

## La Caponatina di Adelina, la ricetta “sciavurosa” per la gola del Commissario Montalbano

**Autore:** Maria Paola Scaletta

**Data:** 20 Aprile 2021



### La caponatina di Adelina è una variante della classica caponata siciliana

- E' uno dei piatti più citati nei romanzi di Camilleri. La caponatina viene citata in tre volumi del Commissario Montalbano
- Questo piatto è un classico siciliano. Ma pietanze simili si trovano in tutto il Mediterraneo
- Il nome del piatto deriva dal greco Capto, che significa tagliato

La **Caponatina di Adelina** è uno dei piatti preferiti dal Commissario **Montalbano**. [Camilleri](#) cita questa pietanza squisita in tre romanzi della saga del commissario Montalbano. Ecco la reazione del commissario più amato dagli italiani, quando si trova di fronte la sua prelibata caponatina: *“Appena aperto il frigorifero, la vide. La caponatina! Sciavuròsa, colorita, abbondante, riempiva un piatto funnùto, una porzione per almeno quattro pirsone. Erano mesi che la cammarera Adelina*

*non gliela faceva trovare...”.*

Le origini di questo piatto risalgono all'antichità. La parola caponata deriva dal greco *captos*, che significa “tagliato”. In effetti, la caratteristica della [caponata](#) è proprio la presenza di svariate verdure tagliate a pezzi più o meno della stessa misura. La caponata, come la conosciamo noi, solo in Sicilia conta su almeno 37 ricette diverse. Diffusa in tutto il Mediterraneo, è generalmente utilizzata come contorno o antipasto, ma sin dal XVIII secolo costituiva un piatto unico, accompagnata dal pane.

Un parente stretto della Caponata è sicuramente il cappon magro. Antico piatto tradizionale ligure a base di pesce e verdure, il [cappon magro](#) è una pietanza riservata ai giorni di penitenza e quaresimali. Il pesce e la [verdura](#) di cui è composto viene servito su una base di galletta di pane tostato.

## Gli ingredienti della caponatina di Adelina

- 4 Melanzane nere
- 100 ml Aceto (potete usare quello che preferite)
- mezzo cucchiaino Zucchero
- 100 g Olive nere o verdi (snocciolate)
- 1 rametto Basilico
- 100 g Mandorle pelate
- 1 cucchiaino Capperi
- 1 cucchiaino Pinoli
- 1 cipolla
- q.b. Olio extravergine d'oliva
- mezzo cucchiaino Uvetta
- 250 ml Passata di pomodoro (Facoltativa)
- q.b. Sale e pepe

## La ricetta della caponatina di Adelina

- Lavate le melanzane e tagliatele a dadi, quindi lasciatele per un'ora in un colapasta, cosparse di sale, in modo che perdano l'acqua di vegetazione. Trascorso questo tempo, risciacquatele, asciugatele con cura e friggetele in abbondante olio caldo. Quando saranno dorate, sgocciolatele e ponetele su carta da cucina.
- Affettate la cipolla finemente, quindi fatela appassire in una pentola con un mestolo di acqua. Aggiungete quindi la passata di pomodoro, il basilico, le olive, i capperi, i pinoli e l'uvetta fatta rinvenire in acqua tiepida e strizzata. Regolate di sale e pepe e fate sobbollire a fuoco basso per 10 minuti. Aggiungete quindi l'aceto e lo zucchero, alzate la fiamma e fate evaporare l'aceto in parte. Unite quindi le melanzane, mescolate e spegnete il fuoco. Prima di servire a tavola, fate raffreddare un po'.

---

Riferimento articolo: <https://www.blogsicilia.it/food-drink/caponatina-adelina-sciavorosa-montalbano/593224/>

Generato il 15/05/2026