

1. Antipasti - la caponata antica

De *caponata* (*capunata* in het Siciliaans) is gebaseerd op de *caponada* uit Catalonie. Dit gerecht hadden de Cataloniërs op hun beurt op de ratatouille uit de noord-mediterraanse plaats Nice gebaseerd.

De *caponata* werd oorspronkelijk gegeten als zoetzuur bijgerecht bij de *capone*, een mediterrane vissoort. Met name het arme deel van de Siciliaanse bevolking had echter geen geld voor de *capone*, waardoor de *caponata* uiteindelijk als zelfstandig gerecht, maar dan met toevoeging van aubergines, werd gegeten. Zo ontstond de *capunata antica*, de eerste vorm van de *caponata*, waar nu zo'n 36 andere varianten op zijn gebaseerd.

In de jaren '50 werd de *caponata* een *antipasto* (voorgerecht) en dat is zo gebleven.

Ingrediënten voor vier personen:

800 gram aubergines
200 gram tomatensaus
500 gram bleekselderij
150 gram kappertjes
olijfolie (*)
200 gram groene, ontpitte olijven
200 gram uien
35 gram rozijnen
35 gram suiker
2 eetlepels wijnazijn
50 gram pijnboompitten
peper en zout
verse basilicum

Vorbereiding:

Snijd de aubergines in blokjes en leg ze voor minimaal 30 minuten in zout water. Laat ze daarna uitlekken in een vergiet. In de tussentijd de bleekselderij in kleine blokjes snijden en even blancheren. Hierna de blokjes in een klein beetje olijfolie frituren, waarna u de bleek-selderij kunt laten uitlekken op wat keukenpapier. Frituur vervolgens de blokjes aubergine, totdat ze goudbruin zijn. Laat ze daarna uitlekken en afkoelen op keukenpapier.

Los 35 gram suiker op in een kommetje met wijnazijn.

Bereidingswijze:

Versnipper de ui en bak deze goudgeel in de olie. Voeg daarna de blokjes bleekselderij, de groene, ontpitte olijven, de kappertjes, de pijnboompitten, de rozijnen, de tomatensaus, enkele blaadjes basilicum en wat peper en zout toe. Laat het geheel 10 - 15 minuten sudderen. Voeg vervolgens de blokjes aubergine en bleekselderij en het mengsel van wijnazijn en suiker toe. Roer het geheel door

en haal daarna de pan van het vuur. Laat de caponata vervolgens in een schaal afkoelen. Het gerecht moet namelijk koud worden geserveerd.

(*) Indien u, zoals wij, liever niet in olijfolie frituurt, kunt u de olijfolie door bijvoorbeeld pindaolie (arachideolie) vervangen.

2. Dolci - frutta martorana

Het waren de Etrusken die voor het eerst zoetigheid van marsepein maakten. Het recept dat vandaag de dag wordt gebruikt stamt uit de 13e Eeuw. Marzapane, het Italiaanse woord voor marsepein, komt van het Arabische "marzaban". Dit was een gouden doosje, waarin speciale toetjes werden vervoerd. Uiteindelijk werd met marzaban niet meer het doosje, maar de inhoud ervan aangeduid. Marsepein wordt ook wel Pasta reale (letterlijk: koninklijke pasta) genoemd. Dit omdat een van de koningen van Sicilië, Ruggero II, er dol op was en het regelmatig bestelde.

In 1193 liet Eloisa Martorana in Palermo een klooster bouwen, dat haar naam kreeg: Chiesa e convento della Martorana. De nonnen van het klooster maakten voor Allerheiligen fruit van marsepein, dat frutta martorana werd genoemd.

Ingrediënten:

1 kilo amandelmeel
750 - 1000 gram poedersuiker
75 ml water
1/2 zakje vanillepoeder
4 ml amandelextract
kleurstoffen
amaretto

Bereidingswijze:

Doe het amandelmeel, de poedersuiker en het vanillepoeder in een kom en meng dit door elkaar. Voeg vervolgens het water en het amandelextract toe en kneed het geheel totdat je een homogene, kleiachtige massa krijgt. De *frutta martorana* kan vervolgens worden gemaakt met behulp van speciaal daarvoor bestemde vormpjes (meestal gemaakt van gips).

Nu kan het fruit van marsepein worden beschilderd. Meng van elke kleur een paar gram kleurstof met wat amaretto en gebruik een kwastje (per kleur een apart kwastje) om de kleur aan te brengen.

Voor bepaalde vruchten, zoals aardbeien, mandarijnen en sinaasappels zijn er speciale kunststof blaadjes te koop, die in de marsepein kunnen worden gestoken.