 |
| Ramseier Suure Moscht klar  | alkoholfrei | 0,49 l | CHF | 7.20 |

## KAFFEE- UND MILCHGETRÄNKE

|  |     |      |
|--|-----|------|
| Espresso und Kaffee Crème  | CHF | 4.90 |
| Milchkaffee auch mit Haferdrink erhältlich   | CHF | 5.40 |
| Mettmaccino – unser Cappuccino<br>mit extra viel Milchschaum und Magäträs (Glarner Gewürzzucker)<br>auch mit Haferdrink erhältlich | CHF | 5.90 |
| Heissi Schoggi /Ovo  | CHF | 5.40 |

## GLATTFELDER TEE

Mit Glattfelder Tee aus St. Moritz haben wir ein traditionsreiches Familienunternehmen gefunden, welches die Werte von Qualität und Nachhaltigkeit in Kombination mit Genuss genauso hoch gewichtet, wie wir das im Berghotel Mettmen tun.

### UNSERE SORTEN

|  |   |     |      |
|--|---|-----|------|
|  | pro Tasse 0,25 l  | CHF | 5.40 |
| Pfefferminze<br>BIO-Pfefferminze aus dem Puschlav  | Verveine<br>BIO-Eisenkraut aus dem Puschlav   |     |      |
| Allegra<br>BIO-Kräuter aus dem Puschlav (Apfelminze,<br>Orangenminze, Frauenmantel, Zitronenmelisse, Kornblumen) | Waldbeeren<br>(Brombeeren, Hibiskus, Apfelstücke,<br>Hagebutten, Erdbeeren, Holunderbeeren,<br>Hibiskus, Aroma) |     |      |
| Ingwer-Zitrone<br>(Ingwer, Zitronengras, Zitronenschalen, Pfeffer, Süssholz)                                     | Earl Grey<br>(Ceylon und Darjeeling mit Bergamotte)   |     |      |
| Grüntee Japan Sencha<br>angenehm herber Geschmack  |   |     |      |

## HEISSE GETRÄNKE MIT ALKOHOL

|  |     |      |
|--|-----|------|
| Kaffi Fertig oder Luz<br>mit Fruchtbränden vom Hochstammbaum, Urs Hecht<br>(Kernobst, Zwetschgen, Pflümüli, Birnen oder Chrüter) | CHF | 7.50 |
| Schümüli-Pflümüli mit Pflümüli-Schnaps und Schlagrahm  | CHF | 8.50 |
| Mettmen-Kaffi mit Schuss, Schlagrahm und Karamellsauce   | CHF | 8.50 |

## APÉROS UND DRINKS

|  |       |     |       |
|--|-------|-----|-------|
| Mettmen-Cüpli  |       | CHF | 11.50 |
| Mettmen-Cüpli (alkoholfrei)  |       | CHF | 11.50 |
| Aperol Spritz / Hugo   |       | CHF | 11.50 |
| Cüpli Prosecco   | 10 cl | CHF | 9.00  |
| Gespritzter Weisswein (süss/sauer)   |       | CHF | 8.50  |
| Campari Soda   |       | CHF | 8.50  |
| Campari Orange   |       | CHF | 8.50  |
| Gin Tonic, Bombay  |       | CHF | 13.00 |
| Gin Tonic, Sorgin by François Lurton, Gin aus bestem Sauvignon-Blanc-Weinbrand |       | CHF | 16.50 |

## SPIRITUOSEN

|                             |      |       |     |      |
|-----------------------------|------|-------|-----|------|
| Glarner Alpenbitter         | 2 cl | 40%   | CHF | 6.50 |
| Glarner Berg-Geist          | 2 cl | 20%   | CHF | 9.00 |
| Häxätropfli (Kirschlikör)   | 2 cl | 22%   | CHF | 6.50 |
| Hirnibigger (Honigchrüüter) | 2 cl | 40%   | CHF | 6.50 |
| Alte Zwetschge              | 2 cl | 40%   | CHF | 7.00 |
| Cynar                       | 4 cl | 16,5% | CHF | 6.50 |
| Martini weiss               | 4 cl | 15%   | CHF | 6.50 |
| Grappa Moscato in Purezza   | 4 cl | 41%   | CHF | 9.00 |
| Amaretto                    | 4 cl | 28%   | CHF | 8.50 |

*Weitere Spirituosen und Grappas finden Sie auf unserem gut bestückten «Schnaps-Wägeli».*

## WEINE

Wir haben eine schöne Auswahl an Flaschenweinen auf unserer separaten Weinkarte und empfehlen Ihnen zusätzlich auf der schwarzen Tafel unsere Weine im Offenausschank.