

# Ragù alla Bolognese



## **Ingrédients** : pour 3 litres de sauce

1 kg de viande de boeuf hachée, de la meilleure qualité possible  
1 kg de tomates allongées, mûres mais pas molles  
1 brique (500 gr) de coulis de tomates (*le Heinz est sans colorant ni conservateurs*)  
1 verre de vin rouge  
2 cubes de bouillon de légumes bio  
3 branches de cèleri bien vert, avec les feuilles  
4 grosses gousses d'ail  
5 oignons jaunes  
6 tranches fines de pancetta  
6 ou 8 carottes jeunes et fraîches  
de l'huile végétale pour la poêle, ET de l'huile d'olive pour la sauce  
du thym, deux feuilles de laurier  
pas de sel mais du poivre gris, et quelques pincées de poudre d'épices

## **Préparation** :

- Commencer par tailler les oignons en tranches fines ; verser un peu d'huile dans la poêle et les faire blondir à feu doux.
- Pendant ce temps, hacher l'ail. Puis le rajouter aux oignons. Ils doivent blondir, pas brûler. Quand ils sont blonds et tendres, éteindre le feu, réserver le mélange dans un bol.
  - Ne jamais laver la poêle, pour cette recette.
- Faire cuire les carottes épluchées. Pendant que les carottes cuisent, rincer les branches de cèleri, enlever les plus gros fils, et passer le cèleri au mixer. Réserver.
- Lorsque les carottes sont cuites, les passer aussi au mixer. Et réserver cèleri + carottes à part.
- Peler les tomates à l'eau bouillante, les couper en quatre et enlever les pépins. Réserver.
- C'est au tour des viandes : rallumer le feu sous la poêle, et y faire fondre la pancetta, qu'il faut déchirer à la main en lanières. Rajouter un peu d'huile pour la viande, si nécessaire.
- Ajouter la viande hachée par-dessus, et touiller pour que la viande se détache en petites boulettes. À la fourchette s'il le faut.
  - Faire attention à ça : la viande hachée cuit très vite, alors il ne faut pas la laisser cuire trop longtemps, pendant qu'on touille. Sinon, sortir la poêle du feu un instant.
- Ajouter les tomates : à la chaleur, elles vont rendre leur jus et mouiller la viande. Lorsque les

- tomates sont cuites (elle fondent et se mélangent), rajouter les carottes et le cèleri.
- Saupoudrer avec les deux cubes de bouillon, en les écrasant dans les doigts au-dessus de la poêle. Puis ajouter le verre de vin rouge et remuer un peu pour mélanger.
  - Ajouter le thym émiétté, et les feuilles de laurier (enlever le laurier à la fin).
  - Ajouter enfin le coulis de tomates et bien remuer. Baisser le feu au maximum, mais sans couvrir.
  - Laisser cuire doucement et aller faire autre chose. De temps en temps, revenir voir la sauce et remuer délicatement, pour l'aider à "réduire" un peu. (mais pas trop). Il faut que la sauce finale soit onctueuse mais pas liquide. Surtout pas trop sèche. On doit voir les boulettes de viande, mais fondues dans la sauce.
  - Quand cela semble à point, éteindre pour de bon et rajouter un peu d'huile d'olive, si besoin.

### **Les aubergines.**

- C'est facultatif, mais délicieux... Il faut en plus deux grosses aubergines.
- Les couper en deux, puis en quatre, puis en huit. Les badigeonner de sel fin et les laisser dégorger un moment : elles vont rendre un jus brun clair. Les rincer et les éponger avec un torchon.
- Les faire sauter à feu vif dans une poêle quelques instants, puis couvrir et baisser le feu au maximum.
- Venir les tourner délicatement de temps en temps. L'aubergine va "confire" dans l'huile et à la vapeur (sous couvercle). La peau va caraméliser et la pulpe devenir crémeuse et fondante. Éteindre le feu, racler la pulpe de l'aubergine pour la transvaser dans un bol.
- On peut rajouter cette crème d'aubergine à la sauce bolognese, ou la présenter à part.