SILOU
RETREAT

Le 3 Fiette

Autunno · Automne · Autumn

2026

ITALIANO

Le 3 Fiette è il Ristorante dove i ricordi del territorio si uniscono, attraverso il rispetto della natura, alla tradizione, per trasmettere un'esperienza immersiva nel silenzio e nella quiete, tra odori e sapori che il paesaggio ci regala.

Buon appetito!

FRANÇAIS

Le 3 Fiette est le restaurant où les souvenirs du territoire se rencontrent, dans le respect de la nature, avec la tradition, afin de transmettre une expérience immersive dans le silence et la quiétude, entre les parfums et les saveurs que le paysage nous offre.

Bon appétit!

ENGLISH

Le 3 Fiette is the restaurant where memories of the land come together, blending respect for nature with tradition, to offer an immersive experience in silence and tranquility, among the scents and flavours gifted by the landscape.

Enjoy your meal!

La cucina dello chef

La cuisine du chef · Cuisine by Chef

Piergiorgio Valente

Champdepraz · Valle d'Aosta

Il pane e l'ospitalità

Le pain et l'accueil · Bread and hospitality

ITALIANO

La carta è organizzata in sei percorsi. La scelta è libera: potete ordinare ogni piatto singolarmente e combinare antipasti, primi e secondi di percorsi diversi. I dessert vi saranno presentati in una carta dedicata, al termine delle portate.

In apertura si serve pane di segale e castagne, mousse di Lard d'Arnad al miele e polline, grissini al timo e miele e taralli al Torrette Supérieur. Il servizio prosegue, secondo le portate, con il nostro pane a lievito madre e farina di tipo 1, appena sfornato.

FRANÇAIS

Notre carte est organisée en six parcours. Vous êtes libres de commander chaque plat séparément et d'associer entrées, premiers plats et plats principaux de parcours différents. Une carte des desserts vous sera présentée à la fin du repas.

En ouverture, nous servons pain de seigle et de châtaignes, mousse de Lard d'Arnad au miel et au pollen, gressins au thym et au miel et taralli au Torrette Supérieur. Selon les plats, le service se poursuit avec notre pain au levain et à la farine de type 1, tout juste sorti du four.

ENGLISH

Our menu is arranged in six journeys. Every dish can be ordered individually: feel free to mix starters, first courses and main courses from different journeys. A separate dessert menu will be presented at the end of your meal.

To begin, we serve rye and chestnut bread, Lard d'Arnad mousse with honey and pollen, breadsticks with thyme and honey, and Torrette Supérieur taralli. According to the dishes, the service continues with our freshly baked sourdough bread made with type 1 flour.

Allergeni · Allergènes · Allergens

Ogni piatto è preparato al momento per offrire un'esperienza culinaria di qualità. Per assicurare il massimo della sicurezza e salubrità, utilizziamo la tecnologia del freddo su alcuni prodotti, in conformità con le normative vigenti. Gli asterischi vicino agli ingredienti indicano le seguenti informazioni:
- prodotto lavorato con la tecnologia del freddo: *
- prodotto congelato in origine: **

A richiesta, è disponibile la lista degli allergeni: vi preghiamo di segnalare al personale in servizio eventuali intolleranze o allergie.

Chaque plat est préparé à la minute afin d'offrir une expérience culinaire de qualité. Pour garantir une sécurité et une salubrité optimales, nous utilisons la technologie du froid sur certains produits, en conformité avec les réglementations en vigueur. Les astérisques à côté des ingrédients indiquent les informations suivantes:
- produit congelé dans les laboratoires de notre cuisine: *
- produit congelé à l'origine: **

Sur demande, la liste des allergènes est disponible: nous vous prions de signaler au personnel de service toute intolérance ou allergie.

Each dish is prepared to order to offer a quality culinary experience. To ensure the highest level of safety and hygiene, we use cold chain technology on certain products, in accordance with current regulations. The asterisks next to the ingredients indicate the following information:
- product frozen in our kitchen facilities: *
- product originally frozen: **

Upon request, the list of allergens is available: please inform the serving staff of any intolerances or allergies.

Prezzi in euro · Prix en euros · Prices in euros

01

Come da tradizione,

Selon la tradition, · In keeping with tradition,

Lard d'Arnad 17

Scaloppa di Lard d'Arnad d.o.p. marinata al miele e scottata, patata "Verrayes" schiacciata e in chips e gel all'"Idromiele"

Escalope de Lard d'Arnad marinée au miel et légèrement poêlée, pomme de terre "Verrayes" écrasée et en chips, gel au "Idromiele"

Honey-marinated and seared Lard d'Arnad escalope, "Verrayes" potato purée and chips, and "Idromiele" gel

Bottoni di patata 21

Bottoni* di patata "Verrayes" e lardo affumicato, ripieni di boudin e variazione di cipolle

Bottoni* de pommes de terre de "Verrayes" et lard fumé, farcis au boudin, variation d'oignons

Bottoni* made of "Verrayes" potatoes and smoked lard, filled with boudin, onion variations

Allergeni / Allergènes / Allergens 1, 3, 7

Caldo-freddo di carbonade 27

Caldo-freddo di carbonade: guancia* di vitello brasata al Fumin con salsa di polenta, carne messada, olio di noci e polenta fritta

Chaud-froid de carbonade: joue de veau* braisée au Fumin avec sauce de polenta, viande messada, huile de noix et polenta frite

Warm–cold carbonade: veal cheek* braised in Fumin wine with polenta sauce, messada meat, walnut oil and fried polenta

Allergeni / Allergènes / Allergens 7, 8, 9, 12

02

dal torrente al lago,

du torrent au lac, · from stream to lake,

Trota salmonata 20

Terrina di trota* salmonata mi-cuit, cavolo verza e sfoglia
Terrine de truite saumonée* mi-cuite, chou de Savoie et pâte feuilletée
Mi-cuit salmon trout* terrine, Savoy cabbage and puff pastry

Allergeni / Allergènes / Allergens 1, 3, 4, 7

Plin di salmerino 22

Plin* di salmerino alpino, aneto e brodo di mocetta
Plin* d'omble chevalier, aneth et bouillon de mocetta
Alpine char plin*, dill and mocetta broth

Allergeni / Allergènes / Allergens 1, 3, 4, 7, 9

Sarda di lago 26

Sarda* di lago, cipollotto candito e pinoli
Sardine de lac*, cébette confite et pignons de pin
Lake sardine*, confit spring onion and pine nuts

Allergeni / Allergènes / Allergens 1, 4, 7, 8

03

attraverso il bosco,

à travers la forêt, · through the forest,

Insalata d’autunno 16

Insalata d’autunno: misticanza di erbe spontanee, stracotto di finocchio e in osmosi, melograno in gelée e in spuma

Salade d’automne: mesclun d’herbes sauvages, fenouil mijoté et préparé par osmose, gelée et écume de grenade

Autumn salad: mixed wild greens, slow-cooked and osmosis-marinated fennel, pomegranate gelée and foam

Risotto al pino 22

Riso Vialone Nano “Pila Vecia” mantecato al caprino, pini cirmolo e mugo e pere (min. 2 porzioni)

Riz Vialone Nano “Pila Vecia” crémeux avec fromage de chèvre, pins mugo et cembro et poires (min. 2 portions)

Vialone Nano “Pila Vecia” rice creamed with goat cheese, mountain pine, Swiss stone pine and pears (min. 2 servings)

Prezzo a porzione · Prix par portion · Price per serving

Allergeni / Allergènes / Allergens 7, 12

Melanzana 20

Melanzana alla brace, sedano rapa dry-aged, agro di cavolo rosso e fermentato

Aubergine grillée à la braise, céleri-rave dry-aged, chou rouge aigre-doux et fermenté

Chargrilled aubergine, dry-aged celeriac, sweet-and-sour red cabbage and fermented red cabbage

Allergeni / Allergènes / Allergens 1, 9, 12

04

fino al mare,

jusqu'à la mer, · to the sea,

Ricciola 25

Crudo di ricciola** al court bouillon, spuma di ceviche mediterranea all'acqua di mare e polvere di alga lattuga

Sériole crue**, court-bouillon, espuma de ceviche méditerranéen à l'eau de mer et poudre de laitue de mer

Raw amberjack**, court-bouillon, Mediterranean ceviche foam with seawater and sea lettuce powder

Allergeni / Allergènes / Allergens 3, 4

Linguina 23

Linguina "Benedetto Cavalieri", canocchie**, Petite Arvine e menta

Linguine "Benedetto Cavalieri", squilles**, Petite Arvine et menthe

"Benedetto Cavalieri" linguine, mantis shrimp**, Petite Arvine and mint

Allergeni / Allergènes / Allergens 1, 7, 9, 14

Merluzzo 29

Filetto di merluzzo** in olio cottura, caramello di cavolfiore e salsa di cavolfiore alla vaniglia Tahiti, il mantecato con salsa pil-pil e meringa al cavolfiore

Filet de cabillaud** cuit à basse température dans l'huile, caramel de chou-fleur, sauce au chou-fleur à la vanille de Tahiti, émulsion au pil-pil et meringue de chou-fleur

Oil-poached cod fillet**, cauliflower caramel, cauliflower sauce with Tahitian vanilla, pil-pil emulsion and cauliflower meringue

Allergeni / Allergènes / Allergens 3, 4, 7

05

preparati al tavolo,

préparés à votre table, · prepared at your table,

Tartare di manzo · 120 g 23

Con la nostra salsa tartara, preparata con tuorlo d'uovo, sale, pepe, Tabasco, salsa Worcestershire, Cognac, senape, acciughe, cetrioli, cipolla bianca, capperi e prezzemolo.

Tartare de bœuf (120 g), sauce tartare maison au jaune d'œuf, sel, poivre, Tabasco, sauce Worcestershire, Cognac, moutarde, anchois, concombre, oignon blanc, câpres et persil.

Beef tartare (120 g) with our tartare sauce, prepared with egg yolk, salt, pepper, Tabasco, Worcestershire sauce, Cognac, mustard, anchovies, cucumber, white onion, capers and parsley.

Allergeni / Allergènes / Allergens 1, 3, 4, 10, 12

Raviolo aperto 23

Raviolo aperto e finanziera*

Raviolo ouvert et finanziera*

Open raviolo and finanziera*

Allergeni / Allergènes / Allergens 1, 3, 7, 12

Foie gras 35

Scaloppa di foie gras** d'anatra scottata, laccata al Calvados, chutney di mele e pan brioche affumicato alla quercia (min. 2 porzioni)

Escalope de foie gras** de canard poêlée, laquée au Calvados, chutney de pommes et pain brioché fumé au chêne (min. 2 portions)

Seared duck foie gras** escalope glazed with Calvados, apple chutney and oak-smoked brioche bread (min. 2 servings)

Allergeni / Allergènes / Allergens 1, 3, 7, 12

06

per il Silou.

pour le Silou. · for Silou.

Cervo 21

Filetto di cervo* marinato all'aglio orsino, radice di prezzemolo e fiori di sambuco

Filet de cerf* mariné à l'ail des ours, racine de persil et fleurs de sureau

Marinated venison fillet*, wild garlic, parsley root and elderflower

Allergeni / Allergènes / Allergens 7

Chnéffléné 24

Chnéffléné: gnocchetti* walser saltati al burro di gambero rosso*, la colatura, il crudo, l'estratto e i limoni

Chnéffléné: gnocchis* walser sautés au beurre de crevette rouge*, colatura, crevette rouge crue, extrait et citron

Chnéffléné: walser dumplings* sautéed in red shrimp butter*, with colatura, raw red shrimps, extract and lemon

Allergeni / Allergènes / Allergens 1, 2, 3, 7, 9

Piccione 30

Piccione* alla brace, uva, cosce al Porto e tortello di fegatini in brodo

Pigeon* grillé à la braise, raisin, cuisses au Porto et tortello de foies en bouillon

Chargrilled pigeon*, grapes, Port-braised legs and liver tortello in broth

Allergeni / Allergènes / Allergens 1, 3, 7, 9, 12