



*ce*  
**Ristorante Libra**  
ANTIAGING ITALIAN FOOD

PIACERE  
BENESSERE  
LONGEVITÀ

LA BELLEZZA DI STARE BENE  
E SENTIRSI BENE

*PLEASURE  
WELL-BEING  
LONGEVITY*

*THE BEAUTY OF  
FEELING GREAT*

---

### Perché i nostri dolci sono speciali?

Perché sono **ricchi di fibre prebiotiche** che ci aiutano a mantenere l'equilibrio della nostra microflora intestinale ed aumentano le nostre difese immunitarie.

Perché hanno **meno zuccheri e più fibre** di una mela.

Perché ci aiutano a **modulare** meglio la **glicemia**.

Perché un dolce antiaging è **ricco di antiossidanti** e dona felicità?

**Perché**  
**SONO BELLI, BUONI E FANNO BENE.**

### Un ingrediente speciale?

**L'eritritolo:** è un dolcificante naturale prodotto dalla fermentazione di zuccheri presenti nella frutta con grandi vantaggi per la nostra golosità; riduce drasticamente gli zuccheri semplici nei nostri dolci e senza dimenticare alcune preparazioni salate, aiuta ad aggiungere sapore limitando l'uso del sale.

**Zero calorie**, non influisce sulla glicemia, preserva la salute, ha effetti antiossidanti e di protezione dallo stress ossidativo.

### Why are our sweets special?

Because they are **rich in prebiotic fibers** that help us maintain the balance of our intestinal microflora and boost our immune defenses.

Because they have **less sugar and more fiber** than an apple.

Because they help us better **modulate blood sugar**.

Why is an anti-aging dessert **rich in antioxidants** and gives happiness?

**Because**  
**THEY LOOK GOOD, TASTE GOOD AND ARE GOOD FOR YOU.**

### One special ingredient?

**Erythritol:** it is a natural sweetener produced by fermenting sugars found in fruit with great benefits for our sweet tooth; it drastically reduces simple sugars in our desserts and not forgetting some savory preparations, helps add flavor by limiting the use of salt.

**Zero calories**, does not affect blood sugar, preserves health, has antioxidant effects and protection against oxidative stress.

## BELLO E IMPOSSIBILE 2.0. IL TIRAMISÙ EVOLUTION

**GF** **VEGGIE** **SL** | 12.00 €

**LATTE** senza lattosio, **MASCARPONE** senza lattosio, **UOVA**, eritritolo, Inulina Excellence, **SAVOIARDI** Evolution, **MARSALA**, zenzero, caffè, cacao, xantana.

PER PORZIONE: 152 kCal; 10 g grassi;  
16 g carboidrati di cui 3 g zuccheri;  
6 g fibre; 4 g proteine

Andiamo in Veneto per assaggiare il dolce italiano più famoso al mondo, che si EVOLVE per regalarci benessere antiaging! Tutta la cremosità del mascarpone, il Savoiaro senza glutine a basso indice glicemico e il dolcificante antiossidante che dona dolcezza ci regalano un dolce con meno zucchero e più fibra di una mela!

## BIANCO MANGIARE ANTIAGING

**GF** | 12.00 €

**LATTE** senza lattosio, pere, eritritolo, **BURRO PREBIOTICO**, **PISTACCHIO**, **FROLLA** vegana (con farina di **FRUMENTO** degluminata, farina di riso e di mais), zucchero, **VINO** rosso, cannella, gelatina, vaniglia

PER PORZIONE: 137 kCal; 8 g grassi;  
25 g carboidrati di cui 8 g zuccheri;  
5 g fibre; 4 g proteine

Eccoci in Sicilia per gustare un sano peccato di gola con le calorie di uno yogurt alla frutta. Il latte delattosato consente di limitare ulteriormente gli zuccheri in ricetta, in quanto naturalmente più dolce del suo analogo con lattosio. L'aggiunta di inulina ci aiuta a favorire l'equilibrio della flora intestinale e ad assorbire ancora più gradualmente i pochi zuccheri di questo favoloso dessert.

## BEAUTIFUL AND IMPOSSIBLE 2.0. EVOLUTION TIRAMISU

**GF** **VEGGIE** **SL** | 12.00 €

**MILK** lactose-free, **MASCARPONE** lactose-free, **EGGS**, erythritol, Inulin Excellence, **SAVOIARDI** Evolution, **MARSALA**, ginger, coffee, cocoa, xanthan.

PER PORTION: 152 kCal; 10 g fat;  
16 g carbohydrate of which 3 g sugar;  
6 g fiber; 4 g protein

Let's go to Veneto to taste the world's most famous Italian dessert, which EVOLVES to give us antiaging wellness! All the creaminess of mascarpone, low-glycemic index gluten-free Savoiaro, and antioxidant sweetener giving us a dessert with less sugar and more fiber than an apple!

## WHITE EATING. THE EVOLUTION PANNA COTTA WITH PREBIOTIC BUTTER

**GF** | 12.00 €

Lactose-free **MILK**, pears, erythritol, **PREBIOTIC BUTTER**, **PISTACHO**, vegan **SHORTCRUST PASTRY** (with degluminated **WHEAT** flour, rice and corn flour), sugar, red **WINE**, cinnamon, gelatin, vanilla

PER SERVING: 137 kCal; 8 g fat;  
25 g carbohydrate of which 8 g sugar;  
5 g fiber; 4 g protein

Here we are in Sicily to enjoy a healthy sin of gluttony with the calories of a fruit yogurt. Lactosefree milk allows you to further limit the sugars in the recipe, as it is naturally sweeter than its lactose analogue. The addition of inulin helps us to promote the balance of intestinal flora and to absorb even more gradually the low sugars in this fabulous dessert.

## SEMIFREDDO ALLO STRUDEL

**SL** **VEGGIE** | 12.00 €

Mela, **LATTE** senza lattosio, **UOVA**, eritritolo, Inulina Excellence, uvetta, pinoli, farina di **GRANO** tenero, olio di girasole alto oleico, gelatina, maizena, vaniglia, **RUM, GRAPPA**, cannella

Disponibile nella sua versione **GF** con una sfoglia di **FRUMENTO** deglutinato, riso e mais

PER PORZIONE: 123 kCal; 3 g grassi; 23 g carboidrati di cui 8 g zuccheri; 4 g fibre; 6 g proteine

Un viaggio di sapori che ci porta in Trentino con creatività: la mousse di crema inglese Evolution si scioglie davanti al composto caldo di mele, pinoli ed uvetta. Una contrapposizione di consistenze guidata da un equilibrio di gusto e benessere.

## MILLEFOGLIE RICOTTA E MELE

| 12.00 €

**RICOTTA** vaccina, mela, farina di **GRANO** tenero, olio di girasole alto oleico, eritritolo, Inulina Excellence, **RUM, GRAPPA**, gelatina, zucchero

Disponibile nella sua versione **GF** con una sfoglia di **FRUMENTO** deglutinato, riso e mais

PER PORZIONE: 208 kCal; 8 g grassi; 29 g carboidrati di cui 12 g zuccheri; 8 g fibre; 8 g proteine

La soffice mousse di ricotta si incontra con i fragranti strati di sfoglia aromatizzati alla grappa. Un dessert fonte di fibre grazie all'uso delle mele e dell'aggiunta di Inulina Excellence che diventa un prezioso regalo per il benessere del nostro intestino.

## STRUDEL SEMIFREDDO

**SL** **VEGGIE** | 12.00 €

Apples, lactose-free **MILK, EGGS**, erythritol, Inulina Excellence, raisins, pine nuts, soft **WHEAT** flour, high oleic sunflower oil, gelatin, cornstarch, vanilla, **RUM, GRAPPA**, cinnamon

Available in its **GF** version with a puff pastry of deglutinated **WHEAT**, rice and corn

PER SERVING: 123 kCal; 3 g fat; 23 g carbohydrate of which 8 g sugar; 4 g fiber; 6 g protein

A journey of flavors that carry us to Trentino with creativity: the Evolution custard mousse melts in front of the warm apple, pine nut and raisin mixture. A juxtaposition of textures guided by a balance of taste and well-being.

## MILLEFEUILLE RICOTTA AND APPLES

| 12.00 €

Cows' **RICOTTA**, apples, soft **WHEAT** flour, high oleic sunflower oil, erythritol, Inulina Excellence, **RUM, GRAPPA**, gelatin, sugar

Available in its **GF** version with a puff pastry of deglutinated **WHEAT**, rice and corn

PER SERVING: 208 kCal; 8 g fat; 29 g carbohydrate of which 12 g sugar; 8 g fiber; 8 g protein

Soft ricotta mousse meets fragrant layers of puff pastry flavored with grappa. A dessert that is a source of fiber thanks to the use of apples and the addition of Inulina Excellence, which becomes a valuable gift for the well-being of our intestines.

## MELAGODO

**GF SL VEG** | 9.00 €

Mele, bevanda alle **MANDORLE**, Goduria (**NOCCIOLE**, cacao degrassato, eritritolo, inulina, zucchero), cacao, maizena, agar agar

PER PORZIONE: 165 kCal; 9g grassi; 18g carboidrati di cui 11g zuccheri; 8g fibre; 4g proteine

La "crema pasticceria" di mela e cacao si amalgama con la Goduria, la crema alle nocciole antiaging, per regalarci un tripudio di antiossidanti, grassi vitamina e bontà!

## APPLE COCOA CREAM!

**GF SL VEG** | 9.00 €

Apples, **ALMOND** drink, Goduria cream (**HAZELNUTS**, degrassato cacao, erythritol, inulin, sugar), cacao, cornstarch, agar agar

PER SERVING: 165 kCal; 9 g fat; 18 g carbohydrate of which 11 g sugar; 8 g fiber; 4 g protein

Apple and cocoa "custard" blends with Goduria, the anti-aging hazelnut cream, to give us a riot of antioxidants, fats, vitamins and goodness!

## PARFAIT ALLE MANDORLE

**GF VEGGIE** | 12.00 €

**RICOTTA, UOVA**, croccante alle **MANDORLE**, eritritolo, inulina, cioccolato fondente, rum, gelatina

PER PORZIONE: 88 kCal; 5 g grassi; 9 g carboidrati di cui 2 g zuccheri; 4 g fibre; 4 g proteine

Tutta la leggerezza del parfait, il gusto del cioccolato, racchiuso in un dolce a basso contenuto di zucchero e ricco di fibre prebiotiche, l'ideale per tenere a bada la glicemia e nutrire con gusto il nostro secondo cervello: l'intestino!

## ALMOND PARFAIT

**GF VEGGIE** | 12.00 €

**COW RICOTTA, EGGS, ALMOND** crisp, erythritol, inulin, dark chocolate, rum, gelatin

PER SERVING: 88 kCal; 5 g fat; 9 g carbohydrate of which 2 g sugar; 4 g fiber; 4 g protein

All the lightness of parfait, the taste of chocolate, enclosed into a dessert low in sugar and rich in prebiotic fiber, ideal for keeping blood sugar at bay and tastefully feeding our second brain: the gut!