

Các Món Ăn Từ Cá Lóc

Cá lóc có thể rất to tới vài ký một con, nhưng thông thường, cá lóc khoảng một ký một con, rất nhiều thịt. Người dân Nam Bộ từ nông thôn đến thành thị, đa số đều ưa món canh chua cá lóc và cá lóc kho. Tuy nhiên có một món dân dã mà rất thú vị, đó là cá lóc nướng trui. Ở đồng bằng Nam Bộ, mùa tát đìa cũng là mùa khô. Cá lóc to bắt được từ đìa, bỏ vào đồng rơm khô, châm lửa. Lát sau, người ta bới trong than rơm sẽ được con cá lóc nướng trui. Bỏ lớp vảy đã cháy đen thành than, còn lại thịt cá lóc thơm phức. Chỉ cần thêm một chút muối nữa thôi là ta có một món ăn ngon lành và bổ dưỡng. Tuy nhiên, ở thành phố ăn cá lóc nướng cầu kỳ hơn. Họ lóc hết vảy, cắt hết vây, con cá trắng toát. Sau đó cá được nướng trên vỉ than hồng. Thỉnh thoảng họ còn bôi lên da cá một lớp mỡ, hành.

Cá lóc còn được luộc com mẻ hay rang muối. Người ta để con cá còn nguyên vảy, rửa sạch, cho vào nước sôi có mẻ. Còn rang muối thì cho cá vào chảo có muối cục, đậy nắp kín, đun muối cho hết nổi là cá chín. Cũng có thể làm sạch vảy, vây cá, cho vào xoong hấp, có khi cho thêm nắm mè, bún tàu, gia vị... gọi là món cá lóc hấp. Muốn có món cá lóc nhúng dấm thì làm sạch con cá, rồi thái mỏng thịt cá lóc ra. Đến lúc ăn mới cho vào xoong có dấm đang sôi, một lát sau, gắp ra ăn liền với rau sống và nước chấm. Ngoài ra, còn có thể làm cá lóc nấu nước lèo ăn với bún.

&NBSP;&NBSP; Ở đồng bằng Nam Bộ, cá lóc chỉ có nhiều vào mùa nắng, nhất là những ngày gần Tết Nguyên đán. Vì thế, người ta hay làm mắm hoặc làm khô để có thể dùng lâu trong cả năm mà vẫn có hương vị hấp dẫn.

Người dân nông thôn Nam Bộ rất quen thuộc với con mắm lóc. Đây là thức ăn hằng ngày vào mùa cây. Con mắm lóc từ trong hũ mắm lấy ra, có thể ăn ngay với ớt, chuối chát hoặc khế. Ngoài ra còn có thể làm mắm kho, mắm chưng hay mắm nướng. Thịt mắm cá lóc có thể làm thành món mắm trộn với đu đủ thái nhỏ, cộng với ớt, rau thơm và thỉnh để thành một món ăn vô cùng hấp dẫn.

Ở Cà Mau, vào những ngày giáp Tết nhà nhà làm khô cá lóc. Con cá lóc được xẻ ra, chỉ còn dính với nhau một chút ở đầu và đuôi, sau đó được ướp nước mắm ngon, tiêu, tỏi... rồi phơi cho thật khô. Loại khô này là quà quý trong dịp Tết. Khi ăn, chỉ cần chặt khô ra từng thỏi cho vào chảo mỡ chiên vàng, ăn với cơm hoặc là nhâm nhi với rượu đều hấp dẫn.

Ngoài ra, thịt cá lóc còn có thể chà bông (như ruốc thịt lợn). Cá lóc chà bông có thể để lâu khoảng nửa tháng. Món này có thể dùng ăn cháo hay kẹp bánh mì...

(Tập chí Văn hóa nghệ thuật ăn uống)