

# Mahlzeit

im



... weil Essen und Trinken  
Leib und Seele zusammenhält.

# Ein herzliches Grüß Gott im Landhotel Gasthaus Traunstein!

Wir freuen uns über Ihren Besuch  
und werden uns bemühen,  
Ihren Wünschen gerecht zu werden.

In unserem Haus wird sehr viel Wert  
auf die frische Zubereitung der Speisen  
gelegt.

Dadurch kann es zu kleineren Wartezeiten  
kommen, die wir aber natürlich so gering  
wie möglich halten.

Wir wünschen Ihnen eine angenehme Zeit  
in unserem Haus und freuen uns, Sie bald  
wieder bei uns begrüßen zu dürfen.

Guten Appetit wünscht  
Familie Pendl mit Team

# Hausgemachte Suppen



## Kräftige Rindssuppe vom heimischen Biorind

Frittaten

€ 4,20

Kaspressknödel

€ 5,10

## Tomatencremesuppe

Mozzarellawürfel | Sahnehäubchen

€ 5,20

## Knoblauchcremesuppe

Croutons

€ 5,10

# Im Suppentopf serviert



## Abtenauer Suppentopf

Nudeln | Rindfleisch | bunte Gemüsewürfel

€ 5,10



## Traunsteiner Hendlsuppe

Nudeln | Hendlstücke | Gemüsewürfel

€ 5,10

## Knoblauchbrot

€ 4,10

## 1 Stk. Gebäck

€ 1,00

Die gesamten Suppen und Suppeneinlagen ( außer Suppennudeln)  
werden bei uns im Haus selbst gemacht!

# Die Geschichte des Hauses

- 1959 Eröffnung einer kleinen Jausenstation durch Maria und Alois Russegger
- 1960 Ausbau zu einer kleinen Pension
- 1961 Einbau einer Zentralheizung
- 1965 Die ersten Urlaubsgäste im Gasthaus Traunstein damals wurden die Gäste zu Fuß, mit dem „Handwagerl“ für das Gepäck, im Ort abgeholt
- 1970 Übernahme durch Maria und Christian Pendl
- 1976 Zubau und Erweiterung von 12 Zimmern und einem Speisesaal mit 100 Sitzplätzen – „Gasthaus Pension“
- 1998 Übernahme durch Angelika und Franz Pendl
- 2004 Bau des 18-Loch-Minigolfplatzes
- 2007 Umbau und Erweiterung auf 52 Hotelbetten mit Wellnessbereich seit 2007 Mitglied der Landhotels Österreich Gruppe
- 2014 Zubau Carport
- 2015 neue Auffahrt für Rollifahrer
- 2017 Renovierung der Bäder
- 2018 E-Ladestation
- 2019 60-Jahr-Jubiläum im Herbst Wärmedämmung und Erneuerung Balkon
- 2021 Erweiterung des Wellnessangebotes durch Überwasser-Massageliege
- 2022 Renovierung der Gästezimmer
- 2024 Neue Heizung - Umstellung von Öl auf Pellets

# Traditionelles

## Wiener Schnitzel vom Schwein

€ 15,80

Pommes frites | Preiselbeer-Zitrone | Ketchup | Mayonnaise

## Wiener Schnitzel von der Pute

€ 16,80

Pommes frites | Preiselbeer-Zitrone | Ketchup | Mayonnaise

## Gordon Bleu vom Schwein

€ 16,80

Petersilienkartoffeln | Preiselbeer-Zitrone | Ketchup | Mayonnaise

## Gordon Bleu von der Pute

€ 17,80

Petersilienkartoffeln | Preiselbeer-Zitrone | Ketchup | Mayonnaise

## Mixed Grill

€ 17,30

Pute | Schwein | Rind

Pommes frites | buntes Bratgemüse | Kräuterbutter



## würziges Edelgulasch

€ 15,90

## vom Abtenauer Biorind

hausgemachte Butterspätzle

# ... weil Urlaub nicht alle Tage ist

**Buchen, ankommen, wohlfühlen.**

Lassen Sie den Alltag zu Hause und genießen Sie ein paar Tage bei uns.

Ob allein, zu zweit, mit der Familie oder in der Gruppe – wir haben die passenden Angebote für Ihren Urlaub.

Senden sie Ihre Anfrage an

**info@gasthaustraunstein.at**

Wir freuen uns auf Sie.

Tipp: Unser Haus ist vollkommen barrierefrei, zertifiziert nach TÜV Austria.



# und was es sonst noch Gutes gibt ...

## Gemüsewok „Süß-sauer“

mit Basmatireis  
gebratene Putenstreifen

€ 13,90  
€ 15,90

## Burger „Naturell“

hausgemachtes Gemüsepatty | Sauerrahm Dip  
Käse | Salat | Tomaten | Gurke | Pommes frites

€ 13,30

## Tennengauer Kasnock`n

im Pfandl serviert

hausgemachte Butterspätzle | Röstzwiebel

€ 11,90



# Feiern Sie Ihr Fest Bei uns!

Ob Muttertag, Erstkommunion, Familienfeiern, Taufen, Geburtstage, Hochzeiten, ein gemütliches Frühstück oder Seminare und Besprechungen in einem freundlichen Ambiente ...

Bei uns werden Sie fündig!

Gerne stehen wir Ihnen telefonisch unter

**+43 6243 2438**

oder per Mail unter

**[info@gasthaustraunstein.at](mailto:info@gasthaustraunstein.at)**

zur Verfügung.



# Herzhaftes Salatwelt

## gemischter Salat

klein (4 verschiedene Sorten | Blattsalat)

groß (6 verschiedene Sorten | Blattsalat)

€ 4,20

€ 5,40

## Traunsteiner Salatschüssel

gebratene Putenstreifen | Joghurtdressing

rosa gebratenes Rindsentrecôte | Joghurtdressing

€ 12,90

€ 16,10

## Backhendlsalat

Erdäpfel-Blattsalat | Kernöl | Preiselbeeren

Balsamico-Lack

€ 14,90

# Woher kommt unser Name?



Die östlichen Ausläufer des Tennengebirges sind der Kleine und der Große Traunstein.

Da diese Berge unser „Ausblickspanorama“ sehr mächtig umrahmen, wurde unser Haus danach benannt.

## Gasthaus Traunstein und Social Media

Besuchen Sie uns auch auf Facebook, Instagram oder Twitter und erfahren Sie immer die tollsten Neuigkeiten.



Lieber Guest!

Für die Verwendung von Produkten aus umliegenden Regionen bzw. aus Österreich wurden wir mit dem AMA-Gütesiegel ausgezeichnet. Wir legen sehr viel Wert auf die Verarbeitung heimischer Produkte.

So wird in unserem Haus ausnahmslos Bio-Rindfleisch aus Abtenau, Schweinefleisch aus Österreich und Gemüse aus der Region verarbeitet.



Unser Betrieb ist Mitglied der Genussregion Österreich.

[www.genuss-region.at](http://www.genuss-region.at)



- **Rind**  
Fam. Russegger – Seethalbauer, Abtenau  
Fam. Schnitzhofer- Thurnbauer, Abtenau
- **Fleischerei** Ablinger, Oberndorf
- **Schwein**  
Fleischerei Ablinger, Oberndorf
- **Tennengauer Gebirgslamm**  
Rupert Neureiter / Scheffau  
[www.tennengau.com/genuss-region-tennengauer-berglamm](http://www.tennengau.com/genuss-region-tennengauer-berglamm)
- **Milchprodukte**  
aus Österreich mit dem AMA-Gütesiegel
- **Käse**  
Genussregion Tennengauer Almkäse  
[www.tennengau.com/genuss-region-tennengauer-almkaese](http://www.tennengau.com/genuss-region-tennengauer-almkaese)
- **Eier**  
Fam. Windhofer- Thalgerbauer, Abtenau (Bodenhaltung)
- Erdäpfel, Gemüse und Obst der Saison  
Frucht und **Gemüsehof Eisl**, Wals-Siezenheim



# Kinderschmankerl



## Aladdin

€ 6,80

Knusprige Hähnernuggets

Pommes frites | Ketchup | Mayonnaise



## Mickey Maus

€ 7,10

Kleines Schnitzel „Wiener Art“

Pommes Frites | Ketchup | Mayonnaise



## Goofy Teller

€ 5,50

Kindergillwürstchen

Pommes Frites | Ketchup | Mayonnaise



## Simba

€ 6,30

Fischstäbchen

Kartoffeln | Ketchup | Mayonnaise



## Cinderella

€ 5,20

2 Stk. Palatschinken gefüllt mit

hausgemachter Marillenmarmelade

Der Verzehr von mitgebrachten Speisen und Getränken ist im Restaurant- und Terrassenbereich nicht gestattet.

Wir bitten um Ihr Verständnis!

Informationen über Zutaten in unseren Speisen, die Allergien oder Unverträglichkeiten auslösen können, erhalten Sie gerne von unseren MitarbeiterInnen!

## Die 14 Allergene

Allergeninformation gemäß Codex-Empfehlung



GLUTENHALTIGES  
GETREIDE  
UND DARAUS  
GEWONNENE  
ERZEUGNISSE



KREBSTERE  
UND DARAUS  
GEWONNENE  
ERZEUGNISSE



EIER VON  
GEFLÜGEL  
UND DARAUS  
GEWONNENE  
ERZEUGNISSE



FISCH UND  
DARAUS  
GEWONNENE  
ERZEUGNISSE  
(AUSSER  
FISCHGELATINE)



ERDNUESSE  
UND DARAUS  
GEWONNENE  
ERZEUGNISSE



SOJABOHNNEN  
UND DARAUS  
GEWONNENE  
ERZEUGNISSE



MILCH VON  
SÄUGETIEREN  
UND MILCHER-  
ZEUGNISSE  
(INKLUSIVE  
LAKTOSE)



SCHALENFRÜCHTE  
UND DARAUS  
GEWONNENE  
ERZEUGNISSE



SELLERIE  
UND DARAUS  
GEWONNENE  
ERZEUGNISSE



SENF UND  
DARAUS  
GEWONNENE  
ERZEUGNISSE



SESAMSAMEN  
UND DARAUS  
GEWONNENE  
ERZEUGNISSE



SCHWEFELDIOXID  
UND SULFITE



LUPINEN  
UND DARAUS  
GEWONNENE  
ERZEUGNISSE



WEICHTIERE WIE  
SCHNECKEN,  
MUSCHELN,  
TINTENFISCHE  
UND DARAUS  
GEWONNENE  
ERZEUGNISSE

# Zum süßen Abschluss

## Hausgemachter Apfelstrudel

ohne Schlagobers	€ 4,50
mit Schlagobers	€ 5,20
mit Vanillesauce	€ 6,10

## Topfenstrudel

ohne Schlagobers	€ 4,50
mit Schlagobers	€ 5,20
mit Vanillesauce	€ 6,10



## Hausgemachter Schokokuchen

€ 7,50  
eine Kugel Vanilleeis  
Schokosoße | Schlagobers

## 1 Tasse verlängerter

kleines Stück Apfelstrudel   Schlag	€ 5,80
kleines Stück Topfenstrudel   Schlag	€ 5,80
1 Kugel Vanilleeis   Schlag	€ 4,70

## Alkoholfreie Getränke

Almdudler – Flasche 0,33l **€ 3,50**  
Nestea Pfirsich Eistee – Flasche 0,33l **€ 3,50**

Gasteiner Tafelmineralwasser - 0,33l € 2,90  
prickelnd / still

Soda / Zitrone - 0,25l	€ 2,20
Soda / Zitrone - 0,5l	€ 3,80

Apfelsaft oder Orangensaft - 0,2l € 3,30

Apfelsaft oder Orangensaft - 0,3l  
mit Leitungswasser € 3,00

Apfelsaft oder Orangensaft - 0,5l € 4,20  
mit Leitungswasser

Apfelsaft oder Orangensaft – 0,25l € 3,00  
mit Sodawasser gespritzt

Apfelsaft oder Orangensaft - 0,5l  
mit Sodawasser gespritzt € 4,50

Diverse Rauchsäfte - 0,2l € 3,30  
Marille / Erdbeere/ Multivitamin / Mango / Johannisbeere

mit Sodawasser gespritzt – 0,5l	€ 1,20
mit Leitungswasser gespritzt - 0,5l	€ 0,90

Falls Sie eine Konsumationsrechnung benötigen, bitte diese an der Bar abholen.

Vielen Dank!



Der Verzehr von mitgebrachten Speisen und Getränken ist im Restaurant- und Terrassenbereich nicht gestattet.

Wir danken für Ihr Verständnis!

# Bierspezialitäten

Kaiser Bier vom Fass - 0,3l	€ 4,40
Kaiser Bier vom Fass - 0,5l	€ 5,20
Kaiser Sportradler vom Fass - 0,3l	€ 4,50
Kaiser Sportradler vom Fass - 0,5l	€ 5,40
Edelweiss Hefebier vom Fass - 0,3l	€ 4,50
Edelweiss Hefebier vom Fass - 0,5l	€ 5,40
Edelweiss Hefebier dunkel - 0,5l	€ 5,40
Dunkles Bier (Doppelmalz) - 0,5l	€ 5,40
Edelweiss Hefebier Alkoholfrei - 0,5l	€ 5,40
Gösser Naturgold Alkoholfrei - 0,5l	€ 5,40

# Spritzer

Weiss / Rot Wein gespritzt - 0,25l	€ 3,60
Weiss / Rot Wein gespritzt - 0,5l	€ 7,20
Weiss / Rot Wein gespritzt süß - 0,25l	€ 3,90
Weiss / Rot Wein gespritzt süß - 0,5l	€ 7,80
Aperolspritz - 0,25l	€ 5,20
Hugo - 0,25l	€ 5,20

Fragen Sie nach unserer Weinkarte!

# Jetzt schon an den Sommer denken ...



Mama, ich kann das schon alleine!  
Spass und Action für die (nicht mehr ganz so) Kleinen am Erlebnisspielplatz mit Niederseilgarten und bei der Minigolfanlage .



Gemütlich rauf und rasant herunter ...  
Mit der Karkogel Kombibahn  
und der Sommerrodelbahn



Geführte Wanderungen und Spaziergänge  
Für jeden Fitnesstyp unter den Naturliebhabern ist etwas dabei.



Sommer, Sonne, Sonnenschein – Erfrischung gefällig?  
Die bekommen Sie – direkt im Ort:  
im Erlebnisbad Abtenau!



Lust auf „etwas Anderes“?  
Outdoor-Action ist bei Tuben, Raften  
oder Canyoning garantiert



TennengauCard –  
viele Ermäßigungen, Rabatte  
und Zusatzleistungen

# Cappuccino & Co

Tasse Kaffee	€ 3,50
Haferlkaffee	€ 3,70
Kleiner Brauner	€ 3,20
Großer Brauner	€ 4,40
Café Latte	€ 4,20
Espresso mit viel Milchschaum	
Cappuccino	€ 3,70
Verlängerter mit Milchschaum	
Cappuccino	€ 3,90
Verlängerter mit Schlag	
Cappuccino „Special“	€ 3,90
Verlängerter mit einem Schuss Schokolade	
1 Tasse Verlängerter	
mit einem kleinem Stück Apfelstrudel mit Schlag	€ 5,80
mit einem kleinem Stück Topfenstrudel mit Schlag	€ 5,80
mit 1 Kugel Vanilleeis mit Schlag	€ 4,70

# Heißes und Gehaltvolles

Diverse Teesorten	€ 3,60
Schwarztee   Grüner   Früchte   Pfefferminz	
Kamille   Kräuter   Ingwer ...	
Schwarzer Tee mit 2 cl Rum	€ 5,20
Heiße Schokolade ohne Schlag	€ 3,80
Heiße Schokolade mit Schlag	€ 4,20

# ... und nach dem Essen?

## ... vielleicht auf Schatzsuche?

### Die Sage von der Goldquelle

Alljährlich kamen früher auf die so genannte Kloiber Ötz bei Radochsberg zwei unbekannte Männer von weit her. Sie stellten ein großes Gefäß unter den dortigen Quellenausfluss und nahmen dafür das andere Gefäß mit, das sie im Vorjahr untergestellt hatten. Dieses war aber dann jedes Mal bis zum Rande mit purem Gold gefüllt!

Als die beiden wieder einmal kamen, sagten sie zum Kloiberbauer: »Wir haben nun aus der Quelle so viel Gold gewonnen, dass wir unser ganzes Leben genug haben. Komm mit, dass wir auch dir den Platz zeigen können.« Der Kloiber ging jedoch nicht mit, denn er war der Meinung, er müsse doch alle Quellen auf seinem Grund kennen und werde daher die eine auch finden.

Die Männer verließen das Tal und wurden nie wieder gesehen; der Kloiberbauer aber suchte und suchte – doch vergeblich – er konnte das Goldbrünnlein nicht mehr finden. Nach anderen Erzählungen soll auch im Abfluss des Trickl-Wasserfalles der nächst Abtenau aus dem Tennengebirge hervorbricht, vorzeiten Gold gefunden worden sein.

### Geomantie der Sage

Bei vielen Sagen, wo Gold im Berg oder in einer Quelle gefunden wird, meint man oftmals die besonders starke Energie des Ortes bzw. Wassers. Solch heilkäftiges Wasser ist ja so kostbar wie das Gold.

## Schnäpse

Bauernobstler - 2cl	€ 2,80
Zwetschkenschnaps - 2cl	€ 3,00
Marillenschnaps - 2cl	€ 3,10
Williamsschnaps - 2cl	€ 3,10
Haselnusssschnaps - 2cl	€ 3,30
Höllengeist Kräuterschnaps 56% - 2cl	€ 3,20
Jägermeister - 2cl	€ 3,10
Underberg in der Flasche - 2cl	€ 3,10

## Liköre

Amaretto - 2cl	€ 3,20
Bailys Whisky Cream - 2cl	€ 3,20
Zirbe - 2cl	€ 3,10
Walnusslikör - 2cl	€ 3,00

**Landhotel Gasthaus Traunstein**  
**Ihr barrierefreies Familienhotel in Abtenau**  
Au 66  
5441 Abtenau  
Tel: 0043/ (0) 6243-2438

E-Mail : [info@gasthaustraunstein.at](mailto:info@gasthaustraunstein.at)  
[www.gasthaustraunstein.at](http://www.gasthaustraunstein.at)

<http://www.facebook.com/gasthaustraunstein>