




Ha sostenuto Guido Moltedo (e gli ha dato corda Adriana Vigneri) che non poteva restare isolato su ytali. *il divertissement della stessa Adriana sulla sopa coada*, e che al Veneto e alla sua succulenta ricetta bisognasse rispondere dal Sud, “magari dalla Sicilia”, con una strizzatina d’occhio alle mie radici.

Va bene, ci provo con un classico in realtà diffuso in cento varietà di verdure in tutta l’area mediterranea, ma che a Palermo trova la sua vetta e le sue particolari specificità: la caponata. Nelle cronache del tempo si fa risalire questo composto al ‘600, ma tutto (e un particolare soprattutto: il segreto, come vedremo, dell’agrodolce) fa pensare che la mano originaria sia persiana e passata agli arabi che, come si sa, hanno fatto in Sicilia per secoli il bello (soprattutto) e il cattivo tempo.

Dunque, per prima cosa bisogna provvedersi (per sei persone) di un chilo di melanzane sode e lucide, non quelle viola per carità, ma quelle nere - l’ideale è la “lunga” napoletana - : lavarle, non sbucciarle, tagliarle a tocchetti non troppo piccoli e, per chi non ama l’amaro, metterle in uno scolapasta con del sale e lasciarle spurgare per un’oretta. Intanto ricavare dal cuore di un paio di sedani mezzo chilo di coste da tagliare a tronchetti. Poi, solo per qualche secondo, tuffare nell’acqua bollente un po’ meno (diciamo 400 grammi?) di pomodori da sugo ben maturi, passarli quindi sotto l’acqua fredda, pelarli, privarli dei semi e spezzettarli, ma non troppo finemente.

Il grosso delle materie prime è pronto? Non ancora, ma a questo punto dobbiamo passare ai fornelli. In una larga padella o (secondo la nuova moda, in questo caso non raccomandabile) in un wok, scaldare a fuoco medio due-tre cucchiaini d’olio extravergine e farvi soffriggere una grossa cipolla bianca tagliata a fettine. Quando diventa dorata, unire i pomodori e un cucchiaino di concentrato di pomodoro. C’è chi, non io, ai pomodori e al concentrato preferisce un’unica, più rapida soluzione: salsa, in abbondanza. 

Lasciare cuocere, sempre a fuoco medio e senza coperchio, per dieci minuti. Quindi insaporire con sale e pepe; aggiungere il sedano (qualcuno preferisce prima sbollentarlo, o sfriggerlo insieme alla cipolla), cento grammi di olive nere siciliane in salamoia (schiacciare, dividere in due, togliere l’osso; non usare quelle denocciolate uso aperitivo), cinquanta grammi di capperi sciacquati dal sale (mai sott’aceto). Infine il “segreto”: in un mezzo bicchiere abbondante di aceto bianco di buona qualità sciogliere un bel cucchiaino di zucchero, e arricchirne il sugo, mescolando bene e lasciando cuocere per altri venti minuti in modo che i sapori si amalgamino bene e la salsa risulti piuttosto densa e ben legata.

Lo so, ora direte che mi sono dimenticato delle melanzane. E invece no, mentre il composto-base sobbolle, sciacquare e asciugare i tocchetti premendoli leggermente dentro un canovaccio. Quindi friggerli, in due o tre volte, in abbondante olio extra ben caldo ma non fumante. Quando saranno ben dorati, scolare, asciugare in un doppio foglio di carta da cucina e calare nel composto. Mescolare lentamente e lasciare stufare a fuoco stavolta molto dolce per cinque minuti. Attenzione: la caponata si mangia e si gusta meglio non calda ma a temperatura ambiente, con una spruzzatina di basilico spezzettato. Ben chiusa, si conserva in frigo per due, tre giorni: ci guadagna in sapore. Comunque, la caponata era un piatto fundamentalmente estivo dal momento che la melanzana dà il meglio di sé tra luglio e ottobre. Ma ora che siamo in piena globalizzazione la melanzana nera e tosta si trova in tutte le stagioni.



Un furgone Contorno inizio '900



cav. Antonino Contorno



L'interno della fabbrica Contorno oggi

Questa è la caponata made in Palermo, ed è oramai nota in tutto il mondo grazie ai ristoranti siciliani sparsi ovunque ma non ovunque fidati, e soprattutto ad imprese artigiane palermitane nate nell'800, la più famosa è la "Fratelli Contorno" per fortuna ancora oggi in esercizio. Un'altra grande-piccola azienda palermitana, la "Andrea Pensabene" di una volta, ha cambiato nome ("**Pensabenechiossone**") e sede (la lavorazione ora è a Termini Imerese) ma ha mantenuto intatta la tradizione: garantita dalla vedova di Andrea, Donna Rosa.

I Contorno spediscono i loro barattoli in banda stagnata (le *boatte*) persino in America, richiestissimi dagli emigrati siciliani. Ma da qualche anno - udite, udite - è diffusa in tutt'Italia soprattutto grazie alla catena di Coop Italia, che ne ha affidato la produzione, ma sotto il suo supermarchio "fiorfiore", ad una aziendina che sta sì a Ragusa, all'altro capo della Sicilia, ma che rispetta appieno la tradizione e gli ingredienti della "scuola palermitana". Ovunque nell'Isola vi forniranno altre versioni: ad Agrigento ci mettono anche i peperoni *arramascati* (più noti altrove come friggirelli), il miele e l'aglio; a Catania quasi sempre anche peperoni rossi e gialli; a Trapani

immancabili i pinoli e magari le mandorle; altrove c'è la variante dei carciofi al posto delle melanzane, o quella del pomodorino intero e senza salsa, o quella di aggiungere le pesche locali e le pere di stagione. Oddio, quanta lesa maestà a La Caponata...



*Giorgio Frasca Polara*

Pubblicato il 28 marzo 2016

CIBO E DINTORNI su ytali.

[Non è il piccione, è la sopa coada che fa scandalo di Adriana Vigneri](#)

[Giù le mani dal tiramisù, geniale bontà trevigiana di Adriana Vigneri](#)

[Tiramisù, golosi di tutto il mondo unitevi. A Venezia di Claudio Madricardo](#)

[L'orto più bello del mondo? È alla Giudecca di Claudio Madricardo](#)

[Sa di laguna, ed è il miele più buona che ci sia di Claudio Madricardo](#)

[Venissa, un'altra Venezia da sogno di Claudio Madricardo](#)

[Si fa presto a dire marmellata. I segreti di un artigiano tra filiera corta e km zero di Mario Gazzeri](#)

[Mangiare ascoltando il corpo. Una conversazione con il dottor Mozzi di Guido Molledo](#)