



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, Walnüsse & Himbeeren Chili Dressing	14 CHF
Lachs Röllchen Mit Avocado, Lachs & Frischkäse	12 CHF
Nüssli Salat Nüssli Salat, Speckwürfel, Ei mit Hausdressing & Croûtons	10 CHF
Kleiner Bären Salat Kleiner feiner gemischter Salat mit Hausdressing & Croûtons	7 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



Vom Feuergrill für Fleischliebhaber

Bären Grill Teller (CH)	39 CHF
Schweine Steak, Poulet Steak, Bratwurst, Speck, Gemüse & Pommes	
Spareribs (CH) 350g	41 CHF
Mit hausgemachten Kartoffelchips & Dip	
Entrecôte (CH) 250g	46 CHF
Pommes, Gemüse & hausgemachter Kräuterbutter	
Schweinssteak Jäger Art (CH) 250g	29 CHF
Saftiges Schweinssteak mit Pilzsauce, Speck & Spätzlen	
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	

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 & Jumbo Pommes	
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 Rindfleisch.

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
Paniertes 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	
Bären Salat Black Tiger (Vietnam)	29 CHF
mit buntem Salat, Avocado & 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



Herzhaftes ohne Fleisch

Bären Vegi	24 CHF
Hausgemachte Spätzle in herzhaftem Pilzragout, Feta Käse, Mandeln & Rucola	
Safran Risotto	22 CHF
mit Parmesan	

Vegan

Alpsteinbär	22 CHF
Hausgemachte vegane Nudeln mit Nüssen & Cherry Tomaten in hausgemachter Tomaten Sauce & Rucola	

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
Vermicelles – Cheese- Cake		10 CHF
Köstlicher Cheesecake aus Marroni, Mascarpone und knusprige Meringues		
Marroni Kuchen mit Zwetschgenkompott		10 CHF
Hausgemachtes Dessert mit Vanille Glace		
Herbstliches Birnenkompott mit weisser Schoggi Mousse		10 CHF
Glace Angebot von SEPPS GLACE	Pro Kugel	3.70 CHF
• Banane • Mango • Zitrone • Himbeere • Joghurt • Pistazie • Haselnuss • Vanille • Kaffee • dunkle & weisse 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, Schweinefleisch und Rindfleisch beziehen wir von der Metzgerei Grüebler in Gossau. Dieser garantiert 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 das 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 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