

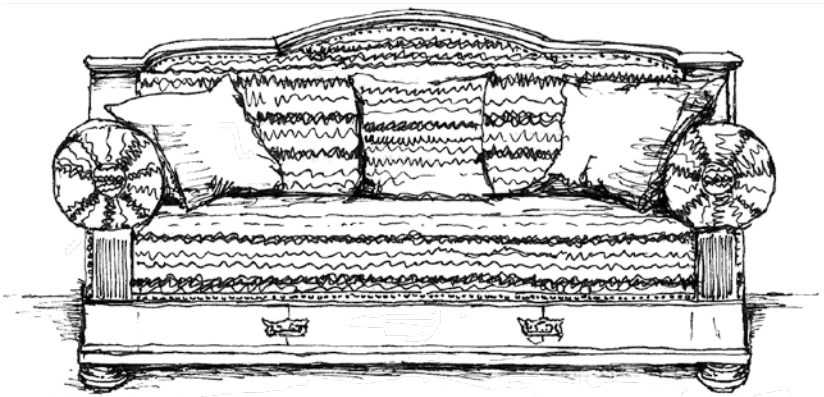
**Food, guest service and  
hotellerie is identity – it's the  
most revealing thing about you,  
about your culture, where you  
come from, how you live, what's  
important to you.**

Corey Lee of Benu, San Francisco

## WILDE WEIBER & TOUGHE TYPEN

Wir verarbeiten ausschließlich biologische Lebensmittel, zertifiziert durch die Austria Bio Garantie. Eine wohlüberlegte Entscheidung, die uns qualitative und hochwertige Rohstoffe garantiert. Der direkte Kontakt zu unseren Bauern gibt uns das Vertrauen in das Produkt. Wir wissen Bescheid über Tierhaltung, Düngung und die Führung des Betriebes.

Damit unterstützen wir die heimischen Bio Landwirte und Produzenten und tragen unseren Teil zum Erhalt dieser Kulturlandschaft bei. Wir arbeiten mit passionierten Zulieferern, die wie wir Qualität und Nachhaltigkeit als oberste Ziele haben. Bei Lebensmitteln, die nicht aus unserem Nahbereich stammen, vertrauen wir auf die Bio Zertifizierung.



# NUR GUTES GIBT GUTES

Ohne ein hochwertiges Grundprodukt können selbst Franziska und Michael nichts Gescheites kochen. Uns geht es im Grunde darum! Von unseren Bauern & Produzenten erwarten wir Verständnis für unseren Qualitätsanspruch - dafür sind wir bereit einen fairen Preis zu zahlen.



## **Rind, Lamm & Ziege:**

Julia & Josef Berlinger, Au  
Marcus Lins, Dornbirn  
Herbert Walser, Meiningen

## **Huhn & Wachtel:**

Sandra Felder, Fluh, Bregenz  
Markus Fischer, Egg

## **Schwein:**

Herbert Walser, Meiningen

## **Wildfleisch:**

Jagdrevier Schönenbach,  
Wildfang

## **Fisch:** Biologische Fischzuchten

## **Molkereiprodukte:**

Julia & Josef Berlinger, Au  
Sulzberger Biobäuerinnen &  
Biobauern

## **Obst und Gemüse:**

Bio Betriebe vom Bodensee

## **Eier & Dinkel:** Martinshof, Buch

## **Kartoffeln:** regionale Biobauern



# HILDEGARD VON BINGEN – LEHRMEISTERIN DER WILDEN WEIBER

Das rechte Maß im Umgang mit Licht und Luft, mit Essen und Trinken, mit Arbeit und Muße, mit Schlafen und Wachen und mit Gedanken und Gefühlen. Das Hildegard-Konzept klingt einfach und ist einfach.

Die Geschichte der Hildegard von Bingen im SCHWANEN fing eigentlich schon bei meinen Großmüttern an. Sie kochten unbewusst nach ihren Regeln. Erst meine Mutter Antonia stellte den Bezug zu der Mystikerin und Naturärztin des Mittelalters her. Mit Verlaub war auch Hildegard von Bingen ein WILDES WEIB und alles andere als langweilig, wie vielleicht manche von Euch denken. Das Faszinierende an ihrer Ernährungslehre ist das Erlernen der Wirkung und des richtigen Einsatzes von Lebensmitteln. Gut kochen, gut essen und damit uns und unsere Gäste zu verwöhnen, ist unser Anspruch im SCHWANEN.

Die Hildegard-Küche verlangt höchste Qualität der Rohprodukte und fordert das rechte Maß in allen Bereichen des Lebens. Gesunder Genuss ist kein Widerspruch, sondern eine zeitgemäße Art des Kochens!

## **Dinkelmehl**

statt Weizenmehl

## **Galgant**

Herz, Kreislauf, Kopfschmerzen

## **Ysop**

Frohmacher

## **Bertram**

stärkt die Abwehr

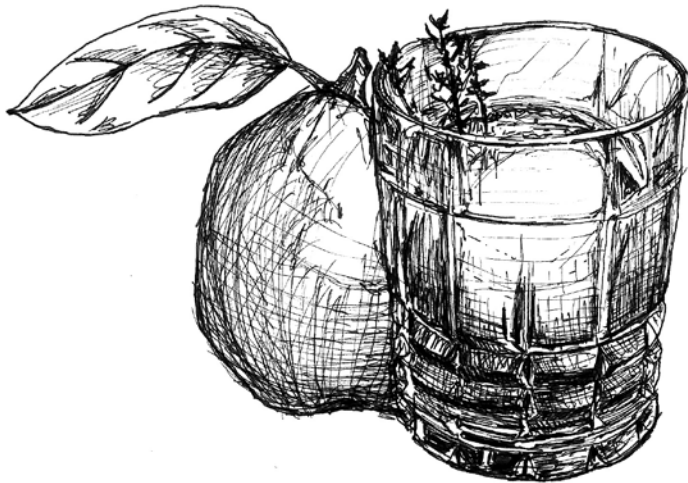
## **Fenchel**

gegen Kraftlosigkeit

## **Himbeeren**

Erkältung, Superfruit

# APERITIF



Hausgemachter  
Himbeersaft  
3,60

Pastis  
4,80

Prosecco  
4,80

Prosecco  
mit Holunder  
mit Pelargonie  
5,10

PET NAT  
„Grüner Veltliner“  
Matthias Hager, NÖ  
7,50

Cynar\*  
4,50

Campari\*  
4,40

Martini\*  
4,50

Sherry\*  
4,50

Favorites  
Americano\*  
8,30

Negroni\*  
9,50

## WEISS

**Grüner Veltliner**  
**„Edelgrund“ 2018**  
**Sigrid & Erwin Lehner**  
 Gols, Neusiedlersee, Bgld.  
 4,90

**Riesling „Fuchsentanz“ 2017**  
**Martin Diwald**  
 Grpßriedenthal, Wagram, NÖ  
 5,60

**Sauvignon Blanc 2017**  
**Weingut Werlitsch**  
 Leutschach, Süd Stmk.  
 5,80

**Chardonnay „Leithaberg“ 2015**  
**Gernot Heinrich**  
 Gols, Neusiedlersee, Bgld.  
 6,90

## ROT

**Pinot Noir „Vom Schloss“ 2014**  
**Graf Hardegg**  
 Seefeld Kadolz, Weinviertel, NÖ  
 6,20

**Zweigelt 2016**  
**Martin Pasler**  
 Jois, Neusiedlersee, Bgld.  
 5,70

**Merlot 2015**  
**Familiengut Sepp Moser**  
 Apetlon, Neusiedlersee, Bgld.  
 5,90

**Blaufränkisch „Rodolith“ 2014**  
**Victoria & Gernot Schreiner**  
 Rust, Neusiedlersee, Bgld.  
 6,80

## ROSÉ

**„Cru Classé“**  
**Château Sainte Marguerite 2018**  
**Grenache / Cinsault / Syrah**  
 Côtes De Provence, F  
 5,50

## SÜSS

**Rheinesling 2013**  
**Bernhard Ott - JRE**  
 Feuersbrunn, Wagram, NÖ  
 6,60

**Trockenbeerenauslese**  
**„Chardonnay“**  
**Sepp Mantler 1995**  
 Gedersdorf, Kremstal, NÖ  
 7,50

## SPARKLING

**Prosecco**  
**Tenuta Giol**  
 Venetien, Italien, NV  
 5,20

**Matthias Hager „Pet Nat“ 2017**  
**Grüner Veltliner**  
 Mollands, Kamptal, NÖ  
 7,50

## VORSPEISEN

Karotte 3 ways & Kümmel  
12,60

Tartare vom gebeizten Saibling  
Rettich, Apfel  
14,20

Marinierte Zupfsalate vom Garten  
Ziegentopfen aus Au, Artischocken  
13,90

Carpaccio vom Bregenzerwälder Kalb  
Stangensellerie, Parmesan  
15,30

Sommer Salat  
7,80

## SUPPEN

Dinkel Flädlesuppe  
5,70

Paprikasuppe  
6,40

grüne Fenchelsuppe  
6,30

## HAUPTSPEISEN

Forellenfilet  
Erbsen, Quinoa  
25,60 / klein 20,50

Hausgemachte Ravioli  
Tomaten von der SOLAWI in Bezau, Federkohl  
23,40 / klein 18,80

Blumenkohl im Rohr gebraten  
Mango Relish  
20,60 / klein 16,50

Lamm Nüssle & Schulter  
Zucchini, Couscous  
28,90 / klein 23,20

Hühnerbrust vom Biohof Felder, Fluh  
Thymian Gnocchi, rote & gelbe Beete  
24,80 / klein 19,80

Cordon Bleu vom Bio Schwein  
knackiger Salat  
17,90

Bregenzerwälder Käsknöpfe  
aus Dinkelmehl, knackiger Salat  
16,80 / klein 13,50

## DESSERT

Himbeeren  
mit Kamillen Eis  
12,30

Wald & Wiese  
Sig, Minze, Heu  
12,70

Zitronen Tarte  
Basilikum Eis  
13,60

Kaiser\_Innenschmarren  
mit Apfelmus  
12,50 / klein 10,00

Eis hausgemacht  
Heu, Kamille, Basilikum  
2,90 / Kugel

Sorbets hausgemacht  
Marille, Himbeer, Kornblüte  
2,90 / Kugel

Gerührter Eiskaffee  
8,10

Apfelstrudel\*  
4,30

Zwetschkenstrudel\*  
4,80

---

## WILDE WEIBER MENÜ

Überraschungsmenü in 5 Gängen  
gerne mit Weinbegleitung

**5 Gänge 75,00 + Weinbegleitung 39,00**

Täglich - außer Dienstag, Mittwoch  
und Sonntag Mittag.

Nur mit Voranmeldung. Gerne berücksichtigen wir  
Allergien oder vegetarische Lebensweise.

---

**„Gärten dieser Art habe ich in  
Amerika gesehen und mir für den  
Schwanen lange gewünscht. Der  
Vorteil ist, dass das Produkt von  
der Aussaat bis zur Ernte in unseren  
Händen liegt und wir absolute  
Kontrolle über die Qualität haben.  
Wir ernten täglich und können somit  
noch saisonaler kochen und die  
Qualität ist unvergleichlich.“**

Emnauel Moosbrugger



# MEINE ANREGUNGEN FÜR EURE AUSZEIT ODER BESTZEIT BEI UNS! SCHAUT EUCH DAS MAL AN!

Mehr auf [www.biohotel-schwanen.com](http://www.biohotel-schwanen.com)



## ZIT NIO (ZEIT NEHMEN)

Bei uns kann man so viel Verschiedenes machen, dass 1, 2 oder sogar 3 Nächte einfach nicht reichen. So hab ich mir gedacht - ich mache Euch einen super Preis ab 4 Nächten und Ihr könnt den SCHWANEN, Bizau und den Bregenzerwald so richtig auskosten und genießen.

**Ab 4 Nächten**



## OFFLINE

Weg vom Alltag bedeutet für mich nicht nur den bekannten Ort, die Menschen und die Arbeit zurücklassen, sondern sich auch aus den sozialen Netzwerken ausklinken, die jüngsten Nachrichten verpassen und einmal nicht erreichbar sein. Der Bregenzerwald ist der ideale Ort dafür!

**Ab 5 Nächten**



## WILDE WEIBER GETAWAY

Nicht die Länge des Urlaubs ist entscheidend, sondern wie man ihn verbringt. Gönnen Euch eine Blitz-Auszeit! Ich denke, es ist oft wirksamer, viele kleinere Auszeiten zu nehmen als sich ständig nach dem großen Urlaub zu sehnen. Da haben wir genau das Richtige für Euch.

Gemütlich anreisen, vielleicht einen Spaziergang im Bizauer Hochmoor machen und sich dann von den Wilden Weibern & Toughen Typen bekochen lassen und die von mir ausgesuchten Weine dazu genießen.

# Begeisterung und Faszination – das ist der Schwanen mit der Wilden Weiber Küche.

Aus dem Gästebuch: Gabriela & Peter - Mai 2018

Biohotel Schwanen  
Emanuel Moosbrugger  
Kirchdorf 77, 6874 Bizau (AT)  
0043 5514 2133  
emanuel@biohotel-schwanen.com  
www.biohotel-schwanen.com



Slow Food®



Unser Bio-Sortiment wird durch  
die Austria Bio Garantie überprüft.