



MENU

All prices include service charge and tax.
Please consult our service hosts about allergens and declarations.

Alle Preise verstehen sich inklusive Service und MwSt.
Bei Fragen zu Allergenen und Deklarationen geben Ihnen unsere Service-Gastgeber gerne Auskunft.

Tous les prix incluent la TVA et le service.
Veuillez vous adresser à notre équipe de salle pour toute question concernant les allergènes et l'origine des produits.



TSUTOMU KUGOTA

HEAD CHEF AND SUSHI MASTER

Originally from Kobe where he trained for several years, it is after an international career between Tokyo, New York and Athens that Kugota Tsutomu settled in Gstaad in 2012.

He has been the Sushi Master of the Japanese restaurant Megu since its opening and this year he celebrates 10 years of career at The Alpina Gstaad. In this new menu, we are happy to take you to a journey in his gastronomic universe and experience the extent of his savoir-faire and creativity.

Ursprünglich aus Kobe, wo er mehrere Jahre lang ausgebildet wurde, hat sich Kugota Tsutomu nach einer internationalen Karriere zwischen Tokio, New York und Athen im Jahr 2012, in Gstaad niedergelassen.

Er ist der Sushi Meister des japanischen Restaurants Megu seit dessen Eröffnung und feiert dieses Jahr sein 10-jähriges Jubiläum im The Alpina Gstaad.

Wir freuen uns, Sie in diesem neuen Menü auf eine Reise in sein gastronomisches Universum mitzunehmen und Ihnen das Spektrum seines Könnens und seiner Kreativität zu zeigen.

Originaire de Kobé où il a fait ses armes pendant plusieurs années, c'est après une carrière internationale entre Tokyo, New York et Athènes que Kugota Tsutomu pose ses valises à Gstaad, en 2012.

Il y officie en tant que Maître Sushi depuis son ouverture et célèbre cette année ses 10 ans de carrière à l'Alpina Gstaad.

Dans ce nouveau menu, partez à la découverte de son univers gastronomique et savourez l'ampleur de son savoir-faire et de sa créativité.



OMAKASE

At Megu, you'll find a wide range of dishes offering a superlative dining experience – memorable, intimate, elegant. Our selection of dishes are delivering authentic flavors with a modern twist, while respecting the traditions of the past, simple presentation and quality ingredients. Our 7-courses Omakase menu offers a modern, boldly flavored interpretation of the gourmet tradition of Omakase and a journey to the diversity of Japanese gastronomy.

Im Megu finden Sie eine sorgfältige Auswahl an Gerichten, die ein aussergewöhnliches gastronomisches Erlebnis bieten - unvergesslich, intim, elegant. Die Kreationen unseres Küchenchefs bieten authentische Aromen mit einem modernen Touch, wobei er die Traditionen, eine einfache Präsentation und hochwertige Zutaten berücksichtigt. Unser 7-Gänge-Omakase-Menü bietet eine gewagte Interpretation der gastronomischen Tradition des Omakase, eine wahre Entdeckungsreise durch die gastronomische Vielfalt des japanischen Archipels.

Retrouvez au Megu une sélection minutieuse de plats offrant une expérience gastronomique exceptionnelle - mémorable, intime, élégante. Les créations de notre chef offrent des saveurs authentiques avec une touche de modernité, tout en respectant les traditions du passé, une présentation simple et des ingrédients de qualité. Notre menu Omakase de 7 plats propose une interprétation audacieuse de la tradition gastronomique de l'Omakase, un véritable voyage à la découverte de la diversité gastronomique de l'archipel japonais.

OMAKASE

- I Wagyu Tataki with Ponzu sauce**
Wagyu Tataki mit Ponzu Sauce
Wagyu Tataki à la sauce Ponzu
- II Crispy green asparagus crumbed with Japanese rice crackers and lemon**
Knuspriger grüner Spargel paniert mit japanischen Reiscrackern und Zitrone
Asperges vertes croustillantes panées aux crackers de riz japonais et citron
- III Crispy Kanzuri shrimps**
Knusprige Kanzuri Garnelen
Crevettes Kanzuri croustillantes
- IV Silver Cod marinated in Saikyo Miso**
Silberner Kabeljau mariniert in Saikyo Miso
Morue argentée marinée au Miso Saikyo
- V Selection of Sushi and Sashimi served with Akadashi Miso**
Sushi und Sashimi Auswahl mit Akadashi Miso
Sélection de Sushi et Sashimi, Miso Akadashi
- VI Kagero Wagyu beef steak**
Kagero Wagyurind Steak
Steak de boeuf Wagyu Kagero
- VII Omakase dessert**
Omakase Dessert
Desserts Omakase

7-COURSE TASTING MENU
7-GANG DEGUSTATIONSMENÜ
MENU DÉGUSTATION DE 7 PLATS

OMAKASE VEGGIE

- I Tomato salad with Ponzu sauce**
Tomatensalat mit Ponzu Sauce
Salade de tomates à la sauce Ponzu
- II Crispy green asparagus crumbed with Japanese rice crackers and lemon**
Knuspriger grüner Spargel paniert mit japanischen Reiscrackern und Zitrone
Asperges vertes croustillantes panées aux crackers de riz japonais et citron
- III Tempura of seasonal vegetables**
Tempura von saisonalem Gemüse
Tempura de légumes de saison
- IV Agedashi tofu**
- V Vegetarian selection of Sushi and Maki**
Vegetarische Sushi and Maki Auswahl
Sélection de Sushi et Maki végétariens
- VI Halved eggplant glazed with Dengaku miso**
Aubergine halbiert mit glasierter Dengaku Miso
Aubergine glaçée au miso Dengaku
- VII Omakase dessert**
Omakase Dessert
Desserts Omakase

7-COURSE VEGGIE MENU
7-GANG MENÜ VEGGIE
MENU VÉGÉTARIEN DE 7 PLATS

125

APPETIZERS

3 types of Tempura with Maccha salt shrimps, vegetables & shrimps and vegetables Dreierlei Tempura mit Macchasalz Garnelen, Gemüse & Garnelen und Gemüse <i>3 variétés de Tempura au sel de Maccha crevettes, légumes & crevettes et légumes</i>	18 24
Crispy green asparagus crumbed with Japanese rice crackers and lemon Knuspriger grüner Spargel paniert mit japanischen Reiscrackern und Zitrone <i>Asperges vertes croustillantes panées aux crackers de riz japonais et citron</i>	28
Wagyu Tataki with Ponzu sauce Wagyu Tataki mit Ponzu Sauce <i>Wagyu Tataki à la sauce Ponzu</i>	48
3 types of tofu Shiso, Wasabi avocado and Daikon radish Dreierlei Tofu Shiso, Wasabi Avokado und Daikon Rettich <i>3 variétés de tofu Shiso, avocat Wasabi et radis Daikon</i>	38
Carpaccio of Wagyu beef with sesame emulsion Carpaccio vom Wagyrind mit Sesamemulsion <i>Carpaccio de boeuf Wagyu à l'émulsion de sésame</i>	45
with truffle mit Trüffel avec truffe	54
Diced yellowfin tuna marinated in soy, with avocado Wasabi mousse and Belper Knolle Gelbflossen-Thunfischwürfel mariniert mit Soja, Avocadomousse mit Wasabi und Belper Knolle <i>Dés de thon jaune marinés au soja, mousse d'avocat au Wasabi et boule de Belp</i>	36
Crispy Kanzuri shrimps Knusprige Kanzuri Garnelen <i>Crevettes Kanzuri croustillantes</i>	24
Carpaccio of yellowtail with Kanzuri dressing Carpaccio von Gelbschwanzmakrele mit Kanzuri Dressing <i>Carpaccio de sériole à la vinaigrette Kanzuri</i>	28

SALADS & SOUPS

Chef's mixed green salad with Megu dressing Chefs gemischter grüner Salat mit Megu-Dressing <i>Salade mêlée du chef et vinaigrette Megu</i>	19
Miso soup Akadashi Akadashi Miso Suppe <i>Soupe de Miso Akadashi</i>	14
Sashimi salad with Megu dressing Sashimi Salat mit Megu-Dressing <i>Salade de Sashimi, vinaigrette Megu</i>	40
Shrimp dumpling soup Crevetten Dumpling Suppe <i>Soupe de dumplings aux crevettes</i>	32
Tomato salad with Ponzu sauce Tomatensalat mit Ponzu Sauce <i>Salade de tomates à la sauce Ponzu</i>	18
Seaweed salad Algensalat <i>Salade d'algues</i>	18



WAGYU

At Megu, we are proud to offer the finest Wagyu beef, which is sourced from the exquisite Kagoshima Black cattle. These exceptional cattle are raised on a subtropical coast land, where they have access to fresh air, hot spring water, and spacious ranches. The result is a cut of meat that is not only tender but also well-marbled. To ensure that the cattle are raised in a stress-free environment, the farmers provide them with individualized care and high-grade wheat, hay, and rice plants. This attention to detail results in a premium quality product that is unmatched in taste and texture. It's no wonder that almost 20% of Japanese Wagyu production comes from Kagoshima, where the breed's exceptional quality is combined with the region's temperate and mild climate.

Kagoshima ist dafür bekannt, dass 20% der berühmten schwarzen Wagyu-Rinder da gezüchtet werden, in einer Umgebung, die von einem milden Klima mit ausgezeichneten Luftqualität profitiert. Die örtlichen Züchter führen traditionelle Methoden fort, die für ihre aussergewöhnliche und individuelle Behandlung ihrer Rinder bekannt sind. Die geräumigen Hofbetriebe bieten reines Quellwasser sowie eine Ernährung aus hochwertigem Weizen, Heu und Reispflanzen. So schaffen sie eine ideale Umgebung für diese wertvollen Tiere, die bieten ein Fleisch von unübertroffener Qualität, Textur und Geschmack mit der für dieses edle Produkt typischen Marmorierung. Wir sind stolz darauf, dieses prestigeträchtige Wagyu in unserem Restaurant Megu anbieten zu können.

La région de Kagoshima est connue pour élever 20% de la célèbre race de bovins noirs Wagyu, dans un environnement bénéficiant d'un climat doux et tempéré ainsi qu'une excellente qualité d'air. Les éleveurs locaux perpétuent des méthodes artisanales ancestrales et sont reconnus pour leur traitement exceptionnel et personnalisé de leur bétail. Les ranchs spacieux de la région offrent une eau de source pure ainsi qu'une alimentation composée de blé, de foin et de plants de riz de qualité supérieure, créant un environnement idéal pour ces précieux animaux. Les bœufs produits offrent une viande d'une qualité, d'une texture et d'un goût inégalés, avec une marbrure emblématique de ce noble produit. Nous sommes fiers de proposer cette viande prestigieuse dans notre restaurant Megu.

RIVER STONE GRILL

MEGU SIGNATURE

«Kagero Yaki» Beef Wagyu on Fuji-san lava stone

Grilled Kuwayaki style with salt, pepper, mixed herbs,
fresh Wasabi and reduction of soy

«Kagero Yaki» Wagyurind auf Lavastein des Fujisan

Gegrillt nach Kuwayaki Art mit Salz, Pfeffer, gemischte Kräuter,
frischem Wasabi und Soja-Reduktion

Boeuf Wagyu « Kagero Yaki » sur pierre de lave Fuji-san

*Grillé à la Kuwayaki avec sel, poivre, mélange d'herbes,
Wasabi et réduction de soja*

Sirloin steak

Entrecote

Entrecôte

135

Tenderloin

Lende

Filet

148

Wagyu Châteaubriand

240

MAIN COURSES

Agedashi tofu	36
Wagyu Sukiyaki	85
Silver Cod marinated in Saikyo Miso	56
Silberner Kabeljau mariniert in Saikyo Miso	
<i>Morue argentée marinée au Miso Saikyo</i>	
Umami Teriyaki chicken	48
Umami Teriyaki Poulet	
<i>Umami poulet Teriyaki</i>	
Grilled salmon with Miso butter sauce	58
Gegrillter Lachs mit Miso-Butter-Sauce	
<i>Saumon grillé et sauce au beurre Miso</i>	
Halved eggplant glazed with Dengaku Miso	38
Aubergine halbiert mit glasierter Dengaku Miso	
<i>Aubergine glaçée au Miso Dengaku</i>	
Grilled lamb chops with Genpei Miso	65
Gegrillte Lammkoteletts mit Genpei Miso	
<i>Côtelettes d'agneau grillées avec Miso Genpei</i>	
Yakisoba noodles	28
Yakisoba Nudeln	
<i>Nouilles Yakisoba</i>	

SIDES

Vegetable fried rice	14
Gebratener Reis mit Gemüse	
<i>Riz sauté aux petits légumes</i>	
Shrimp fried rice and vegetable	28
Gebratener Reis mit Gemüse und Crevetten	
<i>Riz sauté aux petits légumes et crevettes</i>	
Sautéed Japanese mushrooms	18
Sautierte japanische Pilze	
<i>Champignons japonais sautés</i>	
Cold spinach Ohitashi	14
Kalte Spinat Ohitashi	
<i>Épinards froids Ohitashi</i>	
Cold Hijiki seaweed	18
Kalte Hijiki Algen	
<i>Algues froides Hijiki</i>	



SUSHI

In this Maki, Sashimi & Nigiri selection, our Sushi Master Kugota Tsutomu has curated the finest fishes of the world to offer you an exquisite experience. Behind his bar and facing the magnificent Megu dining area, he prepares these delicate bites with the utmost care and attention. As in traditional Sushi-ya, Kugota-shi is only making upon request to ensure the freshness & authentic taste to his Sushi. All sushi are served with Gari (marinated ginger) and fresh Wasabi.

Für diese Maki-, Sashimi- und Nigiri-Auswahl hat unser Küchenteam die besten Fische der Welt ausgewählt, um Ihnen ein exquisites Erlebnis zu bieten. Unser Sushi Meister Kugota Tsutomu bereitet diese delikaten Häppchen mit grösster Sorgfalt und Aufmerksamkeit hinter seiner Bar und mit Blick auf den herrlichen Speisesaal zu. Wie im traditionellen Sushiya rüstet Kugota-shi auf Wunsch hin, um sicherzustellen, dass seine Sushi so frisch und authentisch wie möglich sind. Jedes Sushi-Gericht wird mit Gari, dem mariniertem Ingwer, und frischem Wasabi serviert.

Pour cette sélection de Maki, Sashimi & Nigiri, notre Maître Sushi Tsutomu Kugota a sélectionné les meilleurs poissons du monde afin de vous offrir une expérience hors du commun. Derrière son bar et face à la magnifique salle à manger Megu, il prépare ses délicates bouchées avec le plus grand soin et la plus grande attention. Comme dans les Sushi-ya traditionnelles, Kugota-shi apprête le poisson cru à la demande afin de garantir une exceptionnelle fraîcheur et un goût aussi authentique que possible. Tous les Sushi sont servis avec du Gari (gingembre mariné) et du Wasabi frais.

NIGIRI & SASHIMI

À LA CARTE

Tuna Thunfisch <i>Thon</i>	7	Snow crab Eismeerkrabbe <i>Crabe des neiges</i>	11
Tuna marinated with soy Soja-marinierter Thunfisch <i>Thon mariné au soja</i>	7	Shrimp Garnele <i>Crevette</i>	8
Tuna Chutoro Thunfisch Chutoro <i>Thon Chutoro</i>	11	Tamago Omelette	7
Tuna Otoro Thunfisch Otoro <i>Thon Otoro</i>	16	Goose foie gras Gänseleber <i>Foie gras</i>	20
Salmon Lachs <i>Saumon</i>	8	Squid Tintenfisch <i>Calamar</i>	7
Salmon caviar Lachskaviar <i>Caviar de saumon</i>	9	Seabass Wolfsbarsch <i>Loup de mer</i>	8
Yellowtail Gelbschwanzmakrele <i>Sériole</i>	6	Tuna marinated with soy and black truffle Thunfisch mariniert mit Soja und schwarzem Trüffel <i>Thon mariné au soja et truffe noire</i>	10
Sole Seezunge <i>Sole</i>	10	Aburi seared salmon belly Aburi gebrannter Lachsbauch <i>Ventrèche de saumon à l'Aburi</i>	9
Mackerel Makrele <i>Maquereau</i>	6	Osietra caviar Osietra Kaviar <i>Caviar Oscietre</i>	44
Freshwater eel * Süßwasseraal * <i>Anguille d'eau douce *</i>	17	Wagyu with Yuzu pepper Wagyu mit Yuzupfeffer <i>Wagyu avec poivre au Yuzu</i>	16
Scallops Jakobsmuschel <i>Noix de Saint-Jacques</i>	6		

MAKI

À LA CARTE

Avocado and cucumber Avocado und Gurke <i>Avocat et concombre</i>	10	Spicy salmon Pikanter Lachs <i>Saumon épicé</i>	21
Seasonal vegetables Saisongemüse <i>Légumes de saison</i>	16	Spicy California roll Pikante California Roll <i>California roll épicé</i>	23
Freshwater eel and avocado * Aal und Avocado * <i>Anguille et avocat *</i>	27	Crispy shrimp Knusprige Garnele <i>Crevettes croustillantes</i>	19
Salmon and avocado Lachs und Avocado <i>Saumon et avocat</i>	16	Crispy crab roll Knusprige Krabbe <i>Crabe croustillant</i>	33
Tuna and avocado Thunfisch und Avocado <i>Thon et avocat</i>	20	Crunchy Unagi eel * Knuspriger Unagiaal * <i>Anguille Unagi croustillante *</i>	27
Spicy tuna Pikanter Thunfisch <i>Thon épicé</i>	22	Wagyu beef Wagyurind <i>Boeuf Wagyu</i>	39
California roll	20		

Chef's selection (21 pcs) 79
Auswahl vom Chef (21 Stk)
Sélection du chef (21 pcs)

Sashimi platter (12 pcs) 62
Sashimi Platte (12 Stk)
Assiette de Sashimi (12 pcs)

Chirashi Sushi (12 Stk) 58
Chirashi Sushi (12 pcs)
Chirashi Sushi (12 pcs)



* **Freshwater eel (Unagi) has been culturally significant in Japan for over 5,000 years. Over the last few decades, it has sadly become an endangered species, on the brink of extinction. As part of our commitment, we have reduced its use on our menu and continue devote our resources to purchasing Unagi from sustainable aquaculture, while actively contributing to the conservation efforts of the European-based Sustainable Eel Group.**

Der Süßwasseraal (Unagi) ist in Japan seit über 5000 Jahren Teil der Kultur. In den letzten Jahrzehnten ist er leider zu einer gefährdeten Art geworden, die vom Aussterben bedroht ist. Als Teil unseres Engagements haben mein Team und ich seine Verwendung auf unserer Speisekarte reduziert und investieren unsere Ressourcen weiterhin dem Kauf von Unagi aus nachhaltiger Aquakultur, während wir aktiv zu den Naturschutzmassnahmen der europäischen « Sustainable Eel Group » beitragen.

L'anguille d'eau douce (Unagi) revêt une importance culturelle au Japon depuis plus de 5000 ans. Malheureusement l'espèce est menacée, au bord de l'extinction. Nous avons donc réduit son utilisation dans notre menu et concentrons nos achats d'Unagi exclusivement auprès d'une aquaculture durable, tout en contribuant activement au Sustainable Eel Group basé en Europe.



MEGU