

Liebe Gäste

Sie legen Wert auf guten Geschmack und neugierig Neues auszuprobieren? Unser Küchenteam verwöhnt Sie mit raffinierten Gerichten und besonderen Zutaten. Hier servieren wir Ihnen eine interessante Übersicht.

Abendessen

<p>Reinanken aus der eigenen Netzfischerei im Millstätter See</p>	<p>Die Reinanke gehört in der Familie der Lachsfische zur Gattung der Coregonen. Als Planktonfresser weisen sie ein besonders zartes Fleisch auf und können nicht gezüchtet werden. Das Hauptvorkommen liegt in tiefen, sauberen Alpenseen. Verwandte Arten gibt es aber auch im Baikalsee oder in Kamtschatka</p> <p>Die Reinanken weisen im Vergleich zu anderen Fischen besonders viel Omega 3 auf.</p>
<p>Fregola Sarda</p>	<p>Fregula (auch Fregola) ist eine auf Sardinien verbreitete Nudelart aus Hartweizengrieß in kleiner Kugelform. Die in verschiedenen Größen erhältliche Fregula wird hergestellt, indem der Grieß in einer großen Tonschüssel gerollt und im Ofen geröstet wird. Sie kommt in Form unregelmäßiger kleiner Kugeln mit einem Durchmesser zwischen 2 und 6 mm vor. Das Wort leitet sich vom lateinischen ferculum (Gang, Gericht) ab. Als weiterer möglicher Ursprung wird das italienische Verb fregare (reiben) erwähnt, das auf den Herstellungsprozess hinweist. Es gibt mittlerweile aus industriell hergestellte Fregola aber wir bevorzugen die „artigianale“ ,weil nur die den abwechslungsreichen Biß in die Speise bringen</p>
<p>Stachelbart</p>	<p>. Aufgrund seiner zotteligen Gestalt wird er in China als Affenkopfpilz bezeichnet, weil dort eine Affenart lebt, deren Gesicht vom Fell fast komplett verhüllt wird. Andere Namen sind PomPom oder Löwenmähne</p> <p>In früheren Zeiten galt der Pilz im Reich der Mitte als Kostbarkeit, mit der man den Kaisern an Stelle von Gold als Tribut geben konnte. Der wohlschmeckende Speisepilz ist dank seiner zahlreichen, unterschiedlichen Aromastoffe eine Delikatesse. Sein Geschmack erinnert sowohl an Meeresfrüchte als auch an Zitrusfrüchte und Kokos. Klinischen Studien zu Folge kann man den Hericium zur Behandlung von Erkrankungen im Magen-Darm-Trakt wie Sodbrennen, Reizmagen, Magengeschwüre, Reizdarm, Leaky Gut Syndrom oder bei chronisch entzündlichen Darmerkrankungen einsetzen. Aufgrund seiner antimikrobiellen</p>

	<p>Eigenschaften kann er auch das Wachstum von <i>Helicobacter pylori</i> hemmen, einem Bakterium, das für Entzündungen der Magenschleimhaut (Gastritis) verantwortlich sein kann. Zusätzlich lindert er Aufstoßen und Völlegefühl. Die Verträglichkeit von Nahrungsmitteln kann unter seinem Einfluss verbessert werden. Darüber hinaus konnte ein positiver Effekt bei Krebserkrankungen des Magens, der Speiseröhre, des Dickdarms oder der Bauchspeicheldrüse nachgewiesen werden.</p> <p>Zusätzlich kann <i>Hericium</i> erhöhte Blutfettwerte senken und vor oxidativem Stress schützen. In der chinesischen Medizin wird er als Therapeutikum geschätzt, das trockene Schleimhäute befeuchtet, Hitze klärt und das Qi von Milz und Magen tonisiert.</p> <p>Ebenso unterstützt der Vitalpilz das Wachstum und die Regeneration von Nervenfasern. Im Laborversuch konnte er die Bildung von Myelin anregen. Hierbei handelt es sich um die Isolierung der Nerven. Diesen Effekt verdankt er einem besonderen Inhaltsstoff, dem Erinacin, einem Diterpenoid. So erklärt man seinen therapieunterstützenden Nutzen nach einem Schlaganfall oder bei Nervenschäden sowie bei Parkinson, Demenz, Schlafstörungen, innerer Unruhe, Ängsten und Depression. Auch bei entsprechenden Beschwerden in den Wechseljahren hat er sich bewährt. Außerdem kann er Infektionen, Asthma, Allergien und Neurodermitis lindern. Aus Sicht der chinesischen Medizin beruhigt er somit den Herz-Geist Shen.</p>
<p>Venere Reis</p>	<p>Venere Reis ist nach der Region um Porto Venere (Italien, Ligurien) benannt. Seinen Ursprung hat die edel anmutende Reissorte in China: Dort kennt man ihn auch unter dem Namen „Forbidden Rice“ (Verbotener Reis), denn schwarzer Reis war früher eine Rarität und sein Genuss deshalb dem Kaiser und seiner Familie vorbehalten. Der original schwarze Reis erhält seine Farbe durch eine natürliche Pigmentierung der äußeren Kornschichten. Weil diese für die schwarze Farbe unerlässlich sind, ist schwarzer Reis automatisch auch Vollkornreis. Ohne seine äußeren Schichten wäre schwarzer Reis schneeweiß. In dieser Getreideart sind viele Ballaststoffe und Antioxidantien enthalten, die Ihre Körperzellen vor dem Altern schützen.</p> <p>Entzündungshemmende Eigenschaften helfen, einer Reihe Volkskrankheiten wie Diabetes, Übergewicht, Krebs sowie Herzerkrankungen entgegenzuwirken. Auch zu hohe Blutfettwerte sollen nach</p>

	<p>regelmäßigem Verzehr verschwinden. Durch die hohe Anzahl an Nährstoffen können gefährliche Ablagerungen in den Arterien verringert werden. Der in schwarzem Reis enthaltene Stoff Anthocyan kann helfen, den Cholesterinspiegel so niedrig wie möglich zu halten.</p>
<p>Gelbe Kärntner Festtagsuppe</p>	<p>Die Zutaten und Zubereitungsarten der Suppe sind verschieden. Huhn, Lamm, Rind, zahlreiche Gewürze sowie Safran, Sauerrahm, Eidotter und Weißwein dürfen hierbei auf keinen Fall fehlen. Sie besteht aus zahlreichen Zutaten, die den Geschmack jedoch besonders und einzigartig machen. Und das ist noch lange nicht alles. Dazu wird meist ein original Kärntner Reindling gereicht, gefüllt mit ausreichend Butter, Zimt, Zucker und Rosinen.</p>
<p>Ceviche</p>	<p>Ursprünglich aus Peru stammendes Gericht bei dem roher Fisch mit einer sauren Marinade aus Limetten, Fisch, Kokosmilch, Koriander...etc. vermischt wird. Dabei kommt es zu einem enzymatischen Garprozess ähnlich wie beim Fische einbeizen. Jedes Fischerdorf hat natürlich sein eigenes „Originalrezept“ und mittlerweile findet man dieses erfrischende Gericht auf Speisekarten der ganzen Welt.</p>
<p>Griechische Sigara Bouregi</p>	<p>Börek ist ein unter anderem in Anatolien, im Nahen Osten und im Balkan verbreitetes Teiggericht, das vermutlich im Osmanischen Reich entstanden ist. Börek wird aus Yufka-Teig hergestellt und mit einer würzigen Füllung gefüllt, beispielsweise aus Hackfleisch, Schafskäse, Spinat oder anderem Gemüse und Petersilie. In verschiedenen Balkanländern ist Börek je nach Füllung ein Alltags- oder Festessen und wird auch kalt als Imbiss angeboten. Die griechische Variante Sigara (Zigarre)Bouregi ist rein vegetarisch und wird bei uns nach dem Rezept der Großmutter unseres Kochs Michaelis hergestellt.</p>
<p>Kärntner Nudeln aus der norischen Nudelwerkstatt</p>	<p>Von der norischen Nudelwerkstatt aus Mittelkärnten kommen unsere beliebten Kärntner Nudeln. Neben den bekannten Kasnudeln gibts auch Tomaten-Mozarella-Nudeln, Spinatnudeln,... mit Liebe gekrandelt und hergestellt aus heimischen Produkten.</p>
<p>Escabeche</p>	<p>Ist ein Gericht aus Lima (Peru) und ist eine , in Vergessenheit geratene Konservierungsmethode für Fisch. Fischfilets werden in Mehl gewälzt, auf der Hautseite angebraten, mit einer würzigen , heißen Marinade übergossen und darin eingelegt. Darin hält sich der Fisch bis zu 2 Wochen. Je länger mariniert desto besser schmeckt er. In der Marinade sollten Knoblauch, Lorbeer, Chili, Olivenöl und Weißweinessig sein. Weitere Zutaten sind optional .</p>

	Wir fügen gerne noch Tomaten, Karotten und frische Kräuter aus unserem Garten hinzu.
Bouillabaisse	<p>Bouillabaisse [buja'be:s] ist ein provenzalisches Fischgericht, das je nach Zubereitung als zweigängiges Gericht aus Fischsuppe und gegartem Speisefisch mit Meeresfrüchten oder als reichhaltiger Eintopf serviert wird. Der Begriff wird auch synonym für „Provenzalische Fischsuppe“ und die Marseiller Zubereitungsvariante verwendet.</p> <p>Wir verwenden für die Suppe Reinanken, Rotbarben, Knurrhahn und Garnelen und als Einlage Saibling, Forelle und Kärntner Lax'n. Dazu noch frisches Gemüse, die typische Sauce Rouille (Safran-Knoblauch-Aioli) und geröstetes Brot.</p>
Tiradito	Beim Tiradito, der zeitgemäßen Weiterentwicklung von Ceviche, wird der Fisch wie bei Sashimi oder Carpaccio in dünne Scheiben geschnitten und mit Limettensaft, Kokosmilch, Chili, Koriander und roten Zwiebeln. Die exotische Rezeptur bringt den Fisch erst richtig zur Geltung.
Pastrami	Normalerweise aus der Rinderbrust nehmen wir den Tafelspitz. Das Fleisch wird erst 2 Wochen lang mit Salz und Gewürzen gepökelt und dann mehrere Stunden warm geräuchert und anschließend noch im Sous vide Verfahren 18 Stunden schonend zu Ende gegart. Vor Gebrauch wird es noch weitere 2 Wochen im Vakuum reifen gelassen. Dünn aufgeschnitten liebt es ganz New York auf ihren berühmten Pastrami-Sandwiches.
Hanging Tender	Ist in Frankreich unter dem Namen Onglet und in Deutschland unter dem etwas sperrigen Namen Nierenzapfen bekannt und von Genießern sehr geschätzt. Es ist beim Rind der Stützmuskel des Zwerchfells, hat also nichts mit den Nieren oder Innereien zu tun. Wir marinieren es mit verschiedenen Kräutern und Aromen und garen es dann schonend 4 Stunden sous vide und grillen es vor dem Servieren noch scharf an.
Ramen-Suppe	Die „einfache“ Hauptspeise Ramen gehört in Japan zu den wichtigsten Gerichten. Allein in Tokio gibt es über 5.000 Ramenlokale, in ganz Japan geht man von über 200.000 Ramenlokalen aus. Der Ursprung der Ramen liegt in der chinesischen Küche, jedoch wurde das Gericht im Laufe der Zeit der japanischen Küche angepasst. Unsere Version der Ramen ist eine „Shoyu-Ramen“

	<p>mit einer komplizierten Brühe aus: Schwein, Huhn, Rind, Speck, Shitake, Mu-Err, Kombu, Katsuobushi, Shoyu, Mirin, Reisesig, Ingwer, Zwiebel, Lauch, Karotte, Sellerie und Shichimi Togarashi</p> <p>Der Schweinebauch wird 24 Stunden mariniert mit Teriyaki Sauce Ingwer, Knoblauch, Chili und Fünf- Gewürze-Pulver und dann weitere 24 Stunden Sous Vide gegart.</p> <p>Die Ente wird ebenfalls mit den oben genannten Gewürzen mariniert, dann schonend im Ofen geschmort und vor dem Servieren knusprig gebraten</p> <p>Als Ramen-Nudeln verwenden wir hier die Udon- Nudeln die eigentlich nur aus Reismehl und Wasser bestehen aber durch eine aufwendige Verarbeitung zu ihrer speziellen Konsistenz gelangen.</p> <p>Neben der Ente, dem Schweinebauch und den Nudeln servieren wir die Ramen mit einem halben Ei, Enoki-Pilzen, Karotten , Lauch, Frühlingslauch, frischen Shitake-Pilzen, Erbsensprossen, Baby-Mais und Shiso-Sprossen.</p> <p>Insgesamt verarbeiten wir mehr als 40 Zutaten was die Ramen zu einer hochwertigen und kompletten Mahlzeit werden lässt.</p>
--	---

Frühstück

<p>Honig vom Tuppinger</p>	<p>In Obermillstatt haben Monika und Franz Ihren Bienenhof. Für die Qualität ihres Honigs sind sie berühmt. Kosten Sie den Honig bei einem gemütlichen Frühstück. Der Bienenhof kann auch besichtigt werden. Franz hat immer viel Spannendes zu erzählen.</p>
<p>Eier vom Weber Hans</p>	<p>Unsere Frühstückseier bekommen wir vom Bauer Weberhans am Millstätter Hochplateau. Freilandhaltung und höchste Qualität. Den Hof am Hochplateau haben Sie vielleicht schon gesehen. Dieser befindet sich wunderschön gelegen am Weg zur Millstätter Alm.</p>
<p>Oberkärntner Molkerei</p>	<p>Die Oberkärntner Molkerei räumt jedes Jahr für ihre Milchprodukte unzählige Preise ab. Die Rohmilch ist sogar die beste Milch Europas.</p>
<p>Brot vom Strobl</p>	<p>Die Bäckerfamilie Strobl aus Afritz am See beliefert uns täglich mit frischem Brot und Gebäck</p>

Säfte

<p>Fruchtsäfte von Apo</p>	<p>Fruchtsäfte von APO</p> <p>Adi presst Obst (APO). Und das schon seit vielen Jahrzehnten am Millstätter Hochplateau. Ein erstaunlicher familiärer Fruchtsaftproduzent, der durch seine Qualität und Experimentierfreude große Beliebtheit erreicht hat. Vor allem der Apfelsaft ist überregional bekannt. Wir haben nicht nur unsere Fruchtsäfte sondern auch die Säfte aus dar Saftbar von APO.</p>
----------------------------	--