



3 ZINNEN
DOLOMITES

WARME KÜCHE
CUCINA CALDA
KITCHEN IS OPEN
11:30-15:30

MENU HENN STOLL RIFUGIO POLI AIO

ONLINE
MENU



**HERZLICH
WILLKOMM**

**UN CALORO
BENVENUT**

**A WARM
WELCOME**





MEN OSO O



KALTE VORSP ANTIPASTI COLD STARTER



SÜDTIROLER SPECKTELLER

mit Kren und Gurken

TAGLIERE DI SPECK DELL'ALTO ADIGE

con salsa rafano e cetrioli

SOUTH TYROLEAN BACON PLATE

with horseradish and gherkins

€ 13,50

PEISEN

ERS



RINDERCARPACCIO auf Bergsalat mit Apfelspalten, Walnüssen und Dressing

CARPACCIO DI MANZO su insalatina di Montagna con spicchi di mele, noci e salsa dressing

BEEF CARPACCIO on mountain salad with apple wedges, walnuts and dressing

€ 16,00



BRETTLJAUSE mit Südtiroler Aufschnitt und Käse von der Käserei Sexten und dem Unter-Oltl Hof, serviert mit Kren und Gurken

TAGLIERE TIROLESE con salumi tipici e formaggi della latteria di Sesto e del maso Unter-Oltl con salsa rafano e cetrioli

SELECTION OF SOUTH-TYROLEAN SAUSAGES AND CHEESE from Sesto cheese dairy and the Unter-Oltl farm, served with horseradish sauce and gherkins

€ 16,00

3 ZINNEN ALMENTELLER Drei kleine „Zigolan“ aus Kuhmilch von der Käserei Sexten und Ziegenmilch vom Unter-Oltl Hof, mit Salat und gegrilltem Gemüse

TAGLIERE DELLE MALGHE 3 ZINNEN Tre “Zigolan” piccoli di formaggio fresco di mucca della latteria di Sesto e di capra del maso Unter-Oltl con insalatina e verdure grigliate

3 ZINNEN PASTURE PLATE Three small “zigolan” from cows from the Sesto dairy and goats from the Unter-Oltl farm with salad and grilled vegetables

€ 15,00





SUPPEN ZUPPE SOUPS



GULASCHSUPPE

mit Schwarzbrot-Croutons

ZUPPA DI GULASCH

con crostini di pane nero

GOULASH SOUP with brown bread

€ 11,00



TIROLER GERSTESUPPE

mit Spinat-Topfen-Tirtl

ZUPPA D'ORZO ALLA TIROLESE

con "tirtl" ripieno di spinaci e ricotta

TYROLEAN BARLEY SOUP with "Tirtl"

filled with spinach and curd cheese

€ 10,50



ZWEI SPECKKNÖDEL in der Suppe

DUE CANEDERLI DI SPECK in brodo

BROTH WITH TWO BACON DUMPLINGS

€ 10,00

VORSPEISEN PRIMI PIATTI WARM STARTERS



VEGGIE

ohne Speck
senza guanciale
without bacon
€ 14,00

DINKEL-TAGLIATELLE mit
Graukäsesauce und knusprig
gebratenem Wangenspeck

TAGLIATELLE AL FARRO con fonduta di
formaggio grigio e guanciale croccante

SPELT TAGLIATELLE with grey cheese
sauce and crispy bacon cheeks
€ 14,50

THYMIANNUDELN mit Lammragout

PASTA AL TIMO con ragù di agnello

HOMEMADE THYME PASTA
with lamb ragout

€ 14,80



POLLAIO



HENNSTOLL-NUDELPFANDL Nudeln mit Tomaten, Wurstragout, Pilzen, Paprika, Chili und Sahne

PADELLA DEL POLLAIO pennine con pomodoro, ragù di salsiccia, funghi, peperoni, peperoncino e panna

HENNSTOLL-PAN pasta with tomato, sausage ragout, mushrooms, peppers, chili and cream

€ 13,00



TIROLER PRESSKNÖDEL mit Parmesan, zerlassener Butter und Krautsalat

CANEDERLI PRESSATI su insalatina di crauti con parmigiano e burro fuso

PRESSED DUMPLINGS with parmesan cheese and melted butter served on cabbage salad

€ 13,50



KARTOFFELGNOCCHI mit Wildragout
GNOCCHI DI PATATE con ragù di selvaggina

POTATO GNOCCHI with venison ragout
€ 14,30



SPINATSPÄTZLE
mit Rahm und Schinken

SPÄTZLI DI SPINACI
con panna e prosciutto

SPINACH SPÄTZLE
with cream and ham

€ 12,50

PENNE mit Fleischragout oder Tomatensauce

PENNE ragù o pomodoro

PENNE with bolognese or tomato sauce

€ 10,70



BURGER



P O L L A I O



HENNSTOLL BURGER Brot mit Hamburger vom Angusrind, Bauchspeck, Käse, Salat und Crisper-Kartoffeln mit scharfer Sauce

HENNSTOLL BURGER panino con hamburger di Angus, pancetta, formaggio, foglie di insalata verde con patate Crispers e salsa piccante

HENNSTOLL BURGER sandwich with Angus hamburger, bacon, cheese, salad and crispers with spicy sauce

€ 18,70



KRAMPUS BURGER Schwarzer Burger Bun aus Aktivkohle, Chianina Hamburger, rote Zwiebel, grüne Salatblätter, scharfe Sauce und Kartoffel

KRAMPUS-BURGER Pane nero al carbone con hamburger di Chianina, cipolla rossa, pomodoro a fette, foglie di insalata verde e salsa extra piccante con patate novelle

KRAMPUS BURGER Black Coal Burger Bun, Chianina Hamburger, Red Onion, Green Lettuce Leaves, Hot Sauce and potatoes

€ 18,70



PITA BROT Brot mit englischem Roastbeef, Salat, Parmesanraspeln, Joghurtsauce und Maxi Chips

PITA BROT panino con Roastbeef all'inglese, scaglie di grana, foglie di insalata verde e salsa allo yogurt con maxi chips

PITA BROT sandwich with Angus hamburger, bacon, cheese, salad and crispers with spicy sauce

€ 15,50

HAUPTSPEISEN SECONDI PIATTI MAIN COURSE



SPARERIBS mit Pommes frites

SPARE RIBS con patate fritte

SPARE RIBS with french fries

€ 16,50



WIENERSCHNITZEL mit Pommes

MILANESE con patate fritte

CRUMBED ESCALOPE with french fries

€ 17,50



SPIEGELEIER mit Speck und Röstkartoffeln

PADELLA CON UOVA, speck e patate

FRIED EGGS with bacon and roast potatoes

€ 13,50



CHICKEN WINGS mit Pommes frites und Chilisauce

ALETTE DI POLLO con patate fritte e salsa chili

CHICKEN WINGS with french fries and chili sauce

€ 14,80



BERG-TELLER mit Bratwurst, Polenta und Käse vom Grill

PIATTO DI MONTAGNA con salsiccia, polenta e formaggio alla piastra

MOUNTAIN-PLATE with sausage, polenta and grilled cheese

€ 16,40



VEGGIE

VEGETARISCHER BERG-TELLER mit Käse vom Grill und Polenta

PIATTO DI MONTAGNA VEGETARIANO con formaggio alla piastra e polenta

VEGETARIAN MOUNTAIN-PLATE with grilled cheese and polenta

€ 14,30



GEBRATENES HÄHNCHEN mit Kartoffel

GALLETTO ALLO SPIEDO con patate novelle

SPIT-ROASTED CHICKEN with potatoes

€ 19,00

WIENER WÜRSTEL mit Pommes frites

WIENER WURSTEL con patate fritte

VIENNESE SAUSAGE with french fries

€ 11,40



FLEISCH VOM GRILL CARNI AL GRILL GRILLED MEAT

MIT DEM SPEZIELLEN ELEKTRO-BEEF-GRILL braten wir unser Fleisch für kurze Zeit zwischen 800 und 1.000 °C an – eine besonders gesunde, fettfreie Zubereitungsart. Durch die rasche und hohe Hitzeeinwirkung verschließen sich die Poren des Fleisches sehr schnell, außen bildet sich eine karamellisierte Kruste und der Kern bleibt saftig und geschmackvoll. Die Besonderheit dieser Art zu Grillen: jede Fleischsorte behält ihren Eigengeschmack.

CON LA SPECIALE GRIGLIA ELETTRICA BEEF GRILL, la nostra carne viene cotta dagli 800 ai 1.000 °C per brevissimo tempo, una preparazione particolarmente sana perché priva di grassi. Grazie al calore veloce ed elevato i pori della carne si chiudono molto rapidamente, all'esterno si forma una crosticina caramellata e l'interno rimane succulento e saporito. La particolarità del nostro sistema di griglia, è che ogni carne conserva il suo proprio gusto.

WITH THE SPECIAL ELECTRIC BEEF GRILL at temperatures of 800 – 1000 °C we use extremely short treatment times with no additional fat – a very healthy way of cooking. Thanks to the rapid and powerful effect of the heat, the pores of the meat close very quickly, forming a caramelised crust on the outside of the meat with the core staying juicy and tasty. Due to this every meat keeps its own taste.



BEILAGE / CONTORNO / SERVED WITH

Grillgemüse und
Maxi Chips als Beilage!
Contorno di verdure
grigliate e maxi chips!
Served with grilled
vegetables and
maxi chips!

TAGLIATA VOM RIND

auf Rauke mit Parmesanraspeln

TAGLIATA DI MANZO

su letto di rucola e
scaglie di grana

SLICED BEEF STEAK

served on a bed of rocket
and rasped parmesan

€ 24,60



Dazu empfehlen wir / abbina con /
wine recommendation:

**Chianti Classico DOCG Castello
Fonterutoli**

RIB-EYE-STEAK 400 g

€ 30



Dazu empfehlen wir / abbina con /
wine recommendation:

Lagrein DOC Ansitz Waldgreis

RINDSFILET

FILETTO DI MANZO

BEEF TENDERLOIN

200 g € 27,00

250 g € 33,00

300g € 39,00



Dazu empfehlen wir / abbina con /
wine recommendation:

**Cuvée Feld Riserva DOC,
Kellerei Kaltern**

FIORENTINA STEAK 1.000 g

für 2 Personen / per 2 persone /
for 2 persons

€ 65,00



Dazu empfehlen wir / abbina con /
wine recommendation:

**Morellino di Scansano Riserva
Bronzone DOCG
Tenuta Belguardo**

TOMAHAWK

für 2 Personen / per 2 persone /
for 2 persons

€ 68,00



Dazu empfehlen wir / abbina con /
wine recommendation:

Merlot Riserva Klausner DOC

SALATE INSALATE SALADS



POLLAIO



VEGETARISCHER SALAT Saisonale gemischter Salat und frisches Gemüse mit gegrilltem Ziegenfrischkäse vom Bauernhof Unter-Oltl in Mohnkruste und geröstetem Brot mit Olivenöl

INSALATA VEGETARIANA insalata mista e verdure fresche con formaggio di capra fresco del maso Unter-Oltl grigliato con semi di papavero e crostoni di pane all'olio di oliva

VEGETARIAN SALAD Seasonal mixed salad and fresh vegetables with grilled fresh goat cheese from the Unter-Oltl farm in a poppy seed crust and toasted bread with olive oil

€ 14,70

**BROTKÖRBCHEN
CESTINO DI PANE
BASKET OF BREAD**

€ 3,00



VEGANER SALAT Saisonale gemischter Salat und frisches Gemüse mit Kichererbsen, Feigen und getrockneten Tomaten

INSALATA VEGANA Insalata mista e verdure fresche con ceci, fichi e pomodori secchi

VEGAN SALAD Seasonal mixed salad and fresh vegetables with chickpeas, figs and dried tomatoes

€ 14,00



HENNSTOLL SALAT Saisonale gemischter Salat und frisches Gemüse mit gegrillten Hühnerbruststreifen

INSALATA HENNSTOLL insalata mista e verdure fresche con tagliata di petto di pollo alla griglia

HENNSTOLL SALAD seasonal salad and fresh vegetables with grilled stripes of chicken breast

€ 14,90

FÜR UNSERE KLEINEN GÄSTE PER I NOSTRI PICCOLI OSPITI FOR OUR LITTLE GUESTS



PASTA MIT TOMATENSAUCE
PASTA AL POMODORO
PASTA WITH TOMATO SAUCE

€ 7,00

PASTA MIT RAGOUT
PASTA AL RAGÙ
PASTA WITH BOLOGNESE SAUCE

€ 7,00



WIENER WÜRSTEL mit Pommes frites

WIENER WURSTEL con patate fritte

VIENNESE SAUSAGE with french fries

€ 8,70



CHICKEN NUGGETS paniert mit
Cornflakes mit Pommes frites

BOCCONCINI DI POLLO impanati con
cornflakes fritti con patate fritte

CHICKEN NUGGETS breaded with
corn flakes with french fries

€ 11,00



WIENER SCHNITZEL mit Pommes frites

MILANESE con patate fritte

CRUMBED ESCALOPE with french fries

€ 11,00



SPINATSPÄTZLE
mit Rahm-Schinken-Sauce

SPÄTZLI DI SPINACI
con panna e prosciutto

SPINACH "SPÄTZLE"
with ham-cream-sauce

€ 7,00



SPARE RIBS mit Pommes frites

SPARE RIBS con patate fritte

SPARE RIBS with french fries

€ 11,00

DESSERTS



GERMKNÖDEL mit Vanillesauce,
Mohnsamen und Kakao

GERMKNÖDEL con salsa alla vaniglia,
semi di papavero e cacao

YEAST DUMPLING with vanilla sauce,
poppy seeds and cacao
€ 9,00

APFELSTRUDEL € 5,60
mit Vanillesauce + € 1,00

STRUDEL DI MELE € 5,60
con salsa alla vaniglia + € 1,00

APPLE STRUDEL € 5,60
with vanilla cream + € 1,00





APFELKÜCHLEIN mit Vanillesauce
und Preiselbeermarmelade

FRITTELLE DI MELE con salsa vaniglia
e marmellata di mirtilli rossi

FRIED APPLE RINGS with vanilla cream
and lingonberry jam

€ 9,50



PANCAKE MIT NUTELLA,
Vanilleeis und Sahne

PANCAKE CON NUTELLA,
gelato alla vaniglia e panna

PANCAKE WITH NUTELLA
and vanilla ice cream and whipped cream

€ 7,60



TIRAMISÙ

€ 6,00



HEISSE LIEBE Vanilleeis mit
heißen Himbeeren und Sahne

HEISSE LIEBE gelato alla vaniglia
con lamponi caldi e panna

HEISSE LIEBE Vanilla ice cream,
hot raspberry and whipped cream

€ 7,60

SACHERTORTE
TORTA SACHER
“SACHER” CAKE

€ 5,50



1 KUGEL EIS
1 PALLINA DI GELATO
1 SCOOP OF ICE CREAM

€ 1,80

PORTION SAHNE
PORZIONE PANNA
WHIPPED CREAM

€ 1,00

WEINKARTE

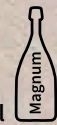
LISTA DEI VINI

WINE LIST

SCHAUMWEINE

BOLLICINE

SPARKLING WINES

	0,75l 	1/8l 	1,5l 
Prosecco Superiore DOCG Prapian Col De L' Utia Brut Prapian	€ 24,00	€ 4,00	
Arunda Brut DOC Kellerei Arunda	€ 36,00	€ 6,00	
Brut Nature DOC Kellerei Kaltern	€ 39,00		
QBlack Brut Franciacorta DOCG Brut Quadra	€ 36,00	€ 6,00	€ 72,00
Ayala Mayeur Champagne AOC Vallée de la Marne	€ 76,00		
Prosecco DOC Rosé Brut azienda agricola Le Colture	€ 24,00	€ 4,00	

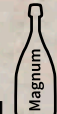
WEISSWEINE

VINI BIANCHI

WHITE WINES

	0,75l 	1/8l 
Weißburgunder Riserva Fellis DOC Weingut Besserehof	€ 44,00	
Chardonnay DOC Kellerei Kaltern	€ 27,60	€ 4,60
Chardonnay Lafóa DOC Kellerei Schreckbichl	€ 42,00	
Porer Pinot Grigio DOC Weingut Alois Lageder	€ 32,00	
Gennen Sauvignon DOC Kellerei Nals Margreid	€ 28,80	€ 4,80
BIO-Weißwein Kuckuck Weingut Vogelsanghof	€ 33,00	€ 5,60
Kerner Eisacktaler DOC Kellerei	€ 27,60	€ 4,60
Gewürztraminer DOC Kellerei Kaltern	€ 27,60	€ 4,60
Büchsenöffner Weingut Pitzner	€ 27,60	€ 4,60
Felugan Lugana DOC Azienda Agricola Feliciana	€ 24,00	€ 4,00
Lagrein Rosé DOC Weingut Hans Rottensteiner	€ 27,60	€ 4,60

ROTWEINE VINI ROSSI RED WINES

	0,75l 	1/8l 	1,5l 
Per sé Kalterersee Classe Superiore DOC Weingut Elena Walch	€ 28,80	€ 4,80	
St. Magdalener Classico DOC Ansitz Waldgreis	€ 27,00	€ 4,50	
Patricia Pinot Noir DOC Kellerei Girlan	€ 30,00	€ 5,00	€ 60,00
Praesulis Pinot Noir DOC Weingut Gump Hof	€ 47,00		
Lagrein DOC Kellerei Tramin	€ 27,00	€ 4,60	
Lagrein DOC Ansitz Waldgreis	€ 30,00	€ 5,00	
Ronc Riserva DOC Weingut Griesbauerhof	€ 45,00		
Klausner Merlot Riserva DOC Weingut Kobler	€ 36,00	€ 6,00	
Feld Cabernet-Merlot Riserva DOC Kellerei Kaltern	€ 30,00	€ 5,00	
Anticus Merlot Cabernet Riserva DOC Kellerei Nals Margreid	€ 60,00		
Cabernet Sauvignon DOC Weingut J. Hofstätter	€ 28,80	€ 4,80	
Teroldego Rotaliano Superiore Riserva DOC Cantina Rotaliana	€ 30,00	€ 5,00	
Fonterutoli Chianti Classico DOCG Tenuta Castello di Fonterutoli	€ 36,00	€ 6,00	
Morellino di Scansano Riserva Bronzone DOCG Tenuta Belguardo	€ 34,20	€ 5,70	
Valpolicella Ripasso Superiore DOC Monti Garbi Tenuta Sant'Antonio	€ 30,00	€ 5,00	

OFFENER WEISS- UND ROTWEIN VINO BIANCO E ROSSO SFUSO OPEN RED AND WHITE WINE

1 Glas/al bicchiere/ 1 glass	€ 2,00
1/4 l	€ 4,00
1/2 l	€ 8,00
1 l	€ 16,00

SPECIAL

JEDEN SAMSTAG & SONNTAG

09:00 – 12:00 Uhr

Weißwurst & Brezel

OGNI SABATO & DOMENICA

ore 09:00 – 12:00

Salsiccia bianca & brezel

EVERY SATURDAY & SUNDAY

09:00 – 12:00

Bavarian sausage & pretzel



WINTER 23/24

DIENSTAG/MARTEDÌ/TUESDAY

26.12.23 – 15.03.24

Nachtskifahren & -rodeln/ Sci & slittino in notturna/ Night skiing & sledging

📍 Haunold / Monte Baranci

19:00 – 22:00
Hütten / Rifugi / Huts: OPEN
dreizinnen.com/nightskiing

MITTWOCH/MERCOLEDÌ/WEDNESDAY

27.12.23 – 06.03.24

Geführter „Giro delle Cime“/ “Giro delle Cime” guidato/ Guided “Giro delle Cime”

Anmeldung erforderlich/
Registrazione richiesta/
Registration required
dreizinnen.com/guidedgiro

FREITAG/VENERDÌ/FRIDAY

26.12.23 – 15.03.24

Nachtskifahren & -rodeln/ Sci & slittino in notturna/ Night skiing & sledging

📍 Haunold / Monte Baranci

19:00 – 22:00
Hütten / Rifugi / Huts: OPEN
dreizinnen.com/nightskiing

SAMSTAG & SONNTAG/SABATO & DOMENICA/SATURDAY & SUNDAY

02.12.23 – 07.04.24

Weißwurst Frühstück/ Colazione con Weißwurst/ Weißwurst Breakfast

📍 Hennstoll / Rifugio Pollaio

9:00 – 12:00
dreizinnen.com/weisswurst

TÄGLICH/OGNI GIORNO/DAILY

01.12.23 – 07.04.24

Helmjet VIP Experience

📍 Helm / Monte Elmo

Kulinarisches Highlight mit Aussicht/
highlight culinario con vista/
culinary highlight with a view

Anmeldung erforderlich/
Registrazione richiesta/
Registration required
dreizinnen.com/vipwinter

FOLLOW US AND SHARE YOUR 3 ZINNEN MOMENTS



@3ZINNENDOLOMITES



@3ZINNENDOLOMITES
#3ZINNENDOLOMITES

ALLERGENE/ALLERGENI/ALLERGENS

Bei Allergien oder Unverträglichkeiten teilen Sie dies bei der Bestellung bitte unseren Mitarbeitern mit.

In caso di allergie e intolleranze, siete pregati di rivolgervi al personale.

In case of allergies, you are kindly requested to inform the staff.

- Getreide – Gluten/Cereali Glutine/
Cereals with gluten
- Krustentiere/Crostacei/Shellfish
- Eier und deren Produkte/
Uova e prodotti derivati/Eggs and egg products
- Fische und deren Produkte/Pesce e prodotti
derivati/Fish and fish products
- Cashewnuss/Arachidi/Cashew nuts
- Anhydrid sulfidisch/Anidride solforosa/
Sulfur dioxide
- Nussfrüchte/Frutta a guscio/Nut fruits
- Lupinen/Lupini/Lupine
- Muschel-Weichtiere/Molluschi/Clams
- Soja und Produkte/Soja e derivati/
Soy and soy products
- Milch und Milch-Produkte/
Latte e prodotti a base di latte/
Milk and milk products
- Sellerie/Sedano/Cellery
- Senf/Senape/Mustard
- Sesamsamen/Semi di sesamo/Sesam seeds

Falls erforderlich, verwenden wir auch Tiefkühlprodukte.
Se necessario usiamo anche prodotti surgelati.
If required, we also use frozen products.





**LASS ES DIR
SCHMECKEN
GODITELO
ENJOY IT!**

GOOD TO SEE



RIESE HAUNOLD HÜTTE
RIFUGIO GIGANTE BARANCI

+39 0474 916 582 / +39 366 574 22 55

📍 Haunold – Innichen /
Monte Baranci – San Candido



HELMRESTAURANT
RISTORANTE MONTE ELMO

+39 0474 710 255

📍 Helm – Sexten / Monte Elmo – Sesto



PUNKA BAR

+39 0474 705 331

📍 Vierschach / Versciaco



SKIHÜTTE COL D'LA TENDA
RIFUGIO COL D'LA TENDA

+39 0474 705 253

📍 Ski Area Val Comelico – Padola