



In una terra, come la Capitanata, che è da sempre crocevia di genti, culture e dunque costumi e tradizioni diverse, anche la gastronomia è un *melting pot* in cui si incontrano piatti di diversa origine ed estrazione.

Come il *capitone fritto*, pietanza d'obbligo nel cenone della vigilia di Natale, che Foggia condivide con Napoli, e chissà che questa comunanza non tragga origine dal fatto che la femmina dell'anguilla è molto apprezzata nella città partenopea, che era una volta la capitale del Regno delle Due Sicilie, ma veniva prodotta in terra di Capitanata, nella laguna di Lesina.

A voler essere cavillosi, però, si potrebbe osservare che, se qualcuno ha importato la tradizione dall'altro, sono stati i napoletani, e quando capitale era anche un po' Foggia, perché il primo estimatore del capitone fu l'imperatore Federico II di Svevia, che lo inserì nel menù del pranzo, munifico e pantagruelico, offerto in occasione del *Colloquium generale* (l'assemblea plenaria dei funzionari regi) convocata da Federico l'8 aprile 1240 per presentare le *Novae Constitutiones*.

Fu l'imperatore che proclamò Foggia *inclita sedes imperialis* ad ordinare personalmente (la lettera è datata marzo 1240 ed indirizzata alla Curia) al suo cuoco Berardo di preparare "*askipeciam et gelatinam*" utilizzando il pesce "*de Resina*", cioè del lago di Lesina.

*Askipeciam* sta per *scapece*, che è il modo con cui, ancora oggi, si "tratta" il pesce fritto sia a Napoli che in alcuni posti della Puglia, tra cui la stessa Lesina e Gallipoli.

La nobile origine del capitone fritto a scapece è stata recentemente riscoperta da Anna Martellotti, docente di lingua tedesca a Bari, nel suo bel libro " *I ricettari di Federico II. Dal "Meridionale" al "Liber de coquina"*. (Se volete saperne di più, trovate qui una recensione di Marco Brando sul Correre del Mezzogiorno.)

L'usanza e la passione per il capitone dev'essersi propagata da città imperiale a città imperiale: sta di fatto che sulle tavole foggiane, così come su quelle partenopee, non è Natale se non c'è in tavola il capitone, la cui preparazione ha del resto tempi e cadenze rituali e solenni, così come s'addice ad un *cibo imperiale*.

Si comincia dalla scelta della materia prima che dev'essere naturalmente freschissima, anzi viva, il che espone chi debba cucinarla anche all'incombenza di mettere fine ai giorni del povero animale, a meno che non si voglia affidarla al pescivendolo. Non è vero che l'anguilla debba essere giovane. Non a caso parliamo di capitone (ovvero della femmina), e le anguille rivelano il loro sesso solo alcuni mesi dopo la nascita.

Sceglierlo e andarlo a comprare era di per sé un rito. E quanti ricordi. A casa mia, così come accadeva per il *galluccio* a Ferragosto, ad occuparsi dell'acquisto era mio nonno Giuseppe. Lo comprava vivo; glielo incartavano in quella carta gialla per alimenti che si usava un volta, avvolto a sua volta in un foglio di giornale, per maggior sicurezza e...igiene.

Incredibilmente, la bestia giungeva ancora viva e vegeta a casa, e per noi ragazzi era uno spasso andare di soppiatto a spiarla che ancora si muoveva e sgusciava nel tegame.

Succedeva anche che al momento della esecuzione, dibattendosi, finisse a terra, e allora era ancora più divertente darsi da fare per acciuffarla ed assicurarla...alla giustizia.

Povero capitone... ma si sa: *la morte sua è a Natale*, indorato e fritto. Oppure a scapece, vista l'antica e nobile tradizione imperiale.

Vi fornisco entrambe le ricette.

Cominciamo. Se non vi siete fatti aiutare dal pescivendolo, dovete prima di tutto ucciderlo e pulirlo, il che va fatto contemporaneamente. Non è comunque un'operazione difficile.

Aiutandovi con un foglio di carta da cucina sufficientemente spesso o indossando un guanto ruvido che impedisca al pesce di sgusciarvi tra le mani, adagiatelo sul marmo della cucina, immobilizzatelo e tagliate la testa e la coda, quindi eliminate le viscere praticando una incisione lungo la pancia. Asportate il sacchetto della bile che si trova all'altezza delle pinne caudali, cercando di non romperlo e tirate via le interiora, che sono del resto piuttosto piccole.

Adesso tagliatelo a pezzetti di 7-8 cm ciascuno, lavate e risciacquate abbondantemente. Infarinate e friggete in abbondante olio caldo, a fuoco moderato, fino a quando i tocchetti non saranno diventati dorati e croccanti. Fate sgocciolare l'olio in eccesso riponendo i pezzi su un foglio di carta assorbente, quindi portateli in tavola ancora caldi, con l'aggiunta di sale e se gradito, pepe.

Nel caso dovesse avanzarne, seguendo la tradizione secondo cui niente del pranzo di Natale va buttato (vedi *l'insalata di rinforzo*, di cui vi ho detto in quest'altra lettera meridiana) si può servirlo freddo il giorno dopo, irrorato con aceto e quindi condito con olio extravergine di oliva e foglioline di menta.

Questo è più o meno anche il procedimento per il *capitone a scapece*, che va preparato almeno un giorno prima, perché dev'essere posto a marinare per un periodo minimo di 24 ore.

Preparate il capitone, friggendolo come descritto in precedenza.

Ponete dunque i tocchetti di capitone, sgocciolati, in una terrina a strati, alternando con aglio tritato, sale e origano. Nel frattempo mettete a bollire un bicchiere di aceto bianco con mezzo bicchiere d'acqua, lasciando evaporare fino a quando la soluzione non si sarà ristretta per circa 1/3. A cottura ultimata, aggiungete al liquido un cucchiaio d'olio, amalgamate, versate sul capitone nella terrina, lasciate marinare per almeno 24 ore.

Il capitone a scapece può essere conservato anche in vasetti di vetro, pressandolo quando basta per eliminare l'aria, aggiungendovi l'aceto e coprendolo con un filo d'olio. In questo caso si conserva anche per un paio di settimane, e questo spiega perché la pietanza fosse così popolare già nel Medioevo, epoca in cui non esistevano i frigoriferi, e per conservare i cibi bisognava affidarsi a conservanti naturali, come l'aceto.

Buon appetito, e buon Natale.

Geppe Inserra

Facebook Comments

**Potrebbe interessarti anche:**



- Con le “pettole” il digiuno della vigilia diventa saporito



- Altro che astice, a Natale provate le lagane con sugo di anguilla o di baccalà



- Il pranzo di Natale (pugliese e dauno)



- I sapori della memoria | Cartellate, inno natalizio pugliese e antidoto ai fast food

Clicca sul pulsante per scaricare l'articolo in Pdf 

Hits: 1107