

Drei Dinge – die ich besonders gern mag:

herbstliche Sonnenuntergänge, *Aperitivo* und Dich

...für das „Reine“ Vergnügen

Bitter Apple € 6,40

(Sanbitter, Apfelsaft, Soda)

Luisl € 6,40

(Wild Berry, Johannisbeer, Soda, Zitrone)

Alpex Spritz € 6,40

(Alpex, Soda, Orangenscheibe)

...für das Prickeln im Bauch

Glas Südtiroler Sekt € 8,50

Glas Prosecco € 4,90

Glas Prosecco Rosé € 5,90

...für die Spritzigen Momente

Hugo € 6,40

(Prosecco, Holunder, Soda, Zitronen, Minze)

Jonny € 6,40

(Prosecco, Johannisbeer, Soda, Zitrone,)

Hansi € 6,40

(Prosecco, Limoncello, Soda, Zitrone)

Aperol Spritz € 6,40

(Prosecco, Aperol, Soda, Orange)

Lillet Wild Berry € 6,90

(Lillet Rosé, Wild Berry)

Kir Cassis € 5,50

(Prosecco mit Johannisbeersirup)

...oder doch einfach nur so

ein schönes Helles € 3,90

(0,3 Forst Kronen)

...übrigens...probieren Sie auch
unsere erfrischend hausgemachten Schorlen mit

Apfel	Minze/Kräuter	Traube
-------	---------------	--------

0,3 lt € 3,60	0,5 lt € 4,90	
---------------	---------------	--

Schön, dass Sie bei uns sind



-lich willkommen zur Kürbis- Apfelzeit

Kir Apple € 5,50

(Prosecco mit 100%igen Apfelsaft)

Tiroler Radler 0,5 € 6,20

(Forstbier mit hausgemachten Apfelsaft)

Der Apfel fällt nicht weit vom Stamm
....und bei uns direkt ins Glas ☺

kleine, leichte, kalte VORSPEISEN

Feines Hirschcarpaccio, leicht geräuchert



auf Rukkola mit Apfelperlen € 16,90

...dazu empfehlen wir ein leckeres Knoblauchbaguette € 3,90

Gourmet: **Beef-Tatar nach unserem Rezept**

auf feiner Parmesancreme, mit gehackten Kapern, Zwiebel, Essiggurke, Paprika,
Fleur de sel, geschrotem Pfeffer, Olivenöl, usw

75 gr. € 18,50

150 gr. € 25,80

Tomaten-Carpaccio mit Vellauer Frischkäse

(= ähnlich wie Mozzarella, nur genialer 😊)

€ 14,90

serviert mit hausgemachtem Basilikumöl und Chips vom Vinschger Paarl Brot

Sonne´s **Dreierlei Bruschetta** (= ausgesprochen Brusketta) € 15,50

mit Tomaten-Rukkola / Oliven Pesto / Kürbis-Apfel-Speck

Der Südtiroler Apfel ...knackig, saftig, süß...

Über 30 Vitamine und Spurenelemente, 100 bis 180 Milligramm Kalium und viele andere wertvolle Mineralstoffe stecken in einem Apfel. Kein Wunder, dass der Apfel das beliebteste Obst ist ☺. In Südtirol bauen über 7.000 Bauern die knackige, saftige und süße Frucht an. Die Landwirtschaft hat in unserem Land also einen großen Stellenwert und zählt zu den Haupt-Wirtschaftszweigen. Auch unsere Eltern sind auf einem Bauernhof mit Obst- und Weinbau aufgewachsen und unsere Familie baut heute noch folgende Sorten an:

Royal Gala (zweite Augushälfte) - **Golden Delicious** (Mitte September/Okttober) - **Braeburn** (Okttober) **Roter - oder Stark Delicious** (September) - **Envji** (Mitte Oktober) - **Pink Lady** (Ende Oktober bis in den November)



kleine, hausgemachte, warme VORSPEISEN

Sonne´s zarte **Nudelteigtaschen mit Kürbisfülle**



mit Amarettini, Parmesankäse und zerlassener Butter € 14,90

Hausgemachte **Rote Beete Gnocchi** (= ausgesprochen Njoki 😊)



in Apfelbutter geschwenkt mit Meerettisahne € 15,20

Hausgemachte **Eierbandnudel**



mit leckerem, handgeschnittenen Hirschragout € 15,20

Cremiger **Risotto von „unseren“ Äpfeln aus eigenem Anbau** € 14,50



serviert mit gebratener Speckscheibe und Kaffeepulver

Interessantes: Für unseren Risotto verwenden wir den Vialone Nano (Zwerg Vialone)- ein Rundkornreis aus der Poebene, angebaut zwischen Mantua und Verona.

P.S.:...und noch mehr Nudeln & Co

finden Sie weiter hinten, nach den Hauptgerichten →→→

ein kleines Süppchen tut immer gut



Die müssen Sie probieren

Sonne´s bekanntes **Apfel-Ingwersüppchen**

mit Paarlbrotschip € 8,50



Kürbiscremesüppchen

mit Amarettini und Kürbiskernöl € 8,50

Feine Rinderkraftbrühe

mit Speckknödel oder Leberknödeln € 7,50

Rustikale Tomatensuppe € 7,90

mit hausgemachtem Speck-Grissino

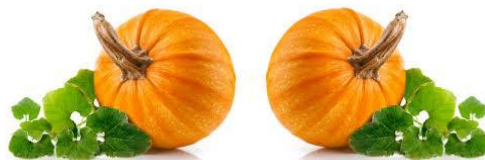
...kleine Salate als Vorspeise oder auch als Beilage

Rucola- und Bio Zupfsalate mit Tomaten,

Parmesanhobel und Balsamicodressing € 7,70

Kleiner bunter Salat € 7,20

Kraut-Salat ohne Speck € 5,80....oder mit Speck 6,20



aus den Gewässern

...heimisch, leicht und lecker....

Gebratene Filets von der **Passeirer Forelle** € 24,10

auf Zuccinicreme mit Salzkartoffel

Weißwein -Empfehlung:
Dorf Tiroler Kerner

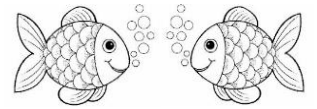
...frischer, aromatischer Weißwein
mit reifen Fruchtnoten



...mal was anderes....

Tintenfische vom Grill € 26,90

serviert auf Kürbiscrème mit gegrillter Polenta



Salate, Vegetarisch & Co

Gut zu wissen: Die **Zupfsalate, Kräuter** und einiges an **Gemüse** wie z.B Mangold, Zucchini, Auberginen, Kohlrabi, Fenchel, Tomaten, Gurken,... (je nach Saison) beziehen wir vom eigenen Anbau oder vom **Biohof „Bachguter“ aus Dorf Tirol** und unterstützen so die solidarische Landwirtschaft. Genießen Sie also umso mehr die sommerliche Frische in unseren Produkten ☺

Tiroler Salat Schüssele

BIO Zupfsalate vom „Bachguterhof“ aus Dorf Tirol

mit gebackener Preiselbeer-Kartoffel-Praline, 

Kastanien und Speck € 17,90



Herbstlicher Rote Beete Salat

mit gegrilltem Ziegenkäse,

Apfelspalten, karamellisierten Walnüssen und Blütenhonig € 18,20

Sonne's „Chefinnen“ Salat -grooßer bunter Salatteller
mit Vellauer Frischkäse, Kräuter-Croutons und Parmesanhobel € 18,50

...oder doch lieber der „Chef“ Salat 😊 € 18,50
mit Hühnerstreifen anstelle von Vellauer Frischkäse

...dazu empfehlen wir :

Knoblauchbaguette € 3,90

Kleiner Brotkorb - zwei Brötchen mit Grissini € 2,50

„ „ mit gesalzener Butter € 3,90



Wirtshausklassiker und Sonne's Spezialitäten

...ganz klassisch, aber immer wieder gut...

Zart geschmortes Rindswangele € 29,30

ganz einfach serviert mit hausgemachtem Kartoffelpüree

... dazu empfehlen wir den *Speck-Kraut-Salat* € 6,20

...herbstliche Gourmet Köstlichkeit

Hirschmedaillons in Rosmarinjus € 34,30

dazu Apfel-Rotkraut



und gebackene Preiselbeer-Kartoffel-Praline

kräftige Rotwein -Empfehlung:

Dorf Tiroler Merlot

...Waldbeeraromen,
samtig, trocken

Lammhüfte...gebraten und in Scheiben geschnitten

auf Kürbis-Creme mit Kartoffelwürfel



und Vernatsch Trauben aus eigenem Anbau € 32,10

...und es gibt sie immer wieder ☺, DIE...

leichte Rotwein -Empfehlung:

Dorf Tiroler Vernatsch

„Patauner“

...fruchtiger Rotwein, in der Nase
mild, samtig, trocken

Kalbsleber „nach Tiroler Art“

in feinen Scheiben geschnitten, braun gebraten,
Apfelscheiben, serviert mit Röstkartoffel € 23,90

... dazu ein kleiner Kraut-Salat ? € 5,80

„Wiener Schnitzel“ vom Schwein € 17,90

mit Pommes ODER hausgemachten **Kartoffelsalat** (= ohne Mayonnaise)

auf Wunsch auch gerne mit Preiselbeeren

...und für die Vitamine empfehlen wir

einen kleinen bunten Salat dazu € 7,20

...leicht und lecker...

Tagliata vom Roastbeefgegrillt und dann in Scheiben geschnitten

auf Rucola mit frischen Tomaten und Parmesanhobel € 27,20

... dazu empfehlen wir eine Portion Kartoffelwedges mit Sauerrahmdip € 6,50

...besonders zart und lecker

Jungschweinefilets, schonend gegart und in Kräutern gebraten € 29,30

mit hausgemachtem Kartoffelgratin, Kürbiscreme und Pak Choi

...dazu empfehlen wir den *Rucola—Zupfsalat mit Tomaten,*

Parmesanhobel und Balsamicodressing € 7,70

“Stirred fried Curry“

Hühnerbrust- Streifen mit buntem Wokgemüse € 26,80

in würziger Kokos-Curry-Soße, serviert mit Reis

Manchmal sollte man sich lieber *Spaghehetti*

statt *Sorgen* machen,

DIE pasta originale:

Spaghetti "alla bolognese" € 14,30

*DIE pasta originale mit hausgemachter Fleischsauce
...und dazu ein kleiner Kraut-Salat? € 5,80*

Spaghetti "al pesto" € 14,50



mit feiner Creme aus frischen Kräutern,
Parmesankäse und Mandeln, verfeinert mit Olivenöl
...und dazu passend einen Rucola-Zupfsalat mit Tomaten,
Parmesanhobel und Balsamicodressing € 7,70

Spaghetti "mediterran" € 16,80



mit allerlei buntem Gemüse und lecker Knoblauch
...dazu empfehlen wir ein leckeres Knoblauchbaguette € 3,90

Spaghetti aglio-olio-peperoncino € 12,70



mit frischem Knoblauch, Olivenöl
und scharfer Pfefferschote

...juchuuuuuu...

Spaghetti "rosso & bianco" € 16,80



mit geschmolzenen Kirschtomaten
und Vellauer Frischkäse
...dazu empfehlen wir ein
leckeres Knoblauchbaguette € 3,90

unsere Pasta-Weinempfehlung:
Montepulciano d'Abruzzo
...körperreicher, italienischer Rotwein



Spaghettata für Zwei

...schlemmen Sie
drei leckere Spaghetti-
Gerichte Ihrer Wahl,
serviert in der großen
Pasta Schüssel
€ 52,00 für Zwei



= mit Tiroler Wurzeln



= vegetarisch



= scharf



Weiter geht es mit...Nudel, Nudel, Nudel & Co

Übrigens, die Sonne ist bei Einheimischen bekannt für die besten Pasta's ☺,

...bei unseren Stammgästen immer wieder beliebt

Schwarze Bandnudeln mit Garnelen € 16,80



Zucchini, Tomatenwürfel, Garnelen (5 Stück), Olivenöl und Knobli
...dazu empfehlen wir ein leckeres Knoblauchbaguette € 3,90

Maccheroni „Chef“ € 16,80

mit scharfer Salami, Zucchini, Knoblauch, Curry, etwas Tomatensoße, Sahne
...und dazu passend einen Rucola-Zupfsalat mit Tomaten,
Parmesanhobel und Balsamicodressing € 7,70

Hausgemachte Bandnudel „al tonno“



mit Thunfisch, Tomatenwürfel, Oliven, Zwiebel und nativem Olivenöl € 16,80
...dazu empfehlen wir ein leckeres Knoblauchbaguette € 3,90

Maccheroni „Sonne“ (=unsere Carbonara ☺) € 16,80

mit Speckstreifen und Radicchio in Sahnesoße,
verfeinert mit Spänen vom Räucherkäse – eben schön deftig à la carbonara
...und dazu ein kleiner bunter Salat? € 7,20

...nach Tiroler Rezepten



Kas-Spatzlen, hausgemacht

Spätzle in Zwiebel leicht angeröstet mit Schmelzkäse € 15,50
... dazu empfehlen wir den Speck-Kraut-Salat € 6,20

Tiroler Nocken-Tris(=ähnlich wie Knödel, nur eine andere Form)



Spinat, Käse und Pilznocken € 15,50
...und darfs dazu ein kleiner bunter Salat sein? € 7,20



Hirtenmaccheroni ...ganz klassisch aber super lecker ☺

mit Ragout, Schinken, Pilze, Erbsen, Sahne, Knobli € 15,20
...und dazu passend einen Rucola-Zupfsalat mit Tomaten,
Parmesanhobel und Balsamicodressing € 7,70

„Der einzige Weg, eine Versuchung loszuwerden,

ist ihr nachzugehen (Oskar Wilde)

...Nicht vergessen: fragen Sie deshalb
auch nach unserer Dessertkarte und dem Schnapstafele ☺...