

La caponata alla palermitana



di LUCA GUASTINI-

La caponata è un classico contorno estivo della cucina Sicula. Ne esistono svariate versioni che si differenziano in base ad alcuni ingredienti. L'unico su cui tutti vanno d'accordo è la melanzana. Nella versione palermitana, quella che prepareremo oggi, rigorosamente fatta a dadini e fritta per poi essere aggiunta a tutti gli altri ingredienti cotti separatamente.

Ingredienti

500 g di melanzane lunghe
una costa di sedano
una cipolla
tre o quattro pomodori ramati
100 g di olive verdi
30 g di pinoli
Due cucchiaini scarsi di zucchero
30 g di capperi sotto sale
40 g di aceto

Procedimento

Per prima cosa pulire e affettare le melanzane a fette alte circa un centimetro e metterle sotto sale per circa un'ora. Dopodiché lavarle asciugarle e tagliarle a dadini per poi friggerle in olio di semi, scolarle e mettere ad asciugare su carta assorbente. Nel frattempo affettare la cipolla a fette

abbastanza sottili e metterla a cuocere in olio d'oliva a fuoco basso. tostare pinoli un padellino. Lavare e tagliare a rondelle la costa di sedano, sciacquare bene i capperi salati e asciugarli, denocciolare le olive verdi e tagliarle. Quando le cipolle saranno leggermente appassite aggiungere il sedano tagliato a rondelle e continuare a cuocere. Aggiungere anche i capperi, le olive, i pinoli tostatati e mescolare il tutto sempre facendo attenzione a non bruciare la cipolla. Togliere la pelle ai pomodori rossi ramati e farli a pezzi aggiungerli al soffritto mettere anche del concentrato di pomodoro e aggiustare di sale e far cuocere per circa 10 o 15 minuti nel frattempo preparare la salsa agrodolce sciogliendo lo zucchero, preferibilmente di canna, nell'aceto e quindi aggiungerla alle verdure quando saranno cotte. Alzare il fuoco per fare evaporare un po' e quando non si sentirà più l'odore forte di aceto unire anche le melanzane fritte precedentemente. Mescolare e spegnere il fuoco. Trasferire in un piatto da portata, far raffreddare prima di servire, magari guarnendo con qualche foglia di basilico fresco.