



VIAHEART  
**LA VIA DEL CUORE**  
*Segui i passi giusti per la tua salute cardiovascolare*

## LE RICETTE DI **LUCIANO MONOSILIO** PER I PAZIENTI CON *DISLIPIDEMIE*

Battuto Di Vitella Con Mandorle Tostate  
E Mistica



# BATTUTO DI VITELLA CON MANDORLE TOSTATE E MISTICANZA

Ingredienti per 4 persone:

Scamone di vitella 320 g  
Colatura di alici 5g  
Pepe 00.2g  
Mandorle pelate 30g  
Olio extra vergine d' oliva 5g  
Misticanza 40g  
Olio evo 1g  
Aceto di vino rosso 0,5 g



## Procedimento

Tagliare al coltello in piccoli cubetti lo scamone di vitella, mettere tutto in una ciotola e condire con la colatura di alici e il pepe, lasciare riposare e poi iniziare con la preparazione delle mandorle.

Posizionare le mandorle su una teglia, condire con olio e pepe ed infornare a 120°C per 20 minuti; una volta fredde, tagliare le mandorle grossolanamente.

Condire la misticanza con olio e aceto di vino rosso e impiattare.

