

vielfältig, aromatisch & aussichtsreich

Herzlich willkommen im Restaurant «La Collina».

Der Name «La Collina» stammt aus der rätoromanischen Sprache und bedeutet «die Anhöhe». Erleben Sie auf der Sonnenterrasse oder im jugendlich frisch gestalteten Restaurant, mit herrlichem Ausblick auf die Bündner Bergwelt, leckere Gerichte in gemütlicher Runde. Frisch, ungezwungen und mit südlichen Touch versehen, werden Sie im «La Collina» kulinarisch verwöhnt.

different , aromatic & promising

A very warm welcome to «La Collina».

*The name «La Collina» in Rhaeto-Romanic dialect means «The Hill».
Experience our abundant culinary dishes in good company either
on our terrace or in our young and vibrant restaurant facing the alpine
landscape.*

*Fresh, easy and with a touch of southern taste, you will be spoilt with culinary
delights at "La Collina".*



Intro

Das Moving Mountains Programm der Tschuggen Hotel Group beruht auf fünf Säulen, um unseren Gästen einen gesunden Aufenthalt voller Freude zu bieten:

Move

Play

Nourish

Rest

Give

Ernährungsgrundsätze

Moving Mountains Gerichte werden nach den folgenden Prinzipien hergestellt, um Ihre Gesundheit und das Immunsystem zu fördern.

1. Inspiriert von den Schweizer Bergen: Vollwertig, frisch, nahrhaft und saisonal.

Wir leben im Einklang mit der Natur, die uns umgibt, und bringen ihre Schätze in frischer, reiner und optimal zubereiteter Form mit hohem Nährwert auf Ihren Teller. Achten Sie besonders auf natürliche Produkte mit Heilwirkung, essbare Wildpflanzen und frische Zutaten der Saison aus der lokalen Umgebung.

2. Nach dem Stand der Wissenschaft: Wir beschäftigen uns mit den jüngsten Erkenntnissen der Ernährungsforschung.

Die aktuellen wissenschaftlichen Erkenntnisse bezüglich Mikrobiom und Immun-Resilienz lassen wir in unsere Wahl der Zutaten und deren Zubereitung einfließen. Die Produkte sind rein pflanzlich, enthalten vollwertigen Zucker (wie etwa Sirup von einheimischen Baumarten) und Vollkorn anstelle von raffiniertem Zucker und Weissmehl – somit ist jeder Bissen eine Wohltat für Ihre Gesundheit.

3. Nährstoffdichte: Kochkunst auf Pflanzenbasis.

Unsere Ernährungsgrundsätze schenken Obst und Gemüse einen Ehrenplatz in unserem Speiseplan; die Basis all unserer Gerichte ist rein pflanzlich. Diese kann dann auf Anfrage durch unsere Empfehlungen an Wild, Fleisch, Fisch und Käse ergänzt werden.

4. Gaumenfreude: Geschmack und Aromen diktieren jedes Gericht

Es wird oft irrtümlich angenommen, dass Essen entweder ein Genuss oder gesund ist. Um Gesundheit und Vitalität zu fördern, muss das Essen zugleich einen köstlichen Genuss bieten.

Intro

The Tschuggen Hotel Group's Moving Mountains program draws on five pillars to ensure a healthy and joyous stay for our guests:

Move

Play

Nourish

Rest

Give

Nourish Principles

Moving Mountains dishes are created according to the following principles promoting good health, reducing inflammation and boosting your immune system.

1. Inspired by the Swiss Mountains: Whole, fresh, seasonal, nutrient-dense food.

We take the nature that surrounds us and bring it to your plate- fresh, clean and prepared to preserve or improve its nutrition. Look out for locally-inspired healing foods with medicinal qualities, wild foraged foods and fresh seasonal ingredients.

2. Rooted in Science: Working with the latest developments in nutritional research.

The latest science on the gut microbiome and immune resilience are reflected in the menu through our choice of ingredients and in their preparation. Plant-based, replacing white sugar and white flour in favour of complex sugars (such as local tree syrups) and whole grains- every delicious mouthful works to improve health.

3. Nutrient Density: A plant-based approach to cooking.

To meet our nutritional standards, vegetables and fruit receive pride of place in our cooking and the foundations of all our dishes are entirely plant-based. Suggested game, meat, fish and cheeses can then be added upon request as compliments.



4. Deliciousness: Taste and flavour governs every decision and underpins our approach.

We have been led astray by the false assumptions that food is either comforting and delicious or healthy. To build resilience and health, food must give joy as well as nourishment.

Vorspeisen / *Starters*

Gegrillter Pulpo mit marinierten bunten Tomaten und seinem Sud <i>Grilled octopus with marinated multicolored tomatoes and its broth</i>	CHF 26
Carpaccio vom Rind mit Trüffel, Belper Knolle und Rucola Salat <i>Beef carpaccio with truffle, Belper Knolle and rocket salad</i>	CHF 28
Schweizer Büffelmozzarella Caprese mit Balsamico,  Basilikum Pesto und Brot Chip <i>Swiss buffalo mozzarella caprese with balsamic, basil pesto and bread chip</i>	CHF 24
Tschuggen „Poké Bowl“   Bulgursalat Tabouleh süss-sauer mit Gurke, Petersilie, Minze, Paprika, Granatapfel und Kernen <i>Tschuggen "Poké Bowl"</i> <i>Bulgur Salad Tabouleh sweet and sour with cucumber, parsley, mint, bell pepper, pomegranate and seeds</i>	CHF 19
Wahlweise begleitet mit: <i>Optionally accompanied with:</i>	
gebratener Alpstein Pouletbrust <i>roasted Alpstein chicken breast</i>	CHF 25
gebratenen Lachswürfel & Teriyakilack <i>roasted salmon dices & teriyaki varnish</i>	CHF 27
gebratenen Riesencrevetten <i>roasted king prawns</i>	CHF 29



Suppen / *Soups*

Geräucherte Kartoffelsuppe mit Lauchstroh   <i>Smoked potato soup with leek straw</i>	CHF 14
Chicken Miso Ramen mit Sesam und Ei <i>Chicken miso ramen with sesame and egg</i>	CHF 29
Bouillabaisse mit Stangensellerie, Lauch und Zwiebel <i>Bouillabaisse with celery, leek and onion</i>	CHF 18

Zwischengänge / *Middle courses*

Sandwich Grill

Rosmarinfocaccia CHF 24
mit grillierter Aubergine, Tomatenmarmelade,
Rohschinken, Mozzarella und Rucola
*Rosemary focaccia
with grilled eggplant, tomato marmelade,
smoked ham, mozzarella and rocket salad*


Wrap mit Feigen, Walnusscreme, karamellisierten   CHF 23
Chicorée und frischen Kräutern
*Wrap with figs, walnut cream, caramelized
chicory and fresh herbs*


Pasta, Risotto & Gnocchi

Spaghetti aglio, olio e peperoncino  CHF 26

Wahlweise mit gebratenen Riesengarnelen CHF 32
Optionally with king prawns

Plant-based Tomatenrisotto   CHF 23
mit Concassé und frischen Kräutern
*Plant-based tomato risotto
with chopped tomatoes and fresh herbs*

Kartoffelgnocchi  CHF 32
mit Parmesansauce, geschmortem weissen Kabis,
Zucchini, Oliven und Trüffel
*Potato gnocchi with parmesan sauce, braised white cabbage,
courgettes, olives and truffle*

Penne "5P"  CHF 23
mit Tomaten, Parmesan, Petersilie, Pfeffer und Rahm
with tomatoes, parmesan, parsley, pepper and cream

Hauptgänge / *Main courses*

Tagesempfehlung aus „Meer, Fluss, See & Land“

Tagespreis

Bitte fragen Sie unsere Servicemitarbeiter

Catch of the day from the "sea, river, lake & land"

Marketprice

Please ask our team members for further information

Gebratener Lachs

CHF 42

mit Zitronengrassauce, Pappardelle,
Kräutern und Gemüse


*Roasted salmon with lemon grass sauce, pappardelle, herbs
and vegetables*

Boeuf Bourguignon

CHF 48

mit Wurzelgemüsepuree, Champignons, Speck, Croutons
und Silberzwiebeln

*root vegetable puree, mushrooms, bacon, croutons
and pearl onions*

Moving Mountains Gerichte 
Moving Mountain dishes

Vegetarische Gerichte 
Vegetarian dishes

Für weitere "plant-based" Optionen fragen Sie bitte unsere Servicemitarbeiter.

For more "plant-based" options please ask our service team.

Auf Anfrage erteilt Ihnen unser Küchenteam Informationen über Allergene in unseren Speisen.

Our kitchen team assists you concerning questions about allergenic substances.

Regionale Produkte / *Regional products*

Unser hausgemachtes Milcheis hergestellt aus feinsten Milch der Sennerei Maran in Arosa.
Diese stellt für uns neben der Milch, auch Joghurts, Butter und verschiedenste Käsesorten her.
Ein Besuch auf der Alp Maran lohnt sich in jeden Fall und lädt Sie zum Verweilen ein.

*Our homemade ice cream is made from finest milk produced by the Sennerei Maran in Arosa.
They manufacture also yoghurt, butter and a variety of cheese which we use for our dishes.
A visit to the Alp Maran is a must and invites you to linger.*

Herkunftsbezeichnung / *Declaration of origin*

Fisch, Schalen- & Krustentiere: auf Nachfrage / *Fish, shellfish & crustaceans: upon request*

Rind / *Beef*: CH & URY

Kalb / *Veal*: CH

Geflügel / *Poultry*: CH & FRA

Die Umwelt ist uns wichtig, daher achten wir beim Einkauf unserer Produkte auf artgerechte Tierhaltung
sowie nachhaltigen Fischfang.

We value our environment, therefore animal welfare and sustainable fishery are highly important to us.

Dessert & Käse / *Dessert & Cheese*

Hausgemachte Eiscreme / Sorbets CHF 4
in verschiedenen Aromen (pro Kugel)

Alle unsere Sorbets sind vegan

Homemade ice cream / sorbets in various flavours (per scoop)

All our sorbets are vegan

Kuchen- und Wähenauswahl CHF 8
von unserer Schiefertafel

Cake and pie selection from our slate plate



Eisparfait von der Kokosnuss CHF 15
mit weisser Schokolade und Ananasragout

Coconut iced parfait

With white chocolate and pineapple ragout

Kinder erhalten kostenlos eine Kugel Eis nach Wahl

We offer one scoop of ice cream of your choice to every child at no additional cost

Follow us on  

Stay connected and get inspired

facebook.com/tschuggengrandhotel

[#tschuggenmoments](#) [#tschuggengrandhotel](#) [#tschuggenhotelgroup](#)

Getränke / *Drinks selection*

CHF

Bier vom Fass / *Draft beer*

Calanda Edelbräu / Panaché	30 cl	6
Calanda Edelbräu / Panaché	50 cl	9

Flaschenbier / *Bottled beer*

Calanda 0.0 / <i>non-alcoholic</i>	33 cl	7
Appenzeller Naturtrüb Quöllfrisch	50 cl	9

Arosabräu / *Arosa beer*

Arosa Sunna	33 cl	9
1800m IPA	33 cl	9
Kirchlibräu	33 cl	9

Ausländisches Bier / *Foreign beer*

Heineken	33 cl	7
Guinness	33 cl	9
Schneider Weisse Hefeweizen	50 cl	9
Erdinger alkoholfrei / <i>non-alcoholic</i>	50 cl	9

Mineralwasser / *Mineral water*

Valser Classic, Valser Silence	75 cl	10
Valser Classic, Valser Silence	50 cl	8
San Pellegrino, Acqua Panna	50 cl	8
Evian	50 cl	8
Perrier	33 cl	7

Softgetränke / *Soft drinks*

Coca-Cola, Coca-Cola light, Coca-Cola zero	33 cl	7
Fanta, Sprite	33 cl	7
Infusades Weisser Tee & Minze	33 cl	7
Rivella rot, blau / <i>Rivella red, blue</i>	33 cl	7
Shorley / <i>Apple spritzer</i>	33 cl	7

Swiss Mountain Spring

Classic Tonic, Ginger Ale, Bitter Lemon	20 cl	7
---	-------	---

Säfte / *Juices*

Apfelsaft aus Valposchiavo / <i>Poschiavo apple juice</i>	20 cl	7
Ananassaft / <i>pineapple juice</i>	20 cl	7
Mangosaft / <i>mango juice</i>	20 cl	7
Passionsfruchtsaft / <i>passionfruit juice</i>	20 cl	7
Traubensaft / <i>grape juice</i>	20 cl	7
Tomatensaft / <i>tomato juice</i>	20 cl	7

Frisch gepresst / *fresh squeezed*

Grapefruit / <i>grapefruit</i>	20 cl	12
Karotte / <i>carrot</i>	20 cl	12
Orange / <i>orange</i>	20 cl	12
Zitrone / <i>lemon</i>	20 cl	12

	CHF
Kaffee / <i>Coffee</i>	
Kaffee / <i>Coffee</i>	5.50
Koffeinfreier Kaffee / <i>Decaffeinated coffee</i>	5
Espresso	5.50
Doppelter Espresso / <i>Double espresso</i>	7
Milchkaffee / <i>Coffee with milk</i>	6
Cappucino	6.50
Latte Macchiato	8
Milch / <i>milk</i>	5
Wahlweise: Vollmilch, Laktosefreie Milch, Sojamilch, Magermilch, Getreidemilch, Kokosmilch, Hafermilch	
<i>Optional: Whole milk, , lactose – free milk, soy milk, skimmed milk, cereal milk, coconut milk, oat milk</i>	
Schokolade / Ovomaltine	6
Wahlweise: Weiss, Vollmilch, Zartbitter	
<i>Optional: White, milk chocolate, dark chocolate</i>	
Tee / <i>Tea</i>	
Feinste Auswahl an Teesorten aus unserem Ronnefeldt-Sortiment <i>Selection of finest Ronnefeldt teas</i>	
Tee Portion / <i>Tea Portion</i>	8
Frischer Tee / <i>Fresh Tea portion</i>	12
Ingwer, Fenchel, Pfefferminz, Zitrone <i>Ginger, Fennel, Peppermint, Lemon</i>	