



ĂN – CHƠI PHẦN 1

(Sưu tập từ các trang www.rice.com và các báo online)

Mục lục

[Ăn món Campuchia](#)

[Đến Sài gòn - Ăn món Tiềm Thuộc Bắc](#)

[Đến Nha Trang - Có Yến Sào](#)

[Đến Phan rang - Ăn Cá Chàm Đảo Phú Quý](#)

[Đến Hà Giang - Thăm Ruộng bậc Thang Hoàng Su Phì](#)

[Đến Hội An - Ra đảo Cù lao Chàm khám phá](#)

[Đến Miền Tây - Về Giồng ăn Dế](#)

[Đến Campuchia - Tắm biển SIHANOUKVILLE](#)

[Đến Cao Bằng - Ăn Đặc sản](#)

[Đến An Giang - Ăn Gà Hấp lá Trúc](#)

[Đến Hội An - Đứng điệu Cao lầu](#)

[Đến An Giang - Ăn Cá Basa Long Xuyên](#)

[Đến Hậu Giang - Ăn Cháo Lòng Cái Tắc](#)

[Đến Bình Định - Ăn Bánh Tráng Suông](#)

[Đến Huế - Ăn Gỏi Cá Sanh Cầm](#)

[Đến Huế - Uống Rượu Làng Chuồn](#)

[Đến Trà Vinh - Ăn Xá Pấu Cầu Kè](#)

[Đến Phú Quốc - Ăn Gỏi Cá Trích](#)

[Đến An Giang - Ăn Món Đồng](#)

[Đến Vĩnh Long - Ăn Cá Cóc nước sâu](#)

[Đến Kiên Giang - Ăn Bánh Canh càng cua biển](#)

[Đến Trà Vinh - Ăn Sim Lo Bình Bát](#)

[Đến Sóc Trăng - Ăn Chạch Lấu nướng mộc](#)

[Đến Cần Thơ - Ăn Lẩu Mắm](#)

[Đến Cần Thơ - Ăn Ba Khía mười kiểu](#)

[Đến Tiền Giang - Ăn Dồi Dê Nướng](#)

[Đến An Giang - Ăn Bún nước kèn](#)

Ăn món Campuchia

Sài Gòn vậy mà cũng có một góc ăn Campuchia khá chính thống. Ở đó người ta bắt gặp nhiều ngôn ngữ xứ này trùng lặp ít nhiều với tiếng Việt, như cơm nếp gọi bằng bai tanep, hủ tiếu Nam Vang gọi bằng cutieu Phnom Penh...



Ở nhà hàng Angkor Encore Plus, khách bước hẳn vào một không gian Khmer mang chút hơi hướm huyền huyền ảo ảo với điệu múa apsara

Ở nhà hàng Angkor Encore Plus, khách bước hẳn vào một không gian Khmer mang chút hơi hướm huyền huyền ảo ảo với điệu múa apsara. Nhưng ở đó các món ăn quen thuộc với người Việt lắm. Những món mà nhà hàng giới thiệu là đặc trưng của Khmer như gỏi (nhoime) sầu đầu, mắt bò hóc, cá amok - hấp nước cốt dừa với cà ri, bò xào kruong và bún nam choóc. Cá amok hấp nhà hàng dọn hôm ấy là cá lóc có vị rất riêng Khmer, không lẫn với gu Việt.

Cũng như người miền Tây, người Khmer sử dụng nước cốt dừa như là món gia vị chủ đạo cùng với nghệ. Trong các món như bò xào kruong, cá amok hấp, mắt bò hóc đều có nước cốt dừa, nghệ, riềng, chanh rừng, lá ngón và cà ri. Mắt bò hóc trong quán không có mùi đậm bằng mắt bò hóc chính gốc Trà Vinh. Có lẽ là bếp người Khmer điều chỉnh lại cho vừa khẩu vị của những người lạ chưa ghiền mắt này.



Rượu vang thốt nốt hương gừng hơi ngọt

Cũng giống như người Việt, người Khmer cũng có nhiều món gỏi nhoime như nhoime lahong (đu đủ), nhoime samyong chaigne (bắp chuối), nhoime kahay chouk (sen), nhoime xaiko (bò tái chanh).

Tuy gia vị sử dụng những loại tạo vị mạnh, các món của người Khmer hầu như giống với món người Việt hoặc người Việt giống Khmer, do sự giao thoa lâu đời của hai sắc dân.

Thức uống ở đây cũng có loại rượu riêng là rượu vang thốt nốt hương gừng.

Yên - Đức - Tâm - Ảnh: Trần Việt Đức



Mắm bò hóc ở đây không nặng mùi như mắm chính gốc Trà Vinh. Có lẽ do bếp điều chỉnh cho hợp với người mới dùng ở TP.HCM





Mực nấu cà ri



Bò xào kruong với nước cốt dừa, nghệ, cà ri...

Đến Sài Gòn - Ăn món Tiềm Thuốc Bắc

Đặc biệt ở Sài Gòn, có hẳn một con phố người Hoa chuyên bán đồ tiềm. Ban đầu chủ yếu bán cho người Hoa là chính, nay con phố này đã nổi danh khắp Chợ Lớn, mà người Việt, người nước ngoài cũng tìm đến thưởng thức đồ tiềm.

Phố tiềm Chợ Lớn

Mệt mỏi trong người, nhức mình nhức mẩy, suy gan yếu thận... dân sành ăn kháo nhau cứ đến khu phố tàu Phan Xích Long, nạp cho vài "phát đồ"... tiềm là đầu vào đấy cả những món ăn quen thuộc như gà ác, óc heo, tim, gan, cật... bỏ trong thổ tiềm nhỏ cùng các vị thuốc bắc như đương quy, đẳng sâm, thực địa, hoài sơn, kỷ tử, xuyên khung, nhục túc... những vị thuốc theo quan niệm của người Hoa giúp hồi phục sức khoẻ sau một ngày làm việc mệt nhọc.

Gà ác tiềm chủ lực



Phố tiềm Phan Xích Long

Đến Phan Xích Long ban ngày, thấy con đường ngăn ngùn, không gì nổi bật lắm với những dãy nhà phố lam nham, có phần hơi xấu xí, chẳng đem lại nét gì mang hơi hướng phố Tàu ngoại trừ vài ba câu liễn đối thư pháp dán ngay trước cửa. Chiều xuống, con phố như lột xác, khác xa với vẻ im lìm vốn có ban ngày. Những dãy nhà hai bên đường dần mở cửa, kéo bảng hiệu có đèn neon bên trong, bật sáng trưng cả dãy phố, nổi bật lên những dòng chữ to tướng na ná nhau: gà ác tiềm, bong bóng cá...

"Đến Phan Xích Long ban ngày vắng lặng bao nhiêu thì ban đêm

càng tấp nập kẻ ra người vào bấy nhiêu. Tầm từ 7g tối trở đi, con phố như chật chội hẳn với xe cộ ra vào ăn tiệm liền tù tì không ngớt"

Con gà đen thui lui, gọi gà ác nằm gọn lỏn trong cái thố xanh trắng xuất xứ Lái Thiêu đã qua sử dụng nhiều lần bị rạn men hạt mè đều tăm tắp nhìn không khác chi đồ Lái Thiêu xưa từ thập niên 60 đổ về trước, đây là món đặc sản nổi tiếng của con phố gà tiềm này. Mỗi cửa tiệm bán đồ tiềm, đều có món chính là gà ác tiềm, kể đến mới bong bóng cá, ốc, cật, tim heo tiềm... sang hơn có món trút tiềm.

Mỗi con gà trung bình 25 - 30 ngàn tùy lớn nhỏ, tiềm nhừ trong thố cùng các vị thuốc bắc, lúc nào cũng được hâm nóng chỉ chờ khách gọi là sẵn phục vụ. Phố tiềm đã có từ lâu đời, sau năm 1975 còn lại vài ba tiệm, nhưng không phát triển vì chỉ phục vụ gói gọn trong giới người Hoa, người Việt khi ấy chưa quen với những món tiềm. Đến đầu những năm 90, món tiềm đã dần hợp khẩu vị với cộng đồng người Việt. Các cửa tiệm bắt đầu đua nhau mở san sát, với những tên hiệu đặc sệt Hoa có đuôi "Ký" đằng sau, phục vụ các món ăn người Hoa và chính vẫn là các món tiềm.

Phố tiềm... từ chiều đến đêm



Chị Ken - chủ tiệm Chấn Phát - một trong những tiệm bán đồ tiềm lâu đời nhất ở Phan Xích Long

Ở phố tiềm, một số tiệm mở cửa sớm như Chấn Phát bắt đầu từ 2g30 chiều, các tiệm khác thường mãi đến hơn 4g chiều mới mở cửa. Cả khu phố sáng rực đèn đến tận 1g khuya mới lục tục dẹp hàng. Đến Phan Xích Long ban ngày vắng lặng bao nhiêu thì đêm càng tấp nập bấy nhiêu. Tầm 7g tối trở đi, con phố như chật chội hẳn với xe cộ ra vào ăn tiệm liền tù tì.

Tuy bán hàng ăn đêm, nhưng những món ăn ở Phan Xích Long không thuộc hệ món nhậu, bởi thế tình hình ăn uống ở đây yên bình. Khách đến chủ yếu muốn thưởng những món được quan niệm là bổ khí huyết, máu, tráng

dương bổ thận,... nhờ vậy chuyện lai rai bia rượu ở con phố này hạn chế nhiều so với những quán ăn đêm khác.

Một trong những tiệm được xem là lâu đời và thành công nhất trên đường Phan Xích Long là Chấn Phát, bà Lâm Thị Ken chủ người Hoa gốc Phước Kiến cho biết: Các quán ăn ở đây đều do người Hoa mở, thực đơn tương tự nhau, nhưng cách nấu và gia giảm gia vị - chủ yếu là các loại thuốc bắc thì khác nhau, "nhờ vậy mang lại những hương vị riêng, đặc trưng riêng của từng quán".

Đến Nha Trang - Có Yến Sào

Sự ưu đãi của thiên nhiên ngoài biển, đảo, cát trắng... còn tặng cho Khánh Hoà 12 đảo yến chạy từ Vạn Ninh đến Nha Trang. Khánh Hoà trở thành tỉnh có sản lượng yến sào khai thác hàng năm nhiều nhất khu vực với tổng sản lượng lên tới trên 2 ngàn ký.

Món ăn tiến vua



Kỳ diệu hơn, thành phố Nha Trang lại ôm trong lòng mình một vịnh biển xinh đẹp, vừa trở thành thành viên thứ 29 của CLB các vịnh đẹp nhất thế giới.

Quá trình, hàng trăm năm khai thác yến, đối với người dân Khánh Hoà thì chỉ nghe chuyện tổ yến làm bằng nước bọt. Con chim yến phải bay xa hàng mấy trăm cây số trong đất liền để kiếm ăn. Từ đó, những giọt dãi của chim yến gắn lên vách núi tạo ra tổ yến, tổ yến trở thành một loại thực phẩm quý giá.

Ngày xưa, việc khai thác yến sào như một thứ sơn hào hải vị dành cho bậc vua chúa. Với dân thường không mấy người được nhìn thấy tổ yến chứ nói chi đến việc nếm mùi vị của chúng như thế nào? Cho nên, được nếm thử yến sào là sự tò mò của nhiều người.

Việc khai thác yến sào ở các đảo ngoài khơi Nha Trang được đưa vào tổ chức, hiện do Công ty yến sào Khánh Hoà quản lý. Và phần lớn yến sào khai thác trong năm đều xuất khẩu. Giá yến sào (tổ yến) mắc lên tới 60 triệu đồng/kg theo thời giá hiện nay, nhưng trên thực tế trước kia có tiền vẫn mua không được. Bởi yến sào Khánh Hoà là loại thực phẩm thượng hạng, xuất

khâu, thu ngoại tệ về cho đất nước.

Năm 2003, trong chương trình chào mừng 350 năm tỉnh Khánh Hoà, lần đầu tiên tour du lịch "Đảo Yến - Hòn Nội" hình thành và thu hút nhiều du khách tìm tới. Bởi được thăm và ngắm nhìn những hang yến, chim yến không phải chuyện đơn giản. Trong tour du lịch này, có một loại thức ăn đặc biệt: Yến sào chưng đường phèn với giá 180.000 đồng/chén.

Trước kia, muốn mua tổ yến phải ra thị trường chợ đen, không hiếm người gặp phải hàng giả, như đã từng phát hiện. Đến nay, mua dễ dàng tại Công ty yến sào Khánh Hoà ở 248 Thống Nhất hoặc các chi nhánh với giá 60 triệu 50 ngàn đồng/kg.

Đến Phan rang - Ăn Cá Chàm Đảo Phú Quý

Phú Quý được thiên nhiên ưu đãi với bao sản vật của biển khơi, trong đó có cá chàm - một loại cá mà theo những ngư dân thì chỉ có đảo Phú Quý mới có các loại cá chàm phong phú và chất lượng

Chả cá chàm

Cá chàm có hơn 10 loại, dùng nấu canh hoặc chiên, vị thịt ăn nghe bùi bùi hấp dẫn. Riêng với cá chàm huyết - con cá có những đường sọc viền theo thân mình màu đỏ tím trông như màu huyết - khi chế biến có vị khác lạ mà không loại cá nào có được - vị ngọt thanh như có ướp đường phèn.



Cá chàm huyết con lớn độ bằng bàn tay, nặng nhất chừng nửa ký, xuất hiện nhiều vào tầm tháng 11. Chàm huyết chế biến món chả, tuy dân dã nhưng ngon tuyệt. Công đoạn chế biến chả cá đơn giản. Con cá tươi rói đưa từ biển vào, lóc hai thớ thịt bên sườn, nạo thịt bỏ da, đâm quết thật nhuyễn, thêm chút tỏi, tiêu, muối rồi lại quết đều lần nữa, sau đó đem chiên. Miếng chả vàng óng, thơm ngát, không chút mùi tanh cá. Đặc biệt, không nêm nếm tí đường hay bột ngọt nào, nhưng chả cá chàm huyết lại có vị ngọt thanh, nhận ra ngay từ miếng cắn đầu tiên.

Chả cá chàm chấm muối ớt giã nhừ với rau é - một loại rau dại mọc trên đảo - cuốn cùng các loại rau khác như húng quế, húng lủi, diếp, tần ô... và đừng quên miếng ớt xanh cay xè. Vị ngọt lạ của cá, vị mặn cay cay cùng mùi hăng hăng của muối rau é đủ làm hài lòng thực khách qua món chả cá chàm huyết - một sản vật của người dân đảo xa.

Đến Hà Giang - Thăm Ruộng bậc Thang Hoàng Su Phì

Từ hướng Tuyên Quang lên, còn cách Hà Giang chừng 35km, gặp ngã ba Tân Quang, rẽ phải, theo hướng này vượt 60km đường đèo cao lũng thấp, vượt qua hai cái “cổng trời” thì đến Hoàng Su Phì

Hoàng Su Phì: bậc thang lên... trời

Mỗi ngày chỉ có một chuyến xe khách chạy tuyến này. Trong khi đó, với khách Tây balô thì đây là tuyến mới, lý tưởng để... cuộc bộ xuyên rừng. Còn dân nhiếp ảnh thì gọi đây là thiên đường của ruộng bậc thang. Có thể nói, ruộng bậc thang Hoàng Su Phì đẹp nổi tiếng nhất miền Tây Bắc.

Sản vật lạ



Niềm vui sau buổi chợ của cô gái Nùng

Hoàng Su Phì, cái nhánh đất thuộc cao nguyên đá Hà Giang nhưng lại có cấu trúc địa hình đỡ khắc nghiệt hơn hướng Đồng Văn, Mèo Vạc. Ở đây, ít những đồi núi đá tai mèo; đất đai phì nhiêu hơn. Nhưng thế đèo núi thì không kém phần hiểm trở. Suốt hơn 60 cây số, phải vượt qua hai cổng trời. Chiếc xe máy thuê cứ rè lên từng hồi khét lẹt khi những đám mây chùng thấp trên đầu.

Thời tiết ở mạn cao này trung bình 18-20 độ, quanh năm sương mù nên người dân có thể trồng được cây chè rất ngon. Loại chè này đặc biệt khi sao xong, lá và búp thường có những đốm trắng, gọi là chè tuyết, uống hơi chất nhưng vị ngọt hậu, đậm và hương thơm sâu. Giá khoảng 70 ngàn đồng/kg. Nhưng với những vị khách qua đường ở những quán cóc có thể được những người dân hiếu khách mời dùng chè tuyết miễn phí. Hít hà hương vị chén chè

tuyệt trong cái lạnh buốt chiều về lưng đèo, cảm nhận phần nào không gian sơn cước bạt ngàn.

Trên đường đi qua đèo Nậm Ty, anh Đỗ, một lính biên phòng giới thiệu về cây Ngọc an, một loại cây nhỏ phát triển mạnh phần rễ, rất thơm, mùi thơm có thể xua đuổi được cả muỗi, rắn rết. Giá 80-100 ngàn đồng/kg. Ngọc an được bán trên những quán cheo leo đỉnh đèo.

Nhưng điều cảm thấy lạ lùng là con sông Chảy vừa phát xuất từ đỉnh Nậm Dịch đi được vài mươi eo núi đã phải nuôi sống biết bao con người, bản làng Tày, Mông. Người Tày ngày nay theo sông gom đá bán kiếm tiền. Người Mông thì đi bắt cá vào những mùa nước lớn. Cậu bé Mông mười một tuổi có thể bắn bằng phương pháp thủ công: lặn và dùng cung ngạnh tự chế để bắn vài ký cá trong một buổi sáng. Sông Chảy có độ dốc lớn, nơi sinh sống của loài cá bống núi nhỏ bằng ngón tay, thịt ngọt và chắc, chiên hoặc nướng lên ngon hết biết. Thực đơn ở quán Trung Hà - trung tâm Hoàng Su Phì còn có món cháo tấu. Tấu là một loại củ rừng độc, ăn sống có thể chết người. Nhưng nấu cháo thì ngon toát mồ hôi hột. Dĩ nhiên, với dân miền xuôi quen an toàn thực phẩm thì có thể vừa ăn món ngon vừa nhấp chén rượu sẵn của người Tày để ngất ngất coi cái đời cũng nhẹ tựa mây...

Ruộng bậc thang lên... trời



Ruộng bậc thang là nét đẹp tuyệt diệu của Hoàng Su Phì

Chiều xuống. Những đám mây chùng trên đầu. Nhưng những vệt nắng lưng đèo vẫn soi xuống những ruộng bậc thang vẫn vẹn nhiều sắc màu. Hoàng Su Phì hiện lên vẻ đẹp hồn nhiên và diễm lệ như một thiên đường ẩn hiện trong mây. Những khoang ruộng hoa cải vàng ươm nổi với thảm lúa xanh non, lại tiếp giáp với mấy vành đai nước chảy loang xuống chân ngọn đồi đẹp như tranh. Đến tháng 9 - 10 là mùa thu hoạch, những ruộng bậc thang ở trên cung đường này là những bức tranh thiên nhiên tuyệt vời của Tây Bắc. Nhiều nhóm nhiếp ảnh lên đây năm vùng săn tìm cảnh đẹp mà quên về...

Thời gian ở Hoàng Su Phì trôi bằng tiết tấu chậm chạp và bình yên của một miền sơn cước vừa mở cửa hướng ra ngoài. Cả thị trấn có hai khách sạn tư nhân (Hoàng Anh, Thuận An) quanh năm đón chủ yếu là khách Tây balô đến khám phá văn hoá, thiên nhiên bản địa và những đoàn cán bộ đi công tác, nghiên cứu đầu tư du lịch. Chị Lan, mở nhà khách Hoàng Anh từ 5 năm nay cho biết, mỗi tháng khách sạn 10 phòng của chị đạt doanh thu 10 triệu đồng. Gần đây những đoàn khách balô xuyên rừng đến rất đông. Có hôm kẹt phòng, phải cho khách ở chen chúc. Chị còn cho biết sắp tới sẽ có nhóm doanh nghiệp TP.HCM đến đây làm dự án về một khu du lịch lớn.

Buổi sáng, người dân tộc Tày, Mông, Nùng kéo nhau từ các bản về bán măng, rau, gà, vịt trước con đường chừng 1km xuyên thị trấn. Cách đây ba năm, ở bản Páo, bản Phùng, nghe nói người La Chí còn tục sinh con mang ra chợ bán với giá mỗi đứa 1,2 triệu đồng. Ngày nay, cái khổ không làm cho những “chị Dậu vùng cao” đi bán con. Nhưng cái cảnh những đám người thiếu số sáng sáng ra chợ bán nạm cải vài ngàn đồng cứ thập thò ngại ngần trước những quầy tạp hoá lại khiến cho đôi mắt Hoàng Su Phì vẫn ẩn sâu một nỗi buồn khó tả.

Dù vậy, du khách vẫn phải xuýt xoa trước cảnh đẹp, hương vị của những món ngon hay sản vật lạ của một chốn đèo mây. Người khảo sát tour của Công ty du lịch Thế Hệ Trẻ tiên đoán, Hoàng Su Phì sẽ là điểm thu hút khách mới trên cung Đông - Tây Bắc trong vòng 5 năm tới.

Đến Hội An - Ra đảo Cù lao Chàm khám phá

Ra đảo Cù lao Chàm - một cụm đảo với 8 hòn đảo nhỏ để khám phá sườn đồi là một niềm vui thú mới đối với cư dân Hội An và du khách

Khám phá Cù lao Chàm



Khách đến cù lao

Bỏ qua những bãi cát dài trắng mịn phản chiếu ngũ sắc trong nắng sớm, xô giày leo lên những sườn đồi, bạn như được thiên nhiên bao bọc trong sắc xanh của lá, những đóm hồng của cây ngô đồng và hơi lạnh của đá.

Tạo tác thiên nhiên

Theo các nhà địa chất, Cù lao Chàm là phần kéo dài về phía đông nam của khối đá hoa cương (granit) Bạch Mã - Hải Vân - Sơn Trà được hình thành cách đây khoảng 230 triệu năm. Hệ thống đứt gãy này đã tạo điều kiện cho sự mở rộng các thung lũng, làm nên nhiều hồ chứa nước trên sườn đồi và hàng trăm hang, hốc sâu - những cảnh đẹp thơ mộng, huyền ảo. Ở phía đông của Hòn Lao, vách đá dựng đứng cao đến 100m thường xuyên bị sóng dữ vỗ tạo thành thác, tường, đá chồng, thác nước, đá đổ và các mạch nước ngầm thành hình các bàn cờ, rùa, đá, đầu người, trống - mái...

Trong khi khảo sát môi trường và tài nguyên biển đảo để thực hiện dự án Khu bảo tồn biển Cù lao Chàm, chuyên gia Hans Dilev của Đại học Aarhus - Đan Mạch khẳng định đây là nơi lý tưởng cho du lịch sinh thái, tổ chức tốt các hoạt động du lịch lặn biển và là một trong số rất ít đảo của Việt Nam còn giữ được thảm thực vật có độ che phủ tương đối lớn.

Thảm thực vật đa dạng



Du khách thường dạo quanh sườn đồi, ngắm các thảm thực vật, phong lan

Khi men theo những con đường mòn leo lên sườn núi, trên những lùm cây lá thấp là rừng xanh cây lá rộng nhiệt đới phân bố từ độ cao 50 - 500m, có nhiều loại gỗ quý như gỗ biển, huỳnh, lim xẹt và vô vàn chủng loại lâm sản như song, mây, cây làm thuốc. Thú vị nhất là nhiều loại phong lan nở hoa quanh năm với loài huyết nhung tía. Ở sườn đồi phía đông của đảo, do địa hình dốc vẫn tồn tại thảm thực vật cây bụi và những trảng cỏ với nhiều loại đặc trưng như sến đất, huyết giác và cỏ cứng.

Theo kết quả nghiên cứu của Đại học Khoa học tự nhiên - Hà Nội, tại Cù lao Chàm có nhiều loại cây cảnh rất đẹp đã sống vài ba trăm năm với hình dạng lạ mắt. Bạn có thể đi dạo, nghỉ ngơi, ngồi bên con Suối Tình ngắm dòng nước chảy hay trông thấy những cây tuế cao 2 - 3m mọc nhiều trên đảo Hòn Dài, chiêm ngưỡng dáng vẻ kỳ lạ của cây vòng nem đường kính gần 2m, có bạnh lớn - một loài đa rễ bám vào tảng đá hoặc quấn quanh thân gỗ khác. Đây là hiện tượng mà giới chuyên môn gọi là "bóp cổ".

Có cả động vật hoang dã

Thảm thực vật có độ bao phủ lớn chính là nơi cư trú của nhiều loại động vật. Hiện Cù lao Chàm có 12 loài thú, 13 loài chim, 130 loài bò sát và 5 loài ếch nhái. Trong đó có 2 loài được ghi vào Sách đỏ động vật Việt Nam là chim yến và khi đuôi dài. Đối với cư dân cù lao, những chú khi đuôi dài tinh nghịch xuống tận bờ đá giáp với mặt nước biển vào mỗi sớm chiều đã trở thành nếp sinh hoạt thường nhật. Nhiều người kể rằng, chúng khoái chí ném đá ra biển và hét toáng lên khi thấy tàu thuyền đi ngang.

Trên 8 hòn đảo nhỏ, mỗi nơi có mỗi điều kỳ thú khác. Tuy nhiên, chỉ cần

đi theo con đường nhựa cấp phối quanh lưng đảo Hòn Lao, bạn không chỉ tận hưởng trời nước mênh mông mà còn khám phá thế giới tự nhiên vô cùng đa dạng, phong phú. Cù lao Chàm luôn là điểm đến lý thú cho những ai yêu thích vùng sinh thái biển mà thiên nhiên nơi đây ban tặng.

Đến Miền Tây - Về Giồng ăn Dế

Tháng ba, tháng tư, không khí oi nồng. Một vài cơn mưa trút xuống, đất giồng khát nước nhanh chóng mọc cỏ non. Đúng vào mùa sinh sản dế cơm. Mùa dế rộ, sau cơn mưa đêm, sáng dậy vẫn còn nghe tiếng dế

Về giồng ăn dế



Dế chiên giòn

Nơi đất giồng, người ta đổ nước vào hang cho dế ngộp chun lên, còn nơi đất thịt thì lật đất ở các bờ mầu hoặc vạch chân đồng rơm sẽ thu hoạch bộn bàu.

Dùng kéo cắt bỏ ngoe dế cơm, cắt cánh, ngắt đít rút bỏ ruột, bỏ túi hôi sau gáy, để nguyên đầu. Sa mưa cũng là mùa đuông đất sinh sôi nảy nở. Đuông đất giống đuông chà là nhưng nhỏ hơn và ngắn hơn (cỡ hai đốt ngón tay), sống trong lòng đất. Trong một thời gian ngắn, đuông đất trở thành bọ rầy. Bọ rầy có hình dạng giống bọ hung nhưng to cỡ ngón tay cái người lớn. Ở Tịnh Biên (An Giang) người ta dùng đèn bình dụ bọ rầy đến, bắt đem ra chợ bán, giá 10.000đ - 15.000đ/100 con. Bọ rầy ngắt hết chân, ngắt đít rút bỏ ruột, cắt bỏ cánh cứng và cánh lụa. Đuông đất ngắt đít rút ruột. Phải làm cho khéo, tránh làm cho các con côn trùng bị bể, giập. Cho tất cả vào thau nước muối (nước lạnh cũng được) ngâm, rửa sạch rồi nhét đậu phộng (nếu nhét hạt điều càng ngon) vào bụng chúng, đem chiên.

Mùi dế (hoặc bọ rầy, đuông đất) thơm phưng phức. Nếu ăn dế thì cầm hai ngoe cắn chừa ngoe, nghe hạt đậu phộng "nổ" trong răng, vui tai, nghe thịt

dòn dòn, dai dai, bùi bùi. Muốn ngon hơn, đem lăn bột chiên dòn. Dân Tịnh Biên, chế biến bọ rầy ngon lạ hơn: Thịt nạc băm cùng đậu phộng rang nhét vào bụng bọ rầy (ngắt bỏ mỏ) xào mỡ đường, nêm chút bột ngọt và muối mắm, không cần nước chấm - đặc sản đất giồng Cầu Kè, Trà Vinh.

Ở Cầu Kè, những đặc sản mang phong vị thời khẩn hoang này có mặt trong suốt mùa mưa, bán duy nhất tại quán Bảy Sậm (do vợ ông là Trần Thị Đen phụ trách) ở Hoà Tân (cách bệnh viện huyện vài trăm mét), giá khoảng 500đ/con đã chiên.

Đến Campuchia - Tắm biển SIHANOUKVILLE

Sihanoukville là một trong 4 thành phố của Vương quốc Campuchia. Là một phần của cảng KampongSom, thành phố được mang tên quốc vương Sihanouk - người lãnh đạo sự nghiệp đấu tranh giành độc lập từ tay Pháp vào 9.11.1953. Trong kháng chiến chống Mỹ, cảng Sihanoukville từng là điểm tập kết và trung chuyển vũ khí, đạn dược xăng dầu, thuốc men... của cách mạng Việt Nam cho chiến trường miền Nam.

Biển ở Sihanoukville, Campuchia khá lạ. Sóng nhẹ và lặng gió bởi các bãi đều có hình vòng cung. Cát trắng mịn, không thấy mảnh vỏ sò, vỏ ốc hoặc đá vụn. Từ TP.HCM có thể bay đến Phnom Penh (giá vé 98USD + 14USD lệ phí) hoặc đi đường bộ giá rẻ hơn nhiều (theo quốc lộ 1 - 240km rồi đi tiếp quốc lộ 4 - 229km là đến biển). Đây là đoạn đường có thu phí duy nhất ở Campuchia. Đường đẹp, ít xe, cứ nhấn ga thoải mái.

Nhiều cấp giá cho du khách



Bãi biển sạch và không có vỏ ốc sò hay đá vụn

Khách VIP thì đến Sokha Beach Resort 5 sao có bờ biển dài hơn 1km với bãi tắm Sokha được xem đẹp nhất nhì Đông Nam Á. Khách sang thì vào Golden Sand 4 sao cạnh bãi tắm Ochheuteal cũng thuộc hàng á hậu với nhiều bãi nhỏ và hàng chục khách sạn 2-3 sao cho khách vừa. Bình dân hơn thì vào các nhà khách nhưng cũng đủ bộ: máy lạnh, nước nóng, tivi... với giá dễ chịu. Nếu ở xa biển thì có sẵn dịch vụ ghế bố (1.000 riel) và tắm nước ngọt (1.000 riel) tha hồ sử dụng.

Ngoài bãi Sokha và Ochheuteal còn có các bãi Victory, Independence (7-chan), Otres, Serendipity, Ream PreTreng (bãi Hun Sen)... Tất cả đều có thể ngắm hoàng hôn trên biển. Hoặc đi thuyền ra các đảo nhỏ câu cá, lặn ngắm san hô (snorkel và scuba) hay chơi jet skies, kayaks...

Hải sản rẻ nhất vùng

Nếu có thời gian, du khách khám phá Ream National Park (vườn quốc gia) rộng hơn 21.000ha (bao gồm đảo KohThmei và KohSeh) với thảm động - thực vật trên bộ, dưới nước thật phong phú. Lãng mạn hơn thì lên đồi Victory Hill cao 60m hoặc leo lên đỉnh Sihanouk Mountain cao 132m ngắm toàn cảnh thành phố biển. Cũng nên đi một vòng city tour với tượng đài Sư tử vàng, quảng trường Độc Lập, tượng đài Chiến Thắng, chùa Dưới, chùa Trên...

So với các nước ở Asean thì hải sản ở Sihanoukville rẻ nhất. Chỉ cần 3 USD là có bữa ăn thịnh soạn ven biển với tôm, cua, mực, cá, ốc. Nếu chịu khó đi chợ thì giá còn rẻ nữa. Tráng miệng bằng bánh lá - loại bánh bột gạo, nước cốt dừa, mè, đường thốt nốt bọc lá dừa nướng trên than, ăn mãi mà không ngán. Hoặc thưởng thức sấu riêng Kampot cơm dày, hạt lép chỉ vùng này mới có. Chỉ cần 3-4 ngày nghỉ, bạn đã tha hồ đi Sihanoukville.

Đến Cao Bằng - Ăn Đặc sản

Món ngon Cao Bằng mang đậm đặc trưng của những tỉnh phía cực Bắc đất nước. Những sản vật chủ yếu từ thiên nhiên, theo mùa vụ. Chúng tôi cũng bất ngờ vì tính độc đáo và cái ngon của nó.

Ăn... ong vò vẽ

Ngay hôm đầu tiên đến tỉnh, trong bữa cơm thân mật tại nhà khách Ủy ban tỉnh, chúng tôi đã được chiêu đãi những món trong đời chưa từng nếm qua. Ong vò vẽ, một loài vật mới nghe đã lạnh mình, tưởng chẳng ngon lành gì, hóa ra lại là một đặc sản! Những con ong non được xào với măng chua, ăn vừa béo, ngọt, chua, giòn, có lẽ là món làm từ côn trùng ngon nhất. Một nồi cháo to tướng cũng được nấu với đây ong. Mùa thu đang là mùa ăn ong tại Cao Bằng. Ong vò vẽ được bắt cả ổ, con lớn thì bán để ngâm rượu, con nhỏ làm món ăn.

Món thứ hai được cả nhóm chú mục nhúng đũa nhiều nhất là món giò heo hầm hạt dẻ. Những hạt dẻ có hình dáng như những trái chùm ruột to tướng, màu xanh, màu vàng, ăn vừa bùi vừa ngọt, khá ngon. Hạt dẻ Cao Bằng chỉ có ở huyện Trùng Khánh. Trung Quốc cũng có nhiều hạt dẻ, hạt tuy to hơn nhưng kém vị bùi, vị ngọt hơn. Hạt dẻ ngoài nấu ăn còn có thể được luộc, rang ăn không, hoặc giã nhỏ nấu chè.

Thật khó tin, nhưng món ngon nhất xứ của Cao Bằng chính là món... đậu hũ! Chỉ là món đậu hũ để nguyên, không chế biến gì cả, thế mà đã là đặc sản. Nhà thơ Nguyễn Duy cứ tấm tắc: ngon, ngon thật, ngon nhất nước. Có lẽ chỉ ở Cao Bằng thì cái câu “óc bả đậu” mới còn có cái dẫn chứng, vì đậu hũ Cao Bằng được nấu lấy tinh chất chứ không phải ép khuôn cả bã như nhiều địa phương khác. Để có được độ dai, người ta pha một ít nước thạch cao vào. Đậu hũ béo ngọt, thơm mùi sữa đậu nành, là món hay được mang đãi khách. Ở chợ thị xã, có cả một xóm làm đậu hũ.

Cơm lam ngày mùa

Những món thường thấy hơn cả trên bàn tiệc Cao Bằng chính là thịt quay. Vịt quay, heo quay của Cao Bằng trông vẻ ngoài rất dung dị, vì không chút màu mè, nhưng ăn thì rất ngon. Người ta cũng ướp bằng lá mắc mật như ở Lạng Sơn trước khi quay thịt. Heo quay có khi không phải là cả con, mà chỉ là một khoanh như khoanh giò, ăn da cứ giòn tan trong miệng. Trên đường lên Pác Bó, chúng tôi tập xe vào món quán cơm ngẫu nhiên gặp trên đường để mua thức ăn. Quán vắng hoe. Hỏi mua thức ăn thì chỉ có heo, vịt quay và Lạp xưởng. Những miếng thịt cứ nhột nhạt như luộc không ra luộc, quay không ra quay, chỉ mới nhìn thôi là đã không muốn ăn, ấy thế mà lại rất ngon mới lạ...

Cao Bằng xuân hè có món rau dạ hiến. Một loại cây sống tầm gửi trên cây hiến, ngọn giống như ngọn su su. Dạ hiến còn có một cái tên khác: rau bò khai. Loại rau này xào với thịt bò hay phở chua (món đặc sản của Cao Bằng, Lạng Sơn), rất ngon với những tay sành ăn. Gọi là bò khai vì rau có mùi giống như mùi bia, nhưng có lẽ vào cái thời chưa có bia bọt như bây giờ, nhiều người cảm nhận mùi rau ra mùi... nước đái bò nên mới có tên là bò khai!

Như ở nhiều vùng miền của đất nước, món ngon Cao Bằng cũng ước ao “bao giờ cho đến... ngày xưa”. Cơm lam Cao Bằng ngày xưa chỉ có vào những ngày lễ tết, ngày mừng gạo mới, cơm mới. Ngày xưa, anh Hồng trưởng phòng hành chánh quản trị UBND tỉnh Cao Bằng kể, những đứa trẻ con ở quê thường là những người đi lấy những bó rơm nếp nướng về để dành nấu cơm lam. Gạo nấu cơm lam cũng là gạo nếp nướng. Những cây tre được chọn nấu phải là tre non, còn nguyên cả ngọn (tre già ngọn sợ bị úng nước, thối cơm). Những ống tre cơm lam được đặt lên giàn, đốt rơm bên dưới, xoay trở, sau cùng được vùi dưới than tro. Đó mới chính là những ống cơm lam “chính hiệu” Cao Bằng, là những ống cơm lam chỉ còn trong ký ức tuổi thơ của những người như anh Hồng.

Cao Bằng còn một đặc sản thuộc loại “nức tiếng giang hồ”, đó là con cá chiên sông Gâm, thuộc huyện Bảo Lâm. Loại cá lăng màu đen này vốn được chủ nhân quán chả cá Lã Vọng ở Hà Nội đánh giá là ngon nhất để làm chả cá. Bộ lòng cá được dân sành điệu cho là ngon nhất trần đời. Cá chiên có con đến vài chục ký, là loại không thể giăng lưới vì chuyên sống trong hang hốc dưới sông. Dân câu thường đóng cả lán trại thường xuyên để săn cá, hể được con

nào là có người đến tận chỗ mua. Chúng tôi có nhờ các anh đặt cho một con để khi đi ngang Bảo Lâm sẽ thường thức, cảm nhận, thế nhưng hy vọng có được có vẻ mong manh...

Đến An Giang - Ăn Gà Hấp lá Trúc

Nhà hàng Bảo Giang 2 - Đường Trần Hưng Đạo (chưa có số nhà) - phường Mỹ Long, TP Long Xuyên. ĐT: 076 833159 Về Long Xuyên, bạn nên tìm cho được món gà hấp lá trúc. Món này Sài Gòn cũng hiếm vì không phải đâu cũng có lá trúc.

Gà hấp lá trúc



Gà hấp lá trúc

Chủ nhà hàng Bảo Giang, bà Nguyễn Thị Bích Phượng nói: Đây là món ngon trên núi Cấm (Châu Đốc, An Giang), tình cờ tôi được thưởng thức. Trúc là loại cây có mùi, mọc ở núi Cấm, hương vị độc đáo. Hiện nay đã thành món "độc chiêu" của nhà hàng này rồi.

Lựa gà thả vườn có trọng lượng từ 0,8-1kg, để nguyên con ướp sơ với muối, gia vị... rồi mang đi hấp cách thủy khoảng 20 phút. Thịt gà vừa chín tới dùng dao bén chặt thành miếng to cỡ 2 ngón tay, lá trúc xắt nhuyễn rải lên. Thực khách thưởng thức vị ngọt mềm của thịt, vị béo dai của da gà tơi hoà quyện với hương vị nồng the của lá trúc, ngọt chát của bắp chuối, cay cay của muối ớt... Và nếm một hớp rượu vang.

Lá cây trúc cũng có 2 tuỳ đặc trưng của họ cây có mùi như lá chanh, cam, cần thăng... trái có vị chua như chanh nhưng lá thì có hương tinh dầu nồng nàn, vị the, cay đậm hơn lá chanh. Gia vị lá chanh đi kèm thịt gà hấp, lộc ai cũng đã cảm! Nhưng món thịt gà ăn với lá trúc thì chỉ có dân miệt núi Cấm mới sành!

Đến Hội An - Đúng điệu Cao lầu

Nói đến Hội An mà không nói đến cao lầu cũng như Nha Trang không biển, Sài Gòn không chợ Bến Thành



Món cao lầu. Ảnh: Nguyễn Thiện

Mới nghe tưởng như có nguồn cội từ bên Tàu, cao lầu như đọc trại từ "cao lầu", muốn ăn phải lên lầu mới có được. Nghe vậy nhưng cao lầu không phải là món ăn cao sang. Tuy nhiên theo các nhà Quảng Nam học, món cao lầu có gốc gác từ xứ Nhật Bản xa xôi. Bởi nếu món ăn Tàu, tại sao Sài Gòn Chợ Lớn đông Hoa kiều mà không hề có món ăn này? Thêm nữa, gần đây tiếp xúc với khách du lịch Nhật Bản, họ rất ngạc nhiên đặt câu hỏi: Tại sao ở Việt Nam lại có món ăn Nhật Bản? Không có gì lạ khi cách đây ba, bốn thế kỷ các doanh nhân Nhật đã đến Hội An làm ăn với Việt Nam. Họ đã đem theo món cao lầu và nó tồn tại trong lòng người Việt cho đến nay.

Nhìn bề ngoài, mì Quảng và cao lầu có vẻ giống nhau. Cũng là những sợi mì làm từ bột gạo, cũng có thịt, rau và dùng ít nước lèo. Cả mì Quảng và cao lầu đều không dùng thìa, đúng điệu chỉ ăn bằng đôi đũa. Và và lua lua, chứ không húp nước. Nhưng cao lầu khó tính hơn nhiều. Nếu mì Quảng, người ta có thể tự do bỏ nhưn các loại từ tôm, cá, cua, đến thịt heo, thịt gà. Với những tên gọi khác nhau theo nhưn như mì tôm, mì cá, mì gà... Còn cao lầu chỉ có một loại nhưn duy nhất là thịt heo xá xíu hay dân Quảng thường gọi tắt là thịt xíu. Nước lèo của Cao Lầu chỉ là thứ nước duy nhất tiết ra khi hon thịt xíu có ướp ngũ vị hương. Cao lầu ngon là nước xíu ngọt, đậm đà kèm theo các miếng thịt xíu thơm, ngon.

Sự khó tính của cao lầu còn thể hiện qua sự chế biến sợi mì. Người ta làm

bột gạo chín và sổng trộn vào nhau rồi qua bốn lửa để tiếp tục nhào trộn theo kỹ thuật riêng. Cuối cùng ra sản phẩm là những sợi mì có màu hơi sậm (màu của nước tro), cứng và dai hơn mì Quảng. Việc làm ra sợi mì cao lầu hao tốn công sức nên đa số các tiệm bán cao lầu ở Sài Gòn đều phải đặt mua trực tiếp từ Hội An. Cao lầu tươi từ Hội An gửi vào bằng máy bay còn đi xe đồ thì có cao lầu khô. Vào Sài Gòn, cao lầu khô chế biến thành cao lầu tươi. Có người nói rằng chỉ có Hội An mới làm được sợi mì cao lầu do có nước giống Bá Lễ. Nước trong và ngọt. Thực ra, ngay ở Sài Gòn cũng có thể làm được sợi mì cao lầu nhưng rất mất thời gian và không kinh tế.

Chưa hết, ăn cao lầu chỉ dùng ba loại rau cơ bản là cải non, tần ô và rau đắng. Nếu có được rau ở vùng Trà Quế - Hội An thì quá tốt. Ở đây rau ăn mới đậm đà vì rất thơm. Nếu dùng không đúng rau, không thể gọi là cao lầu. Quán Đo Đo của nhà văn Nguyễn Nhật Ánh đã thêm vào cao lầu rau húng lủi là chưa đúng. Bởi húng lủi chỉ có ở mì Quảng.

Sài Gòn ngoài Đo Đo, chúng ta có thể gặp cao lầu ở quán Hoài Phố, đường Nguyễn Hữu Cầu, quán không tên ở đường Lê Lợi - Gò Vấp, và quán Anh Trí ở đường Bà Cát 2 - Tân Bình.

Đến An Giang - Ăn Cá Basa Long Xuyên

**Nhà hàng Hải Yến 27 Tôn Đức Thắng, P. Mỹ Bình, TP Long Xuyên.
ĐT: 076 854225 – 076 852727 Một buổi tiệc thết đãi quan khách với các món khai vị chạo basa, chả cá basa, basa thì là, basa lăn bột chiên xốt cà, phi lê basa đút lò phô mai... đã làm cho Hải Yến trở thành nơi bán đặc sản basa nổi tiếng.**



Phi lê basa lăn bột chiên xù và người thực hiện

“Chúng tôi luôn tìm cách bổ sung menu nhiều món từ cá basa, những món quen rồi như canh chua basa, basa kho tộ... cũng phải có cái gì đó riêng hơn những nơi khác” - chị Lê Kim Yến, chủ nhà hàng Hải Yến, Long Xuyên lý giải: cùng cách chế biến như vậy nhưng làm từ con cá ở đây phải còn tươi, cá sống nấu mới ngon, thậm chí có món phải nấu con cá có trọng lượng từ 5-7 kg/con!

Các công ty chế biến cá basa xuất khẩu thường đưa khách đối tác trong và ngoài nước đến nhà hàng như nơi đối chứng cho sản phẩm của họ, chị Yến khoe vậy. Tận tay chọn con cá còn nhảy xoi xói, to đùng nặng 5-7kg, có cảm giác thích thú mà không phải ai cũng táy máy được. Lấy thân basa chế biến bao là món, còn đầu cá nấu canh chua. Vị béo của loại cá da trơn, vị ngọt của miếng xương sụn hoà vị chua dịu của cơm mẻ, vị chát bấp chuối, hương thơm của rau cần... làm nồi canh ngọt lạ.



Chị Yến nói: Canh chua cá basa không chỉ cá tươi sống mà phải nấu bằng cơm mẻ do chính mình nuôi mới đậm hương vị! Cá basa nấu canh chua chọn con cá nặng trên 5 ký. Đầu cá to, ngon nhờ da cá dày, sụn ở mỏ cá nhiều! Khi nấu canh chua, cảm giác béo của mỡ bụng cá không còn. Cá basa kho tộ nhờ vị nồng của tiêu, ớt làm hấp dẫn thêm vị béo của da, mỡ ở vi cá... Điều bất ngờ là các món chế biến từ “thứ phẩm” của cá basa xuất khẩu: bong bóng, bao tử cá... lại hết sức độc đáo. Uống bia với món bao tử basa chiên giòn, tuyệt cú mèo! Chị Yến cho biết, nhiều loại do công ty Agifish cung cấp và có lẽ Agifish là nơi duy nhất ở An Giang hợp tác với nhà hàng chế biến thành món đối chứng để cổ vũ cho cá basa.

Chị Yến cho rằng, ở đây không chỉ thưởng thức hương vị của thức ăn ngon mà còn là sự đồng cảm với người đã nuôi dưỡng những đàn cá nặng 5-7 ký trước bao sóng gió.

Đến Hậu Giang - Ăn Cháo Lòng Cái Tắc

Những ai có dịp ghé Cái Tắc (xã Tân Phú Thạnh, huyện Châu Thành A, tỉnh Hậu Giang) ăn cháo một lần đều có chung nhận xét là ngon ít nơi bằng. Với người dân ở đây, cháo Cái Tắc là món ăn lót dạ mỗi sáng.

Đa số những người bán cháo ở đây đều có thâm niên trên dưới chục năm. Cá biệt có người theo nghề đến nay khoảng 20 năm. Các quán cháo nằm liền kề trong một khu vực riêng. Cháo lòng Cái Tắc có đặc trưng là rất nhừ và lỏng nên người bán luôn đổ thêm nước cháo vào để cháo đừng đặc. Lúc nôi cháo sôi, họ cho huyết, thịt,... vào, đợi nôi cháo sôi nhừ thì vớt những thứ đó ra để trên mâm, trừ huyết. Người bán thường dùng vá quậy nôi cháo cho đều nên huyết cũng tan ra thành từng miếng nhỏ, tạo cho cháo có màu trắng ngà ngà trông thật bắt mắt. Sau đó, họ nêm bột ngọt, hành, nước mắm và các gia vị khác vào. Khi khách đến ăn, người bán múc cháo ra tô, hốt một nắm giá sống để lên, thêm nhúm ngò, một ít nước mắm, tiêu, sau đó để thịt, phèo, phổi, gan lên... Một điều đặc biệt là người dân ở đây thường ăn cháo với bún cọng nhỏ.

Mùi vị cháo Cái Tắc đặc biệt thơm ngon với vị thơm của ngò, của tiêu, vị ngọt của thịt, vị chua của chanh, vị cay của ớt... Tất cả tạo nên vị đặc trưng riêng không lẫn vào đâu được của cháo lòng Cái Tắc.

Đến Bình Định - Ăn Bánh Tráng Suông

Bánh tráng ở đâu cũng có nhưng ăn nhiều, ăn thường xuyên từ bữa ăn sáng cho đến bữa tiệc, giỗ, tết chỉ có ở dân miền Trung. Và ăn bánh tráng suông có lẽ chỉ có ở dân Bình Định

Bánh tráng nướng còn cuốn với bánh tráng sống được, huống chi bánh đập. Bánh tráng làm từ gạo, mì nhưng khác với cơm, bún, bánh tráng có thể để lâu để làm thành một thứ lương khô. Bánh tráng có từ thời nào, không ai xác định được. Ngay cả chuyện kể anh em nhà Tây Sơn dùng bánh tráng làm lương khô để hành quân cũng khó kiểm chứng ở quê tôi. Người nông dân ra đồng, biếng nấu cơm sáng, quơ đại mấy cái bánh, nhúng nước chấm với nước mắm ớt là xong bữa. Vào bữa cơm thấy có món cá nục hấp, nhúng bậy vài cái bánh tráng. Thế là có món ngon miệng: bánh tráng cuốn cá nục kèm rau muống sống... Món không thiếu trên bàn ăn Bánh tráng nướng coi như món "xã giao" mở đầu cho một bữa tiệc, bữa giỗ. Ngồi vào chiếu, vào phán, chủ nhà mời khách so đĩa, khách và chủ tiện tay bẻ cục cắn miếng bánh tráng. Những tiếng lách cắc vui tai vang lên trong bàn tiệc. Bởi vậy, ở nhà quê, giỗ mà không có bánh tráng nướng úp vài chiếc trên bàn thờ, coi như còn thiếu thứ gì đó. Học trò nghỉ tết vô, đĩa nào cũng đèo theo một hai sắn bánh tráng. Thứ quà mà mấy anh lơ xe rất ngại, vì nó cồng kềnh và dễ vỡ. Nhưng mấy anh học trò Bình Định quyết mang tới nơi. Bởi đến đêm học khuya mới thấy chắc bụng. Nhớ những năm học ở Sài Gòn, trên hai căn gác kề nhau, chỉ toàn là sinh viên gốc Bình Định. Ngồi học đến mười một, mười hai giờ đêm, bảo nhau ngừng tay. Thế là một "hội bánh tráng ăn khuya" bày ra. Đưa lục giỏ góp bánh tráng, đưa đi nhúng nước, đưa nôi lửa nướng bánh. Nước chấm có thể là nước mắm ớt hoặc mắm ruốc trộn ớt tỏi, thêm chút đường, vài giọt chanh. Thế là chum đầu ăn say sưa cho tới no bụng mới thôi. Có lẽ ăn bánh tráng sống, cuốn bánh tráng chín cũng chỉ có ở Bình Định. Ăn gì cũng có bánh tráng. Bây giờ, không cần đèo bánh tráng từ quê vào cho khổ. Bánh tráng Bình Định có bán ngay ở Sài Gòn. Lúc nào chẳng có ở hiệu thực phẩm đường Cô Giang - quận 1. Người Quảng Ngãi có thói quen ăn món gì có

nước thường kèm bánh tráng. Món đặc sản có tiếng là món gion, chỉ cần tô gion kèm với một cái bánh tráng là đủ. Người Bình Định ăn bánh hỏi ít thấy ở các vùng khác là ăn bánh hỏi cuốn vào bánh tráng sống nhúng nước chấm nước mắm. Nhưng ăn ngon phải là bánh hỏi chính cống Bình Định, sợi hơi nhỏ, lá hẹ cũng nhỏ... Vì thế người Bình Định hay nói: "quê tôi, thứ gì cũng thật".

Đến Huế - Ăn Gỏi Cá Sanh Cầm

Sanh cầm là món gỏi cá sống của người Huế xưa. Nhưng khác hẳn món thường gặp trong các nhà hàng Nhật Bản, Hàn Quốc, Đài Loan... cá, tôm xắt mỏng, ướp lạnh, ăn với chanh giấm hay mù tạt cay nồng tận hốc mũi.



Cũng là gỏi cá sống nhưng phải qua nhiều công đoạn. Phong cách món ăn sanh cầm ở đây đã có từ xưa, tao nhã và quý phái. Thể hiện ở chỗ, ăn khi con cá còn đang bơi.

Những loại cá hồi con, cá hanh, cá diếc, cá căn... còn đang bơi (loại cá này thịt thơm và ít tanh); cá còn non nhỏ hơn ngón tay út.

Người ta bắt cá về thả trong lu, khạp, nuôi năm, bảy ngày. Cho ăn nước cơm vo gạo hay xác dừa để cá thải các chất bẩn trong ruột ra. Đến bữa tiệc, bắt cá ra bỏ vào thố men sứ đựng nước, bên cạnh là cái vớt nhỏ cho các thực khách bắt cá. Lấy lưng muỗng gỗ nhẹ vào đầu cá để bớt giãy, rồi cuốn bánh tráng cùng vài cọng hành tươi, rau ngò, tía tô, ít tôm chấy, ruốc bông, gừng thái chỉ, tỏi thái lát, ớt thái chỉ mỗi thứ một ít, cuốn thành lọn nem. Khi ăn chấm với muối tiêu chanh...

Điều cấm kỵ khi dự một bữa tiệc sanh cầm là số cá phải đủ cặp không được lẻ đôi. Hai người thì 20 con, 3 người, 30 con cá, luôn chia đều cho thực khách, sơ suất để thừa hoặc thiếu là "xui"!

Đến Huế - Uống Rượu Làng Chuồn

Rượu ở đây có từ lâu đời, xưa nay vẫn được xếp vào loại "đệ nhất danh tửu" của đất kinh thành cố đô.

Tên làng Chuồn là cách nói tiếng Nôm của làng An Truyền, một ngôi làng cổ có lịch sử hơn 600 năm. Làng cách Huế khoảng 10 km theo hướng đông bắc, gần phá Tam Giang. Làng nổi tiếng với hai nghề truyền thống là nấu rượu và làm bánh tét. Vì thế, đến làng, khắp thôn xóm đều thơm mùi củi đốt. Ấn tượng nhất là ngôi đình được xây dựng từ khi lập làng, sau mấy trăm năm được tôn tạo, tu sửa, đình vẫn giữ được nét trang nghiêm bề thế với lối kiến trúc triều Nguyễn, được công nhận là di tích lịch sử văn hoá của quốc gia.

Không hiểu sao, tôm cá vùng này cũng nổi tiếng là thơm ngon. Có người cho rằng nhờ vào nguồn nước, thổ nhưỡng và địa hình của làng với nhiều ao, hồ, gần đầm phá. Có thể điều đó cũng lý giải được một phần vì sao rượu làng Chuồn có hương vị đặc trưng, không lẫn được giữa cơ man các loại rượu dân gian khắp Huế.

Hiện, làng An Truyền có chừng 300 người làm nghề với hơn 100 lò rượu gia đình suốt ngày đêm đỏ lửa. Không khí xóm nấu rượu gần đình làng không hề yên tĩnh, mùi rượu cứ thoang thoảng ra tận đầu ngõ. Đến thăm các lò rượu mới thấy, để có một mẻ rượu ngon, người làng Chuồn đã dồn bao công khó, cần mẫn làm lụng và nhất là cái tâm của người làm nghề được tiếp truyền từ bao thế hệ nay. Như để giữ cái "thương hiệu" của làng nghề.



Giải thích vì sao mà rượu làng Chuồn có hương vị khá riêng như vậy, cụ Nguyễn Văn Rạng 72 tuổi, gia đình trải 3-4 đời làm nghề

nấu rượu cho biết: Thứ nhất là nhờ nguồn nước tại làng. Thứ hai rượu ngon phải biết cách chọn gạo, phải là gạo thơm. Thật ra, ngày trước người làng Chuồn làm rượu bằng loại gạo lúc đỏ đầy cám nhưng vì hoàn cảnh và điều kiện, ngày nay loại gạo này trở nên khan hiếm và đắt nên phải thay thế. Ông Rạng nhớ lại: Những năm sau giải phóng, cả nước thiếu gạo, nhiều nơi thay bằng sắn (khoai mì) hoặc mía thậm chí có nơi còn pha thêm cồn, phân urê để tăng nồng độ. Còn người làng Chuồn dứt khoát không làm thế, dĩ nhiên rượu có loại nước nhút, nước nhì, nước ba... Tùy yêu cầu người tiêu dùng mà đáp ứng.

Đến thăm các lò rượu, chủ nhân thường hữu hảo mời khách loại rượu tâm đắc nhất của gia đình, chỉ cần đi một vòng, mỗi nhà mỗi ly, ra về ai cũng ngây ngất. Thực hư thế nào không biết, có người từng "uống rượu khắp thế gian" cứ buột miệng khen rượu làng Chuồn có mùi vị đậm phá...

Đến Trà Vinh - Ăn Xá Pấu Cầu Kè

Xuất phát từ bữa ăn sáng truyền thống người Tiều (Trung Quốc), món xá pấu (củ cải muối) dùng với cháo trắng từ lâu đã trở thành món ăn dân dã, quen miệng của người Nam Bộ.



Xá pấu đậm đà hương vị quê nhà

Thỉnh thoảng, má tôi hầm xá pấu với đuôi hoặc xương heo cho bữa cơm gia đình. Món hầm mới vừa sôi, mùi thơm đặc trưng của củ cải muối lan tỏa sang nhà láng giềng, gọi thèm. Cũng nhờ cái mùi thơm đặc sắc ấy mà bữa điểm tâm nhà tôi dù chỉ "loay hoay" có hai món nhưng nồi cháo vẫn được vét sạch.

Hơn mười tuổi, tôi rời thị trấn quê nhà, sống hết Trà Vinh, Sài Gòn, Sóc Trăng, Vĩnh Long tới Cần Thơ. Ở đâu, thỉnh thoảng tôi cũng được ăn xá pấu. Nhưng càng ăn tôi càng ngán ngẫm vì nó quá mặn. Hơn bốn chục năm ra đi, lần đầu tiên tôi trở lại quê nhà. Sau cuộc nhậu do người cháu họ đãi, nửa khuya chợt nghe đói bụng.

Người cháu bắc nồi cháo trắng, xắt xá pấu, tiếng thớt bầm sau bếp vang vang. Lát sau tôi nghe mùi xá pấu chiên hột vịt hết sức quen thuộc từ bếp bốc lên. Rồi tôi hạnh phúc sống lại với cảm giác món ngon của thuở ấu thời. Tôi nghiệm ra chỉ có xá pấu quê nhà (Cầu Kè, Trà Vinh) mới có được hương vị độc đáo như vậy. Hành trang về Cần Thơ của tôi hôm sau có thêm mấy ký củ cải muối!



Bà Tô Thị Da nổi tiếng nhờ món xá pấu ngon nhất Cầu Kè

Ở Cầu Kè xá pấu bán hầu như khắp huyện. Nhưng xá pấu ngon nhất không đâu bằng xá pấu của bà Tô Thị Da ở đường Nguyễn Văn Trỗi, khóm 1, xóm Cầu Cống, thị trấn Cầu Kè. Thuở xưa, ông già chồng của bà từ bên Tàu tới xứ này sinh sống, đem theo nghề gia truyền này, nổi tiếng với tên gọi: "Xá pấu chệt Sa" (tiếng Tiều: xá pấu chú Ba).

Bà Da về nhà chồng, được truyền nghề. Chệt Sa qua đời, "xá pấu bà Da" lên ngôi. Để có một ký xá pấu ngon "nức tiếng" như vậy, bà Da phải cần tới 5 ký củ cải trắng. Củ cải đất giồng "khát nước" nên suôn, chắc thịt, ít bị sâu. Phơi củ cải heo héo, cho vô khạp da bò.

Cứ một lớp củ cải thì phủ lớp muối. Sau 2 - 3 ngày phơi nắng, giờ nắp khạp lấy củ cải ra, bỏ nước rồi muối lại theo cách trên nhưng với lượng muối ít hơn. Đến ngày thứ 6, thứ 7 thì dần cứng củ trong khạp (đã phơi nắng thật khô, để nguội), phủ muối hột kín mặt, trét xi măng hoặc đất sét cho thêm kín. Hai tháng sau có xá pấu ăn được, mặn vừa, ngọt, giòn và thơm.

Xá pấu Cầu Kè được chế biến thành nhiều món ngon. Đơn giản thì trộn giấm đường ăn cháo trắng. Bằm chiên hột vịt ăn cơm hoặc cháo trắng cũng hấp dẫn. Để tăng thêm khẩu vị, người ta xào xá pấu với thịt ba rọi. Để ăn lâu ngày, trộn xá pấu với đường, tỏi, ớt băm (như trộn dưa mắm), khi nào ăn lấy một ít nặn chanh.

Trộn xá pấu với tép và thịt luộc, rắc rau thơm, đậu phộng sẽ có món gỏi xá pấu dưa cay "bá cháy". Công phu một chút thì chẻ củ xá pấu làm sáu, ngâm nước lạnh một buổi cho nở thật to. Sau đó, vắt xá pấu thật ráo nước, phơi nắng heo héo, sắp vô keo với khá nhiều lát tỏi và ớt hiểm chẻ sợi. Nấu nồi nước giấm, đường, muối (nêm vừa ăn) sôi, để nguội, đổ vô keo xá pấu. Buổi trưa làm, buổi chiều đã có những sợi xá pấu ngọt mặn, giòn chua, thơm lạ miệng.

Đến Phú Quốc - Ăn Gỏi Cá Trích

Đặt chân đến đảo Phú Quốc (Kiên Giang), du khách sẽ bị hấp dẫn bởi vẻ đẹp của những bờ biển, dòng suối, rừng nguyên sinh... Thêm nữa là hương vị các món ăn đặc sản, khiến vừa dãi chân ta đã mong trở lại!



Sau những chuyến ra khơi đánh bắt hải sản trở về, người dân xứ đảo thường chọn 1 trong 5 loại: cá nhồng, cá bóp, cá đục, cá nù, cá trích để chế biến thành món gỏi, góp phần cho bữa ăn gia đình thêm phong phú. Dần dà, khẩu vị đại đa số người ăn đã "tuyển chọn" gỏi cá trích là món ăn ngon nhất. Cách ăn món này thật đơn giản nhưng khâu chuẩn bị lại rất công phu: làm cá, nạo dừa, hái rau, rang đậu... và ít nhiều cũng cần có "bí quyết"! Anh Trịnh Công Phát, chủ Khu du lịch Vườn Táo, Phú Quốc đã tiết lộ bí quyết của món ăn khoái khẩu này.

Chọn cá trích tươi, vẩy còn bóng trắng đem cắt bỏ đầu, mổ bụng thật sạch rồi lóc bỏ xương sống, lấy hai mảnh phi-lê toàn thịt đỏ. Trong lúc chuẩn bị gia vị, cho thịt cá vào đá cây ướp lạnh. Nước sốt chua có thể làm bằng giấm hoặc chanh, nhưng để hương vị đậm đà nên sử dụng giấm được nuôi bằng trái ổi chín vốn có rất nhiều ở Phú Quốc, nêm tí muối, tí đường. Nước chấm làm bằng nước mắm biển ngon, nguyên chất, thêm đường, bột ngọt, ớt, khi ăn cho thêm đậu phộng rang giã nhuyễn. Thông thường nước chấm được làm ăn liền, song một số người lại có "bí quyết" cho nước chấm lên men để mùi vị thêm phần hấp dẫn. Trước khi dọn gỏi cá lên mâm, đem bánh tráng bột gạo nhúng vào nước cốt dừa. Nước cốt dừa hơi loãng chứ không đậm đặc. Tỉ mỉ, khéo léo nhúng một mặt bánh rồi xếp đôi lại (mặt khô nằm bên trong) nhẹ nhàng đặt lên đĩa theo thứ tự để khi ăn dễ dàng lấy từng cái một mà không bị dính.

Chuẩn bị xong đầu đũa, sắp cá vào đĩa, phủ lớp mỏng rau răm, củ hành tím, ớt sừng xắt nhỏ. Rưới nước sốt thật đều lên thịt cá. Gấp từng miếng cá đặt vào bánh tráng, cho miếng dưa nạo, rau sống vào rồi cuộn lại, chấm vào nước chấm. Đặc biệt, ăn gỏi cá trích phải đủ rau rừng và rau trồng. Rau rừng 8 món: đọt bứa, bằng lăng, kim cang, soi nhái, trâm sắn, trâm kiềng kiềng, trâm dòi, trâm ba vỏ. Rau trồng gồm: xà lách, húng cay, rau thơm, bắp cá. Từ từ đưa vào miệng cuộn gỏi cá để cảm nhận thịt cá mềm giòn, giòn ngọt, chua chua; vị béo béo của dưa, đậu phộng hòa với rau răm, hành tím nồng cay và vị chần chát của rau rừng. Chính vị chát rau rừng giúp ngừa chứng đau bụng với những ai không quen ăn gỏi có nước cốt dưa, đậu phộng.

Cá trích tươi chỉ 8.000 - 10.000đ/kg, nhưng khi chế biến thành món gỏi trong các quán ăn, nhà hàng thì khoảng 30.000đ/đĩa (2 người ăn). Ai ăn lần đầu thường có cảm giác sờ sợ. Ăn miếng đầu thấy lạ, miếng thứ hai thấy ngon, thêm miếng thứ ba, thứ tư... rồi đĩa gỏi sạch sành sanh lúc nào không biết.

Đến An Giang - Ăn Món Đồng

Chiều xuống, nhà hàng Bảo Giang 2 (cạnh cây xăng Mỹ Long, đường Trần Hưng Đạo, TP Long Xuyên, An Giang) tập trung khá đông thực khách. Nếu là ngày nghỉ thì khó kiếm được chỗ ngồi ở đây. Lắm khi xe ô tô đậu kín, chị Bích Phượng, chủ nhà hàng phải xắn tay sắp xếp xe cho khách mới thông được lối ra vô.



Bảo Giang ấm cúng trong ánh đèn vàng

Bảo Giang có gì hấp dẫn? Ở Bảo Giang có những món bình dị, dân dã như cá lóc nướng trui, gỏi bắp chuối, càng cua trộn giấm... nhưng có lẽ không gian xanh thoáng mát làm cho thực khách dễ chịu và ăn ngon hơn. Cảm giác vừa thưởng thức món ngon vừa thư thả với thiên nhiên hoặc say sưa với những loại sành sứ xưa cũ. Đêm xuống, Bảo Giang ấm cúng trong ánh đèn vàng - đặt dịu lời ca tiếng hát của nhóm đờn ca tài tử.

Người ít cầu kỳ thường chọn món gà hấp lá trúc. Cây trúc (Limettier acide) một loại cây thuộc giống có mùi mọc hoang dại. Loại cây dược liệu này ở ĐBSCL chỉ có nhiều ở miệt Bảy Núi. Khi đĩa gà hấp nóng hổi được rắc lên một ít lá trúc xắt nhuyễn thì mùi tinh dầu (D – citral) bốc lên nghe quen như lá chanh nhưng nếm vào thì rõ lạ. Món này, khách sang vẫn thường chọn nên Bảo Giang nghĩ tới những đặc sản địa phương để nâng cấp thành độc chiêu của nhà hàng.



Gà hấp lá trúc

Các món chế biến từ nguyên liệu cá basa làm thực khách ngỡ ngàng khi nhìn thấy cách trình bày món basa xông khói. Thoạt nhìn thấy toàn thịt heo. Miếng basa phi lê cuộn kín trong miếng thịt ba rọi xông khói. Thử mới biết, cái nhưn bên trong mới là chuyện đáng bàn.

Có một nhóm khách ngoại kiều ghé nhà hàng yêu cầu basa phi lê nhúng với nước cam tươi đem chiên. Thấy vậy chị Phượng yêu cầu đầu bếp làm nước sốt cam, chiên phồng miếng basa phi lê đặt lên trên đĩa đựng nước sốt, trang điểm thêm ngò tây, cà chua, mời nhóm khách này ăn thử. Cảm được,

khách gặt gù ra dấu “number one”. Món basa xốt cam đi vào thực đơn nhà hàng Bảo Giang kể từ đó.

Bây giờ Bảo Giang không chỉ là nơi thết đãi bạn bè, tổ chức đám tiệc mà còn là nơi họp mặt gia đình, thư giãn...

Đến Vĩnh Long - Ăn Cá Cóc nước sâu

Quán Tân Tân, 6/1, đường Trưng Nữ Vương, phường 1, Thị xã Vĩnh Long, Tỉnh Vĩnh Long, ĐT: 070 822950

Ông Ba Dư (Phan Văn Dư), chủ nhân quán cơm Tân Tân, 85 tuổi nói: "Tui mở quán cơm từ năm 1946, để có món cá cóc kho nước dừa phải dọn thợ câu và trông chờ con nước". Bởi cá cóc thường sống những chỗ nước sâu, có nhiều sỏi đá, gốc cây, trụ cầu, bờ vực và tìm mỗi những khi nước chảy xiết. Chỉ những tay câu, lưới lão luyện mới bắt được.

Hiện thời, cá cóc không còn nhiều, phải có mối lái "chân rết" từ Đồng Tháp, Cái Bè, Chợ Lách, Vĩnh Long, Mang Thít, Vũng Liêm... giá cá không dưới 70.000 đồng/kg, cao gấp hai, ba lần các loại cá khác. Nhưng có vậy mới duy trì được món ngon ở quán Tân Tân - cách bến tàu du lịch Vĩnh Long khoảng 300m. "Cá cóc phải còn sống, cân nặng từ 2kg trở lên mới ngon". Cỡ đó thịt dẻ, chắc, ít xương, thơm và ngọt, ngon nhất là phần đầu. Ông Dư hàn huyên tiếp, cố giữ đừng cho cá chết, gần tới giờ ăn mới làm, không đánh vảy, khứa thành từng khoanh để ráo. Nước dừa tươi pha với nước mắm ngon đổ vô nồi nấu lên cho sôi. Hành cọng cắt đoạn nhỏ, đập dập, ớt khoanh và cá cùng thả vô, nêm gia vị, để lửa riu riu cho tới chín. Món này ăn kèm rau, xoài sống. Cá cóc nấu ngọt cũng số dách nhưng không ngon bằng kho nước dừa. Hồi xưa cũng có người kho chanh muối, nhưng nay ít người biết cách nấu nên gần như "thất truyền".

Ngoài cá cóc còn nhiều loài tôm cá đặc sản khác như cá sừ, cá chèn, cá bông lau, cá cầy, cá ngát, cá basa, tôm các loại... Tuy kén khách, mặt bằng chỉ đủ tiếp 100 khách/ngày, nhưng ông Dư vẫn duy trì món cá cóc. "Biết đâu có khách xa quê nhớ món ngon, khách du lịch, dân làm ăn xa ghé qua thì có cái mà ăn"- ông nói. Nguyễn San T

Đến Kiên Giang - Ăn Bánh Canh càng cua biển

Đường Nguyễn Hùng Sơn, phường Vĩnh Thanh Vân, TP Rạch Giá, Kiên Giang

Người ta thường rủ nhau đi ăn "bánh canh cua biển áo dài mới", Nghe lạ, nhưng đó là bánh canh cua biển ở quán Áo Dài Mới. Quán Áo Dài Mới nằm lọt thỏm trong đường Nguyễn Hùng Sơn, phường Vĩnh Thanh Vân, TP Rạch Giá, du khách ở các tỉnh miền Tây, TP.HCM... du lịch về Hà Tiên, sành điệu thường ghé vào đây thưởng thức món bánh canh cua biển xứ này.

Tô bánh canh bưng ra từ xa, đã nghe mùi thơm của hành phi thật dễ chịu. Nhìn mùng mỡ trong tô bánh canh óng ánh lên màu vàng của gạch cua biển, thấy mà phát thèm! Nước mắm nêm nếm vào tô bánh là các loại nước mắm Phú Quốc hảo hạng, thêm miếng chanh vắt vào. Nước xúp giò heo ngọt lịm, cộng bánh bột lọc trong vắt dai dai nằm pha lẫn với một vài nhúm giá giòn rụm; mặt tô là những miếng thịt càng cua biển nằm sắp lớp trông bắt mắt. Hương vị ngọt mặn của tô xúp bánh canh ngon đến tê lưỡi. Miếng ớt cay xé vánh môi cùng với vị ngọt của thịt càng cua làm thực khách ngon miệng đến... hít hà!

Ông Phan Đắc Mỹ, chủ quán Áo Dài Mới, cho biết rằng món này đã có trên 30 năm nay. Tuy nhiên, ông bán ở đây đã trên 10 năm và gần như "độc quyền" ở thành phố biển này. Quán mở cửa từ 5 giờ sáng đến tận 12 giờ đêm, phục vụ du khách trong và ngoài nước. Vì cua biển là loại hải sản đắt đỏ (nhất là mùa biển động) mà nấu bánh canh thì phải lấy thịt của càng cua mới ngọt ngon! Cho nên, giá một tô bánh canh cua biển 20.000đ là hữu hảo lắm rồi!

Đến Trà Vinh - Ăn Sim Lo Bình Bát

Thị trấn nhỏ Cầu Kè (Trà Vinh) nơi quần cư của 3 dân tộc anh em: Kinh, Hoa và Khmer. Có lẽ nhờ đó mà những món ăn đều cố giữ bản sắc rất riêng.



Tô sim lo bốc hơi nghi ngút toả mùi thơm đặc trưng rất hấp dẫn của mắm prohok

Sim lo là món ruột của người Khmer. Người Kinh cũng nấu với bắp chuối xắt nhỏ, đầu hoặc xương cá khô, thêm chút mắm, bỏ gia vị, rau om nhưng cũng không thể sánh với người Khmer. Người Khmer lấy mắm prohok làm chuẩn. Mắm prohok Cầu Kè ngon hơn mắm prohok ở An Giang, Kiên Giang, Sóc Trăng, Bạc Liêu, Cà Mau vì người ta làm bằng cá đồng thì người Khmer ở đây làm bằng cá biển. Vị cá biển và công thức ủ gia truyền khiến prohok có vị mặn, ngọt đậm... ngon khó tả và không nơi nào có.

Mắm được nấu nhừ, lược bỏ xương, sau đó mới cho vài cọng sả đập giập, rau, cá lóc hoặc tép bóc vỏ vào. Nấu với bầu, bạn sẽ có món sim lo bầu vừa ngọt vừa mát miệng, dễ ăn. Mùi thơm và vị mặn của mắm thấm vào từng miếng bầu mềm mại, vào từng thớ cá, con tép, ăn quên thì thôi!

Món sim lo làm hơi công phu khi nấu với bình bát. Bình bát là loại dây leo mọc hoang, lá hình ba góc bầu màu xanh đậm (trái giống như dưa chuột, nhỏ cỡ ngón tay út). Cùng với bình bát còn có măng xắt lát mỏng và nấm rơm. Nếu thêm vài bông và đợt "ưng à co" (mỏ quạ - một loại dây leo), hương vị sẽ tuyệt hơn. Tất nhiên không thể thiếu cá lóc hoặc tép bóc vỏ. Tất cả hoà quyện, bạn sẽ nghe chất ngọt và mùi thơm của mắm, vị cay ấm của sả, nồng của ớt làm kích thích khứu giác và vị giác. Món này ăn vào ngày nắng nóng, khiến toát mồ hôi, còn vào ngày mưa lạnh thì giúp cơ thể ấm lên một

cách thú vị.

Đến Sóc Trăng - Ăn Chạch Lấu nướng mộc

Quán Cường (150 Mạc Đĩnh Chi, P.9, TX Sóc Trăng - 079 825999)

Chạch lấu nướng phải là cá tươi, bơi khỏe... sau khi nướng cơ thịt mới dai, chắc. Có nhiều công thức chế biến món chạch lấu nướng khác nhau, nhưng hơn nhau ở chỗ "bài phụ gia" ướp trước khi nướng. Gọi là phụ gia nhưng vai trò của nó có tính quyết định.



Món chạch lấu

Ướp sao cho miếng cá nướng không có mùi tanh - kể cả khi để nguội. Muốn vậy, thời gian ướp ít nhất phải 5 phút mới thấm vào những đường khía cắt ngang trên thân cá. Tuy thế, món nướng sẽ không thành công nếu thao tác nướng thiếu một chút "nghệ thuật" - nướng mà cá không bị vết khét, cháy. Nhìn cá nướng mà thực khách cứ nghĩ là cá chiên thì đầu bếp mới thành công.

Thấy con cá nướng muối ớt vàng ươm, thơm mỡ, lấm tấm màu đỏ ớt... đến trẻ con cũng ăn một cách ngon lành. Sở dĩ món này được đặt tên là chạch lấu nướng muối ớt là vì những đĩa muối ớt đỏ tươi làm món chấm, chứ cá hoàn toàn không có vị cay. Rau răm có vị hơi cay khi cặp với miếng cá vàng da trắng thịt, chấm một tí muối ớt, dù nhấm tí rượu đế hay một hớp bia thì cũng phải gật đầu.

Rau răm còn gọi là thủy liễu, tên khoa học là *Polygonum odoratum*, có tác dụng kích thích tiêu hoá, chữa rắn cắn. Ở Campuchia khi dùng món này, người ta ăn nhiều rau răm hơn (krassang tomhom), vì rau răm được sử dụng như một vị thuốc có tác dụng thông tiểu, chữa sốt, chống nôn mửa... Về Sóc Trăng ghé quán Cường (150 Mạc Đĩnh Chi, P.9, TX Sóc Trăng - 079

825999) để thưởng thức món này. Nhưng cần "kiên nhẫn" chờ nướng hơi lâu vì cá đang tươi xanh.

Đến Cần Thơ - Ăn Lẩu Mắm

Quán Dạ Lý, 89 đường 3 tháng 2, tp Cần Thơ

Mắm kho dù có nấu với cá đồng: cá lóc, cá rô, cá chạch, lươn, cá bông lau, cá ngát, cá linh, cá mè dinh, cá basa, tép bạc... thì ngon mắt nhất vẫn là rau.

Với lẩu mắm, sắc hoa, rau cả khay cuốn hút, gợi thêm hơn cả. Mắm có lịch sử, nhưng chắc chắn không phải từ thời cha ông ta khẩn hoang. Bản thân người Khmer đã có mắm Prohok. Những cư dân ở đây đều nói rằng từ thời xưa, nói tới mắm là nhắc tới sự dồi dào tôm cá. Ăn tươi không xuể, ngoài việc làm khô, cư dân làm mắm để ăn dần! Mắm làm ra nhiều món ăn. Mỗi nơi có một kiểu, nhưng đã là mắm kho thì nhất định phải thật nhiều rau mới ngon. Mùa này, ăn mắm với bông lục bình tím tím, màu vàng bông bí, bông so đũa trắng (giống bản địa) - tinh sương đất trời, chỉ nở một lần vào mùa gió bắc...

Ông Lê Chí Hiếu, chủ quán Dạ Lý nói: Mắm sặc Châu Đốc là nguyên liệu làm nên tiếng tăm cho món lẩu mắm Dạ Lý. Các lò mắm ở Châu Đốc có thể cung cấp mắm quanh năm, nhờ vào nguồn cá đồng nguyên liệu dồi dào từ rừng U Minh Thượng. Khi hết mùa thì cấy vào nguồn cá đồng từ Campuchia chuyển về. Ăn mắm kho thì phải nóng hổi, cay nồng mới ngon. Bao giờ cũng vậy, khi nấu món mắm kho, luôn tận dụng vị the cay, mùi thơm đặc trưng của sả. Ngoài tác dụng kháng khuẩn, kháng nấm, cây sả còn tác dụng khử mùi tanh. Sả băm khiến hương vị của món mắm kho nhẹ mùi, dễ hấp dẫn thực khách hơn!

Đến Cần Thơ - Ăn Ba Khía mười kiểu

Bờ sông Cái Khế đến đường Hùng Vương (P.Thới Bình, TP Cần Thơ)

Cầu Xô Viết Nghệ Tĩnh vừa thông xe, những dãy nhà lợp xúp từ bờ sông Cái Khế đến đường Hùng Vương (P.Thới Bình, TP Cần Thơ) bỗng chốc thành khu phố thương mại sầm uất với những hiệu bách hoá, nhà hàng, quán xá, khách sạn tấp nập về đêm.

Khi những ngọn đèn cao áp toả sáng cũng là lúc các chủ quán mang bàn ghế ra sân, dựng lên những tấm pano quảng cáo thành hàng dài. Chỗ này "Nghêu-Sò-Ốc-Cua-Ba khía"; chỗ kia "Ghẹ-Cua-Chù ụ- Ba khía"... Ba khía nghiền nhiên thành món ăn "chủ lực" trên phố đêm này.

Xưa nay, Cần Thơ hiếm thấy nơi nào lại đưa ba khía lên hàng danh thực như vậy: từ món ba khía rang me, ba khía luộc gừng, đến ba khía xào Tứ Xuyên, chiên giòn, hấp bia... Mỗi món đều có kiểu cách, hương vị riêng, thơm ngon, giòn rụm. Quán xá bán cùng mặt hàng nên "chiêu thức" phải khác nhau mới quyến rũ khách. Ông Dương Nhất Chí, chủ quán Thanh Trang, tự tin nói: Chù ụ xào dầu hào, món ba khía chiên giòn và những món tuyệt chiêu khác như ba khía hấp bia... món nào cũng thơm phức, nhìn là phát thèm. Các quán Lan, Thiện, Liễu... cũng tự tạo cho mình phong cách riêng, lai rai tại chỗ cũng được, mua về nhà cũng bán luôn, tất cả đều tươi rói.

Tuy các quán "lộ thiên" này mới khai trương chưa đầy một tháng nhưng thu hút khá đông thực khách. Họ đến không chỉ thưởng thức các món "hải vị" giá mềm (từ 10.000đ - 30.000đ/dĩa) mà còn xoay quanh những mẩu chuyện cuối tuần thư giãn... Chỉ món chù ụ xào, chấm muối tiêu chanh, ba khía chiên

giòn... và cả chục kiểu chế biến vậy cũng đủ tạo nhịp độ ba khía đang...
sung.

Đến Tiền Giang - Ăn Dồi Dê Nướng

Địa chỉ: Quán Song Thủy Nam, khu phố 11 đường Lê Thị Hồng Gấm, phường 4, thành phố Mỹ Tho (Tiền Giang).

Quán Song Thủy Nam, do ở gần ụ tàu xưa nên thực khách quen ở Mỹ Tho vẫn gọi là quán "Thủy Bình". Từ đường Lê Thị Hồng Gấm phường 4, thành phố Mỹ Tho vượt qua lối đi vừa vận chiếc xe du lịch là lọt vào khuôn viên quán, xuống xe bước ngay vào sự bồng bênh. Quán Thủy Bình dùng cột gỗ đước, mái lợp lá dừa nước xé, bàn ghế nhựa đơn sơ...

Nhưng dân Mỹ Tho khoái ngồi đây để thưởng thức cái cảm giác bồng bênh trên sóng nước. Bởi toàn bộ những gian nhà của quán đều đặt gọn trên những chiếc phao nổi giữa một chiếc hồ lớn. Khách ra quán phải gửi xe trên bờ, đi qua những chiếc cầu cây vừa lai rai vừa ngắm đàn cá rô phi, chép, tai tượng vẫy vùng. So với nhà hàng nổi Ninh Kiều của Cần Thơ hay nhà hàng nổi Bến Tre thì quán Thủy Bình khó sánh được về kiến trúc sang trọng. Nhưng ngồi gần một chiếc tàu sắt to đùng và những đoàn tàu đánh cá mang số hiệu khắp mọi miền duyên hải đang neo đậu nghỉ ngơi sau những chuyến đi dài tìm luồng cá và không gian giao tiếp làm cho người ta dễ gần nhau hơn.

Ngồi ở quán có cảm giác nghiêng ngả khi một đoàn khách bước xuống, quán có "món độc" do đầu bếp Lý Mười thủ diễn: dồi dê nướng. Anh Mười nói để làm được món dồi dê nướng ngon cần phải có nguyên liệu là mỡ heo, thịt dê, thịt nạc heo xay nhuyễn trộn với hạt tiêu xanh, đường, muối, bột ngọt. Tất cả dồn vào ruột heo siết chặt đem nướng trên than hồng. Dồi vừa chín dùng dao bén xắt lát mỏng dùng kèm lá mơ, rau tía tô, củ riềng chấm mắm tôm hay nước tương đều... ngon như nhau. Từ 9h sáng, Lý Mười đã nổi lửa nướng dồi phục vụ thực khách. "Dồi dê nướng, chưa tới 30.000 đồng/dĩa không phải vì vừa túi tiền mà khách tới. Cái chính là món thịt dê với lá mơ, tía tô, củ riềng... đều có vị thuốc", Lý Mười nói.

Đến An Giang - Ăn Bún nước kèn

Đường Phan Văn Vàng, bên hông quán cà phê Trúc, xéo cống Bồ Đề Đạo Tràng, thị xã Châu Đốc, An Giang.

Để có bát bún nước kèn ngon, cần phải có cá lóc đồng thịt săn chắc, làm sạch, cho vào nồi nước đang sôi. Cá chín, vớt ra, để nguội, rửa lấy thịt, bỏ xương. Một phần thịt cá làm chà bông, tán thành bột.

Việt Nam là xứ của bún. Ngoài Bắc có bún thang, bún mọc, bún riêu, bún ốc, bún ngan, bún đậu, bún sườn, canh bún. Miền Trung nổi tiếng với bún bò Huế, bún song thần An Thái (Bình Định). Còn Nam bộ thì có bún bì, bún chả giò, bún thịt nướng, bún cà ri, bún nước lèo Khmer. Đi bất cứ đâu đều có thể ăn được bún nhưng muốn thưởng thức bún nước kèn thì phải đến Châu Đốc, An Giang.

Để có bát bún nước kèn ngon, cần phải có cá lóc đồng thịt săn chắc, làm sạch, cho vào nồi nước đang sôi. Cá chín, vớt ra, để nguội, rửa lấy thịt, bỏ xương. Một phần thịt cá làm chà bông, tán thành bột.

Phi hành, tỏi hơi vàng (không sử dụng mỡ, dầu) rồi cho bột cà ri, đinh hương, bông tai vị, quế, bột cá vào xào chung với thịt cá. Cho tất cả hỗn hợp này vào nồi nước luộc cá, nêm gia vị (nếu có kroeung, một loại gia vị của người Khmer, bún sẽ ngon hơn). Tiếp đó, cho nước cốt dừa vào, để lửa liu riu.

Cuối cùng, sắp xà lách, bắp chuối, giá, quế vào bát, gấp bún trải lên trên, rồi chan nước lèo vào, xấp xấp. Hương vị thơm lạ, khó thể nào chê.

Tuy mang tiếng là đặc sản Châu Đốc, nhưng bún nước kèn không bán phổ biến ở nhiều nhà hàng, quán ăn của vùng biên địa này. Hàng chục năm trước, đây là món hàng rong, kéo kẹt quang gánh trên vai người bán theo con đường nhộn nhịp xe cộ ở Kênh Đào (cách thị xã Châu Đốc 7 km, trên Quốc lộ 91). Buổi sáng, người ta hay ngồi bệt bên gánh bún rong mà ăn một cách

"đã đời".