

# MENU

**BENVENUTI**  
*WELCOME*



WI-FI GRATUITO  
Nome WI-FI: Montagnadiluceguests  
Password: MdL2020#

# TABELLA DEGLI ALLERGENI

## LIST OF ALLERGENS

Se sei allergico o intollerante a una o più sostanze informaci, e ti indicheremo le preparazioni prive degli allergeni specifici.

Il nostro ristorante utilizza il sistema di abbattimento rapido delle temperature per garantire la massima qualità delle materie prime utilizzate.

*If you are allergic or intolerant to one or more substances, please let us know, we will tell you which dishes do not contain the specific allergens.*

*Our restaurant uses the blast chilling to ensure the highest quality of raw materials used.*

\*Alcune materie prime possono essere surgelate e congelate all'origine secondo la disponibilità del mercato.

*\*Some raw materials can be deep-frozen and frozen at origin according to market availability.*

Nel nostro Locale si fa uso di acqua naturale trattata e filtrata con erogatore.

*In our restaurant we use natural water treated and filtered with a dispenser.*

CROSTACEI  CRUSTACEANS	MOLLUSCHI  MOLLUSCS	PESCE  FISH	GLUTINE  GLUTEN	UOVA  EGGS	LATTE  MILK	FRUTTA A GUSCIO  NUTS
SULPHUR DIOXIDE  ANIDRIDE SOLFOROSA E SOLFITI	SEDANO  CELERY	SENAPE  MUSTARD	SOIA  SOY	SESAMO  SESAME	ARACHIDI  PEANUTS	LUPINI  LUPIN

Le nostre procedure HACCP tengono conto del rischio di contaminazione crociata e il nostro personale è addestrato per occuparsi di tale rischio. Tuttavia, occorre segnalare che in alcuni casi, a causa di esigenze oggettive, le attività di preparazione e somministrazione di alimenti e bevande possono comportare la condivisione di aree e utensili (per esempio nella zona buffet). Quindi, non si può escludere la possibilità che i prodotti alimentari entrino in contatto con altri prodotti alimentari, compresi altri allergeni.

*Our HACCP procedures take into account the cross-contamination risk and our staff is trained to deal with that risk. Nevertheless, it should be pointed out that in some cases, due to objective needs, the preparation and service operations of food and beverages may involve some shared areas and utensils (like in the buffet area). So, the possibility that food has come into contact with other food products, including other allergens, cannot be excluded.*

# LA STORIA E I RACCONTI DEI WALSER

## HISTORY AND TALES OF WALSER

“*Infames frigoribus Alpes*”, così Tacito definisce la catena alpina che troneggiava al centro dell’Impero e che rendeva difficoltosi i traffici commerciali e il passaggio degli eserciti.

Per scarsità di documenti, non si hanno notizie certe della colonizzazione Walser, i quali per molti secoli sono rimasti avvolti dalle leggende.

Essi dovettero affrontare il problema della sopravvivenza ad alta quota, con scarsità di terre disponibili, rarità dei pascoli e condizioni climatiche estreme.

La storia dei Walser è molto antica: tutto cominciò nel V secolo d.C., a seguito della migrazione di una popolazione di stirpe germanica insediata nella Germania centro-settentrionale, gli Alemanni, originari della Svevia, attuale Germania meridionale. Questa popolazione si spostò verso sud fino ad arrivare all’attuale Oberland, la Valle dell’Aare, nei pressi di Berna, alle sorgenti del Rodano, nella valle del Goms, nel cuore dell’Ober Walli, a ovest del Chablais francese, ma soprattutto a sud, negli alpeggi più elevati, nel Pomatt e nelle valli meridionali del Monte Rosa: a Gressoney, Alagna, Rimella, Macugnaga, Rima e Ornavasso.

Una seconda fase colonizzò la Rezia, l’Oberdland grigionese, il Rheinland e la valle del Landwasser.

Una terza si estese alle zone limitrofe a quelle dei primi insediamenti: Vals, Safien, Avers, Mutten, Klosters, il Praettigau Schiers e gli altopiani di St. Antoenien, Furna e Valzeina, Schanfigg e Churwalden, nel Liechtenstein, nel Tirolo e nel Voralberg fino nel Kleinwalsertal.

La percezione della montagna non era quella di una barriera tra popoli e nazioni diverse. Nel Medioevo le Alpi non erano una frontiera: un esempio era il Ducato di Savoia, che includeva il Basso Vallese, Savoia e la Valle d’Aosta.

«*Afort an olti piri häd g’chauft à schworzi henju van ainen ljikke hennjumandj, dos ra häd g’said: “Haira woul sourg, di bringtne glick”.*

*Dan nouchre tog häd d’hennja g’laid as anders guldis ai.*

“*Di häd dan buch volle gold*”, *hädra g’sinnud d’olt piri, und oni mei sy virirrd, mid aimen messer tuad uf dan buch der hennju. Wa am platz ds golds, findt s nua ds g’derem und d’hennja ist g’chleckt.*»

---

«Una volta una vecchia contadina comprò una gallina da un piccolo pollaiuolo, il quale disse: “Abbiatene ben cura, essa vi porta fortuna”. Il giorno seguente la gallina depose un uovo d’oro.

Fu ben nutrita e il secondo giorno depose un altro uovo d’oro.

“Ha il ventre pieno d’oro”, pensò la vecchia contadina, e senza più riflettervi, con un coltello aprì il ventre della gallina. Ma invece dell’oro, trovò solo le interiora, e la gallina morì.»

---

«*Once an old peasant bought a chicken from a small poultry, who told her: “Take care of it carefully, it brings you luck”.*

*The next day the hen laid a golden egg. She gave her good food, and the second day it placed another golden egg.*

“*It has a belly full of gold*”, *she thought the old peasant woman, and no longer think about it, with a knife opened the belly of the hen. But instead of gold she only found the entrails, and the hen died.*»

# MENÙ PER I BIMBI

## KID'S MENU

Pasta al pomodoro  
*Pasta with tomato sauce*



€ 8

Pasta al pesto  
*Pasta with pesto*



€ 8

Pasta alla Bolognese\*  
*Pasta with Bolognese\* sauce*



€ 8

Prosciutto cotto e patate al forno  
*Baked ham with baked potatoes*

€ 9

Bistecca di manzo ai ferri con verdure o patate  
*Beef steak with vegetables\* or potatoes*



€ 11

# ANTIPASTI

## STARTERS

Tutti i piatti mantecati con burro possono essere mantecati con olio  
*All dishes that are finished with butter can also be finished with oil*

Tagliere misto con salumi e formaggi locali € 18  
con marmellata fatta in casa di arance, mele e cipolle (consigliato per 2)  
*Local cold cuts with local cheeses  
with homemade onions, apples and oranges jam (recommended for 2)*



Tartare di manzo di razza *Piemontese* con finocchi crudi e bagna cauda € 18  
*Beef Tartare with raw fennels and bagna cauda sauce*



Lonzino marinato con misticanza e arancio e limone € 15  
*Marinated pork loin with mixed salad, orange and lemon*

Trota in carpione con verdure miste marinate e misticanza € 15  
*Marinated trout with mix marinated vegetables and salad*



Torta di Alagna € 15  
Piatto tipico Walser con farina di mais, toma, salame, cipolle e mele  
*Alagna pie*  
*Walser meal with corn flour, toma cheese, salami, onions and apples*



# PRIMI PIATTI

## FIRST COURSES

Bacetti della Montagna di Luce € 14  
Bignè\* fatti in casa con fonduta di Toma gratinati al forno  
*Homemade savory puffs\* baked with toma cheese fondue*



Ravioli del Plin\* al burro e saleggia/timo € 14  
*Plin ravioli\* with butter and timo*



**Specialità Nepalese** € 15  
Eggs Fried Rice  
Riso basmati con piselli\*, pancetta, carote, peperoncini, uovo,  
peperoni e salsa di soia saltato in padella  
*Basmati rice with peas\*, pancetta, carrots, chili pepper, eggs, peperoni and soy sauce*



Spaghetti Regina Margherita € 14  
Pomodorini, olive, capperi, peperoncino, prezzemolo  
*Spaghetti Regina Margherita, cherry tomatoes, capers, chili, parsley*

*Per onorare il centesimo anniversario (1926 -2026) della morte della Regina Margherita di Savoia, la sovrana alpinista. Partecipò all'inaugurazione del rifugio più alto d'Europa il 18 Agosto 1893, la capanna a 4.554 metri sul nostro Monte Rosa che prese proprio il suo nome. La Regina, accompagnata da alcune guide di Gressoney, arrivò a destinazione senza dimostrare alcuna fatica, a mezzogiorno puntuale. To honor the hundredth anniversary (1926-2026) of Queen Margherita's death, the alpinist queen. She took part in the inauguration of the highest refuge in Europe on August 18th, 1893. The hut, at the altitude of 4.554 meters on our Monte Rosa, which was named with her name, "Capanna Margherita". The queen, accompanied by several alpine guides from Gressoney, reached the destination without showing any sign of fatigue, arriving punctually at noon.*



Patate Masarai € 13  
Zuppa tipica Walser con patate, porri, latte, cotechino e pancetta  
*Walser Soup with leeks, potatoes, milk, cotechino and pancetta*



# SECONDI PIATTI

## MAIN COURSES

Sottofiletto con aglio e rosmarino con patate al forno  
*Sirloin steak with garlic and rosemary with baked potatoes* € 24



Costine di maiale\* al miele con polenta  
*Pork ribs\* with honey with polenta* € 19

Trota\* al forno con burro e salvia oppure olio e timo  
con verdure miste saltate in padella  
*Oven trout\* with butter or oil with mix sauteed vegetables* € 15



Selezione di formaggi locali con miele millefiori e noci  
*Local cheeses selection with honey and nuts* € 13



Hummus di ceci servito con verdure miste saltate  
*Chickpea sauce with mix sauteed vegetables* € 13



# LE NOSTRE POLENTE

## OUR TYPICAL MEAL: POLENTA

La nostra polenta è macinata a pietra  
*Our polenta is stone ground*

Polenta con cervo\* stufato € 19  
*Polenta with venison\* stew*



Polenta con salsiccia, pomodoro e cipolle € 16  
*Polenta with sausages, tomato and onions*



Polenta Concia € 15  
*Polenta with butter and melted local cheese*



Polenta e verdure saltate € 13  
*Polenta With mixes sauteed vegetables*



Polenta con latte € 10  
*Polenta with milk*



## I NOSTRI CONTORNI

### OUR SIDE DISHES

Verdure miste al vapore € 8  
*Steamed vegetables*

Verdure miste saltate € 8  
*Mixed sauteed vegetables*



Insalata mista € 7  
*Mixed salad*

Patate al forno € 7  
*Baked potatoes*

Insalata verde € 5  
*Green salad*

# GOLOSITÀ

## DESSERT

Millefoglie\* con crema al mascarpone e frutti di bosco  
*Mille-feuille\* with mascarpone custard and berries in syrup* € 9



Warum € 8  
Gelato al fiordilatte con mirtilli caldi\*  
*Vanilla ice-cream with warm berries\**



Strudel di mele con gelato fior di latte e cannella € 8  
*Apple strudel with fior di latte ice cream and cinnamon*



Bonet € 8  
Dolce tradizionale Piemontese  
*Chocolate and amaretto pudding*



Panna cotta € 8  
con caramello oppure frutti di bosco\* oppure cioccolato alla nocciola  
*Panna cotta with caramel or berries\* or hazelnut chocolate*



Brownie al cioccolato\* € 7  
*Chocolate brownie\**



Tiramisù\* senza glutine € 7  
*Tiramisù\* gluten-free*



Sorbetto lampone o pesca gialla € 7  
*Raspberry or peach sorbet*

COPERTO € 2,50 a persona  
*COVERED € 2.50 per person*

Su richiesta alcuni piatti possono essere preparati con ingredienti senza glutine e senza lattosio  
*On demand some meals could be prepared with gluten free and lactose free ingredients*

Montagna di Luce aderisce a:



D.E.CO.  
ALAGNA  
VALSESIA

Denominazione  
Comunale  
di Origine

L'agricoltura Walser di Alagna Valsesia

————— • —————  
Conoscere e riconoscere  
i prodotti autentici

