

ÖSTERREICH



Tirol

Auch in meiner Heimat, wird das glutenfreie Angebot immer mehr.

Leider wird es auf der Speisekarte oft nicht angeboten, sondern nur auf Nachfrage,
daher findet ihr hier meine Tiroler „Restaurant“-Erfahrungen

- Brixen im Thale (Seite 2)
- Ellmau (Seite 3)
- Hall (Seite 4)
- Innsbruck (Seite 5)
- Kirchberg (Seite 6)
- Oberndorf (Seite 7)
- Söll (Seite 7)
- St. Johann/T. (Seite 8+9)
- St. Ulrich/Pillersee (Seite 10)
- Wörgl (Seite 10)

Brixen im Thale

Berggasthof Nieding, Oberer Sonnberg 52, 6364 Brixen/Th.

[Berggasthof Nieding im BrixenTal - Berggasthof Nieding - Brixen im Thale](#)

Die Speisekarte ist der absolute Traum. Es gibt eine große Auswahl an glutenfreien Speisen. Das Personal ist sehr freundlich und bemüht.



The Campers, Badhausweg 9, 6364 Brixen/Th.

[TheCampers Restaurant - Brixen im Thale \(the-campers.at\)](#)

Wer Lust auf einen glutenfreien Burger hat, ist hier genau richtig.



Wiegalm, Wiege 1, 6364 Brixen/Th.

[Wiegalm | Brixen im Thale](#)

Die Wiegalm liegt perfekt, wenn man gerne Wandern oder Mountainbiken geht. Am Besten vorher anrufen, da auf der Alm das Mehl nicht immer vorhanden ist. Es gibt's Schnitzel, Kaiserschmarrn und noch vieles mehr ... Sehr nettes Personal



Brenneralm

[Almhütte und Skihütte Ellmau mit Ferienwohnungen - Brenneralm](#)

Sonntagsbrunch (Sommer 2022) auf der Brenneralm. Bereits bei der Reservierung habe ich Rücksprache bzgl. glutenfrei gehalten und es wurde mir freundlich bestätigt, dass dies kein Problem wäre. Bei der Ankunft wurden mir sofort zwei Brötchen von Haubis (in der Aufbackfolie) serviert und ich könne jederzeit gerne nachbestellen. Auch Müsli wäre kein Problem.

Am Buffet gab's Wurst, Käse, Lachs, Obstsalat, Marmeladen, Joghurt, Eier ... etc. man kann sich auch Apfel/Karottensaft frisch pressen oder sich vom Koch sein Rührei nach Wahl zubereiten lassen.

Sehr freundliches, hilfsbereites Personal!



Eisdiele La Brioche, Oberer Stadtplatz 12, 6060 Hall/T.

[La Brioche | Facebook](#)

September 2021 – Nicht nur das Eis ist glutenfrei, sondern es werden auch glutenfreie Eistüten angeboten. Sehr lecker und freundlich ...



Gutmann Restaurant, Innsbruckerstr. 90, 6060 Hall/T:

[Restaurant & Pizza | GUTMANN](#)

Hier gehe ich immer wieder gerne Essen. Zuletzt im November 2022, da hatte ich den Gemüsewok mit Hähnchen und Reis. Auf Kontamination wird sehr geachtet – offene Küche – das Personal ist immer freundlich und hilfsbereit. Auch wird fast immer ein glutenfreies Dessert angeboten.



Innsbruck

Hard Rock Cafe, Maria-Theresienstr. 16, 6020 Innsbruck

[Hard Rock Cafe Innsbruck - Live Music and Dining in Innsbruck - Innsbruck Restaurants](#)

Im Sommer 2022 habe ich im Hardrock Cafe einen glutenfreien Pulled Pork Burger gegessen, der ausgesprochen lecker war. Das Personal war sehr freundlich und hilfsbereit. Jederzeit gerne wieder!



Vapiano, Bleichenweg 18, 6020 Innsbruck

[VAPIANO](#)

Im Dezember 2021 war ich wieder einmal im Vapiano Innsbruck essen. Ich hatte mir die glutenfreie Pizza Ruccola bestellt. Auf Nachfrage wurde mir mitgeteilt, dass die Pizza in einer eigenen Aluschale gebacken wird und auch extra Handschuhe verwendet werden. Ich hatte keine Probleme.



Kirchberg in Tirol

Gasthaus Obergaisberg, Gaisbergweg 6, 6365 Kirchberg/T.

[Herzlich Willkommen im Gasthaus Obergaisberg](#)

Die Speisekarte ist recht klein, aber es wird immer etwas Glutenfreies angeboten. Sehr gute Küche, tolle Lage in den Bergen (auch mit dem Auto erreichbar) und freundliches Personal.



Gauxerstadl, Issbühelweg 47, 6365 Kirchberg/T.

[Startseite - Gauxerstad'l - Kirchberg in Tirol \(gauxerstadl.at\)](#)

Bei der Tischreservierung habe ich vorher bzgl. glutenfreiem Essen angefragt und es war kein Problem. Ich hatte Ofenkartoffel mit Gemüse & Putenstreifen ...



Kitzalm, Issbühelweg 9, 6365 Kirchberg/T.

[Kitzalm Kirchberg - Guat ess'n und trink'n](#)

Im November 2021 war ich wieder mal in der Kitzalm essen. Diesesmal gab's Spareribs, Pulled Pork und als Nachspeise glutenfreie Moosbeernocken – ein Traum!



Oberndorf

Hotel Penzinghof, Penzingweg 14, 6372 Oberndorf

[Wirtshaus & Kulinarik - Hotel Penzinghof**** – Urlaub in Oberndorf in Tirol St. Johann – Kitzbüheler Alpen](#)

Mit der Familie habe ich im Mai 2022 hier gegessen. Bei der Reservierung wurde bereits mitgeteilt, dass ein glutenfreies Essen benötigt wird und als wir ankamen, stand bereits glutenfreies Brot (in Folie verpackt) auf dem Tisch. Zur Hauptspeise hatte ich einen Grillteller. Sehr leckeres Essen und freundliches Personal – was will man mehr.



Söll

Gründlalm, Salvenberg 28, 6306 Söll

Im September 2021 war ich zum Almfrühstück auf der Gründlalm. Bei telefonischer Nachfrage wurde mir mitgeteilt, dass sie mir gerne glutenfreies Brot besorgen bzw. kann ich es mir auch mitbringen und wird beim Frühstückspreis abgezogen. Ich habe mich für meine eigenen Baguettes und Zopfen entschieden. Es wurde mir ein extra Teller mit Speck, Käse, Marmelade, Honig, Butter, Joghurt, Ei ... gebracht. Das Personal war sehr hilfsbereit und bemüht.



Domicil Cooking, Dechant-Wieshoferstr. 17, 6380 St. Johann/T.

[\(1\) Domicil | Facebook](#)

Die Curry's wurden alle glutenfrei angeboten und auf Nachfrage beim Personal können auch noch einige andere Gerichte glutenfrei zubereitet werden. Wunderschöne, gemütliche kleine Terrasse, das Curry & Sate-Chicken-Bowl waren super.



Gasthaus Grieswirt, Winkl-Schattseite 78, 6380 St. Johann/T.

[Urlaub in der Region St. Johann in Tirol - Gasthof Grieswirt, St. Johann in Tirol](#)

Das Familien-Weihnachtsessen haben wir 2022 hier abgehalten. Ich hatte nach kurzer Rücksprache einen gemischten Salat mit Zanderfilet. Freundliches und hilfsbereites Personal und das Essen war sehr lecker.



La Rustica, Speckbacher Str. 31, 6380 St. Johann/Tirol

[Restaurant - Ristorante Pizzeria La Rustica - St. Johann in Tirol](#)

Durch Zufall habe ich immer Sommer 2022 erfahren, dass im Ristorante La Rustica auch glutenfreie Pizzen & Nudeln angeboten werden und was soll ich sagen einfach unwiderstehlich lecker!



Rockbar, Winkl-Schattseite 6b, 6380 St. Johann/T.

[Feiern, Schlemmen, Genießen - Rockbar - St. Johann in Tirol](#)

Ein weiterer Tipp für alle Burger-Fans ist die - Vermutlich habe ich so hungrig ausgesehen, denn als Gruß aus der Küche gab es glutenfreie Rosmarin-Focaccia mit Aufstrich und mein Chicken-Burger wurde mit zwei Buns serviert. Da die Pommes nicht glutenfrei waren, bekam ich auch noch Kartoffeln dazu! Wahnsinnsportion, sehr lecker und das Personal war super freundlich! Wirklich empfehlenswert! Sommer 2022



Villa Masianco, Speckbacherstr. 30, 6380 St. Johann/T.

[Speisen aus aller Welt - Masianco Restaurantbetriebs GmbH - St. Johann in Tirol \(villamasianco.at\)](#)

Ich hatte die Vegetarian Nachos und die waren sehr lecker.



St. Ulrich am Pillersee

Forellenranch, Niedersee 4, 6393 St. Ulrich/P.

[Die Forellenranch direkt am Pillersee | Restaurant im PillerseeTal](#)

Im Jänner 2022 war ich dort essen. Eine glutenfreie Bestellung war überhaupt kein Problem. Ich hatte Forellenfilet mit Kartoffeln und frischem Ranchgemüse und es war herrlich. Anschließend waren wir noch im Espaceroom [Home2 I - Stand up Paddling center Pillersee SUP \(supnfun.at\)](#), der sich im Keller befindet. Auf jeden Fall einen Ausflug wert!



Wörgl

Villa Masianco, M4, 6300 Wörgl

[\(1\) Villa Masianco Wörgl | Facebook](#)

Das glutenfreie Angebot ist nicht groß. Meistens esse ich hier einen Ofenkartoffel. Im Oktober 2022 wurde auf der Tageskarte Kürbisrisotto mit Maishendl angeboten. Freundliches Personal, das auch immer zusätzlich in der Küche bzgl. Kontamination Bescheid gibt.

