Sauce Bolognaise : L’Authentique Goût de l’Italie

écrit par Karim

On a tous *notre* version maison de la sauce bolognaise… Mais celle-ci a une histoire particulière. Elle m’a été généreusement partagée par un cuisinier italien lors d’un atelier de confection de pâtes fraîches. Simple mais pleine de saveurs, cette recette respecte la tradition tout en livrant un résultat incroyablement parfumé et généreux. C’est là que j’ai découvert les secrets qui font toute la différence, notamment l’importance du choix de la viande et le rôle du vin dans la texture de la sauce.

Au passage, j’ai récupéré quelques astuces précieuses que je vais vous transmettre.

Pour préparer une sauce bolognaise avec de la viande hachée qui ne se décompose pas complètement lors de la cuisson, il faut prêter attention à plusieurs éléments : le choix de la viande, la préparation et la méthode de cuisson. Voici tous mes conseils pour obtenir une texture parfaite.

-> Bien choisir la viande
Privilégiez une viande avec du gras (pas de bifteck haché, même si la composition est plus noble), un hachage grossier (j'insiste sur ce point, très très important) mais surtout une viande fraîche (oubliez les viandes industrielles, c'est la cata). Oubliez également les viandes trop maigres ou hachées trop finement, elles donnent une texture sèche et moins généreuse.

-> Une cuisson lente et douce
Laissez mijoter à feu doux, sans faire bouillir, pendant 2 à 3 heures. Cela permet à la viande de s'attendrir sans se désintégrer. Remuer délicatement de temps en temps pour ne pas casser les morceaux.

-> Le verre de vin, un épaississant naturel pour la sauce
Beaucoup pensent que le vin ne sert qu'à ajouter une touche aromatique à la bolognaise, mais j'ai remarqué, après plusieurs essais, qu'il joue un rôle clé dans l'épaississement naturel de la sauce. Associé à la réduction lente de la sauce, il renforce la liaison entre la viande et la tomate, donnant un résultat plus dense et coloré. L'alcool s'évapore en cours de cuisson, mais les tanins et les sucres naturels du vin agissent comme un liant.

C'est un plat qui demande du temps, mais aucune technique particulière — il suffit de laisser mijoter doucement et de ne rien précipiter. L'idéal est de le préparer le week-end, quand on a le loisir de laisser la sauce se concentrer en saveurs… et embaumer toute la cuisine.

Il faut compter environ **45 minutes de préparation et 2h00 heures (minimum) de cuisson** pour réaliser la sauce bolognaise.

Ustensiles nécessaires pour cette recette :
→ 1 fait-tout ou idéalement une cocotte en fonte (pour préparer la bolognaise)
→ 1 spatule en bois (pour la sauce)
→ 1 éplucheur Victorinox (vous retrouverez sa fiche technique dans l'onglet « **Ustensiles** »)

Ingrédients pour la sauce bolognaise :
→ 1 kg de viande hachée
→ 250 g de farce de veau ou chair à saucisses (facultatif)
→ 2 kg de tomates fraîches ou 4 boîtes de tomates concassées
→ 500 g de céleri

→ 250 g d’oignons
→ 250 g de carottes
→ 2 gousses d’ail
→ 1 verre de vin rouge (avec ou sans alcool)
→ 10 feuilles de basilic frais
→ QS sel et poivre

La proportion de céleri doit toujours être plus importante que le reste des légumes. Ce n’est pas moi qui le dit, c’est Marco.

Étapes de préparation :

Avant de commencer, lisez toutes les étapes au moins une fois et préparez tous vos ingrédients.

Commencer par préparer la sauce bolognaise :

Toujours démarrer à froid — c’est Marco qui le dit ! Versez deux cuillères à soupe d’huile d’olive dans un faitout, ajoutez les légumes taillés en **brunoise** (carotte, céleri, oignon) et laissez-les cuire doucement pendant **25 minutes** à feu moyennement fort. Cette coupe fine permet une cuisson homogène et libère toute la douceur des légumes, formant la base aromatique de la sauce.

Pour encore plus de parfum, je récupère une partie des feuilles de céleri, que je hache finement et ajoute à la cuisson. Ajoutez un peu d’eau si vous sentez que ça accroche, et n’oubliez pas de mélanger de temps en temps.

4 US-QUART
3
2

4 US QUART

Ajouter la viande hachée, mélanger délicatement pour éviter que la viande ne s’agglutine et poursuivez la cuisson pendant 20 minutes à feux moyennement doux en remuant de temps à autre pour que la viande colore bien sans sécher.

4 US QUART

V**erser le vin rouge**, gratter légèrement le fond de la casserole, et laisser réduire l’alcool à feu doux pendant quelques minutes avant de poursuivre avec les tomates et les herbes.

Ajouter la tomate et un verre d’eau. Ajouter **le sel** et **le poivre** à votre convenance.

Laissez mijoter pendant **2 heures minimum**, sans couvrir. Cela permet à l’excès d’eau de s’évaporer naturellement et surtout, d’adoucir l’acidité des tomates. Remuez délicatement de temps en temps, et ajoutez un peu d’eau si nécessaire —

en très petite quantité à chaque fois, juste de quoi éviter que la sauce n'attache au fond.

30 minutes avant la fin de la cuisson, ajouter **2 gousses d'ail entières non pelées** « en chemise ». Cela permet d'apporter un arôme moins violent avec un goût de noisette.

La touche finale : une fois la sauce prête, ajoutez une dizaine de feuilles de basilic frais, finement hachées. Mélangez délicatement, puis couvrez la cocotte hors du feu et laissez infuser quelques minutes. Ce simple geste parfume la sauce en profondeur sans faire cuire le basilic, qui conserverait sinon une amertume.

Informations utiles :

→ **Utilisez une cocotte en fonte si vous en avez une.** Elle diffuse la chaleur de manière homogène et assure une cuisson douce et régulière — parfaite pour un mijotage de plusieurs heures.

→ **Démarrer la cuisson des légumes à froid**, c'est l'astuce de Marco : cela évite qu'ils ne se referment sur leurs saveurs. Résultat : un fond de sauce plus parfumé et plus riche.

→ **Pour plus de goût, vous pouvez mélanger du bœuf haché avec un peu de farce de veau.** N'en mettez pas plus de 250 g, sinon la texture risque de devenir trop grasse.

→ **Si vous ne consommez pas d'alcool, sachez qu'il existe du vin halal (désalcoolisé)**, parfait pour cette recette. Il permet de conserver la richesse aromatique du plat sans contrevenir à vos convictions.

→ **Ne cherchez pas à aller vite.** La sauce bolognaise exige une cuisson lente, sur plusieurs heures. C'est le temps qui fait le goût.

→ **Ne couvrez jamais une sauce à base de tomates.** Cela retient l'humidité et l'acidité. Une cuisson à découvert permet à la sauce de réduire et de s'adoucir.

→ **Si c'est la saison, privilégiez des tomates fraîches.** Elles donnent une profondeur et une authenticité incomparables à votre sauce.

→ **Conservation :** la sauce se garde **3 jours au réfrigérateur** sans souci. Elle se **congèle aussi très bien**, en portions ou en plat complet (lasagnes, cannellonis…).

Prenez le temps de cuisiner et surtout, faites-vous plaisir …