



Món ăn các miền

Nguồn: <http://toquoc.gov.vn/dacsac/dacsacvh.html>

ĐẶC SẢN MIỀN BẮC

Phở Hà Nội

"Phở là một thứ quà đặc biệt của Hà Nội, không phải chỉ riêng Hà Nội mới có, nhưng chính là vì chỉ ở Hà Nội mới ngon". Nhà văn Thạch Lam đã viết như vậy về phở trong cuốn "Hà Nội 36 phố phường".



Sự ra đời của phở đến nay vẫn còn nhiều tranh cãi, có tài liệu cho rằng phở ra đời cách đây hàng trăm năm tại Nam Định, có tài liệu lại cho rằng phở có nguồn gốc từ món mì của Trung Quốc. Nhưng dù thế nào đi chăng nữa, phở từ khi ra đời cho đến tận ngày nay vẫn thuần túy là đặc trưng của người Hà Nội với những thanh tao và truyền thống.

Phở Hà Nội xưa xuất xứ từ những gánh phở bò, gồm đầy đủ "chín - bắp - nạm - gầu", chỉ đến những năm 50 của thế kỷ trước mới xuất hiện phở gà, phở tái. Tuy vậy, chỉ có phở bò chín là mang đầy đủ hương vị xưa nhất của phở Hà Nội. Tạo nên "hồn vía" cho bát phở chính là nước dùng, nước dùng trong món phở được ninh từ xương ống của bò cùng với một số gia vị. Hương vị thơm ngon của nước dùng chủ yếu là do các loại gia vị quyết định. Tuy nhiên, công thức của từng loại nước dùng cụ thể cho từng hiệu phở được giữ khá bí mật.

Mặc dù vậy, có thể cảm nhận thấy mùi thơm của các loại gia vị thảo quả, gừng, đại hồi, đinh hương, hạt ngò gai, quế, hành khô, và vị ngọt thanh tao của xương ống, sá sùng, tôm nõn. Không thể không kể đến thành phần chính của bát phở đó là những lát thịt bò chín thái mỏng và những sợi bánh phở trắng, dẻo, to bản. Thêm vào đó nhúm hành, rau thơm, chút hạt tiêu bắc, và vài giọt chanh. Tất cả tạo nên hương vị của bát phở Hà Nội. Hiện nay, Hà Nội vẫn còn nhiều quán phở ngon nổi tiếng như quán phở ở phố Bát Đàn, phở mậu dịch ở Lý Quốc Sư, phở Tư Lùn ở Hai Bà Trưng, phở Cường ở Hàng Muối, hay phở Thìn Bờ Hồ.

Đến Hà Nội, thăm thú cảnh quan nơi đây và thưởng thức đặc sản Hà Thành với món phở truyền thống sẽ thấy nét đẹp ẩn giấu của Hà Nội xưa và nay. Một món ăn đã đi vào tiềm thức của người dân nơi đây.

Chả cá Lã Vọng

Không giống như những món ăn ngon của Hà Nội, chả cá Lã Vọng đã ra đời trong hoàn



cảnh k há đặc biệt. Đây vốn là món ăn dân dã đã được gia đình họ Đoàn bán trong thời kỳ kháng chiến chống Pháp, và chả cá đã sớm trở thành món ăn ngon nổi danh khắp Hà Nội. Tên gọi chả cá Lã Vọng là do trong nhà hàng luôn bày tượng ông già Lã Vọng ngồi câu cá, vì thế khách ăn quen gọi là Chả cá Lã Vọng, ngày nay trở thành tên gọi của nhà hàng. Điều đặc biệt hơn nữa là tên gọi của món chả cá qua thời gian đã trở thành tên gọi của con phố nơi món chả cá ra đời.

Cá làm chả lại phải là cá Lăng thật tươi mới thật đúng vị, vì cá Lăng ít xương, lại ngọt thịt và thơm. Không có cá Lăng thì mới buộc phải dùng đến cá nheo, cá quả. Tuy nhiên, hiện nay chả cá để phục vụ đại trà cho thực khách, nhà hàng thường phải thay thế bằng cá quả. Thịt cá phải lạng từ hai bên sườn, thái mỏng ướp với nước riềng, nghệ, mẻ, hạt tiêu, nước mắm rồi kẹp vào cặp tre nướng trên lò than hoa hồng rực đặt ngay trên bàn ăn của khách. Người nướng phải thật khéo sao cho cá chín vàng đều hai bên sau đó gỡ ra bát, rưới mỡ đang sôi lên trên. Ăn chả phải ăn nóng, kèm với bánh đa nướng hay bún rối, lạc rang, rau mùi, húng láng, thì là, hành củ tươi chẻ nhỏ chấm với mắm tôm, vắt nhiều chanh tươi đánh sủi lên rồi tra thêm một chút tinh cà cuống, thêm vài giọt rượu trắng. Hương vị chả cá đặc biệt thơm ngon hơn khi người ăn nhắm nháp món ăn và nhâm nhi với chút rượu mạnh. Tiếng mỡ nóng phi hành hoa kêu lép lép. Màu cá nướng vàng rộm thơm lừng đặt trên những lớp rau thì là xanh mướt, bên lò nướng than hồng rực, ấm áp cho ta cái cảm giác như đang được hưởng cái tinh túy của đất trời nước non.

Mỗi món ngon Hà Thành đều mang trong đó "tâm hồn", chả cá Lã Vọng cũng không nằm ngoài, và cùng với thời gian chả cá Lã Vọng đã trở thành một nét đẹp trong văn hoá ẩm thực nơi đây

Bánh gai Ninh Giang

Ninh Giang, vùng quê thuộc tỉnh Hải Dương, lâu nay đã nổi danh với đặc sản bánh gai. Người dân vùng đồng bằng Bắc Bộ rất quen thuộc với món bánh gai, có nhiều vùng làm bánh gai như Nam Định, Thái Bình, Tuyên Quang nhưng bánh gai Ninh Giang có hương vị rất đặc biệt.



Để làm một chiếc bánh gai ngon phải rất công phu. Gạo để làm bánh phải lựa loại gạo nếp cái hoa vàng ngon, gạo phải ngâm nước qua đêm, để ráo nước rồi xay thành bột mịn. Bánh gai có màu đen đặc trưng của lá gai. Lá gai phơi khô, tước bỏ hết gân, thái nhỏ, luộc sau đó vắt kiệt nước và giã thật nhuyễn, trộn với bột và đường kết tinh làm vỏ bánh, khi trộn bột phải vắt nhiều lần cho thật dẻo. Làm nhân bánh cũng không kém phần công phu. Lựa loại đậu xanh ngon, đãi vỏ, hấp chín và giã đều và trộn với lạc, dừa, mút bí, vừng, mỡ lợn, hạt sen, hương liệu thơm như dầu chuối. Đặc biệt mỡ lợn trộn vào nhân bánh phải chọn loại mỡ dày khỗ, thái hình con chì, luộc chín, trộn đường rồi đem ủ vào chum, vại cho đến khi những miếng mỡ trắng, trong, giòn mới dùng được. Tạo nên hương thơm của bánh gai phải kể đến lá chuối khô dùng gói bánh. Gói bánh bằng nhiều lớp lá và hấp chín, do vậy bánh gai có thể để lâu ngày mà vẫn giữ được mùi thơm đặc trưng.

Bánh gai Ninh Giang cầu kỳ là vậy, nó mang hương vị riêng của miền quê Bắc Bộ, và chỉ Ninh Giang mới làm ra loại bánh có hương vị riêng và màu sắc của một đặc sản đã có từ bao đời nay.

Phở chua xứ Lạng

Du khách đến với vùng đất Lạng Sơn không chỉ vì vẻ đẹp non nước hữu tình, không chỉ vì con người nơi đây mộc mạc, chất phác và hiền hậu mà còn say mê cả những món ăn dân dã và đặc trưng nơi đây. Mấy ai khi đến Lạng Sơn mà không thưởng thức những món đặc sản nơi đây.

Không biết phở chua có phải xuất xứ từ vùng đất này hay không nhưng tên của nó đã gắn với tên miền đất non nước này - Phở chua xứ Lạng.

Không giống phở Hà Nội, hay phở Sài Gòn..., phở chua Lạng Sơn nổi tiếng cũng từ hương vị rất riêng và đặc biệt. Từ sợi phở có vị hơi hơi chua ngọt, sợi se khô, đánh hơn và dai hơn. Chưa cần nêm thử tô phở, bạn đã nhận thấy điều khác biệt vì nguyên liệu vô cùng phong phú: Khoai môn thái miếng mỏng hoặc con chì chiên vàng rộm, miếng gan heo mỏng tang chiên cháy cạnh vừa ngon lại vừa bùi. Phở chua ăn cùng với các loại thịt cay như: thịt ba rọi, thịt vịt hay dạ dày quay được tẩm ướp tỏi và các loại gia vị tạo nên một mùi vị thơm lừng rất đặc trưng của tô phở. Sau khi cho phở vào tô, thêm vào những lát thịt quay, bày lên phía trên nào là khoai môn chiên, gan chiên rồi nước dùng vào. Nước dùng chính là thứ quyết định hương vị của món ăn. Nó phải đảm bảo vị ngọt dịu thanh, vị chua, vị mặn, cay và đặc biệt là vị ngậy của mỡ heo quay hay thịt vịt quay. Sau khi rưới nước dùng, người ta rắc thêm đậu phộng rang, rau thơm thái nhỏ, hành phi thơm, dưa chuột và vài lát lạc xường đồ hồng trông vô cùng hấp dẫn. Mỗi thứ chỉ chút xíu thôi, ăn rất vừa miệng mà không hề ngấy vì phở vừa có vị chua chua ngọt ngọt rất hấp dẫn, lại vừa thơm các loại gia vị.

Có dịp thăm xứ Lạng, du khách không bao giờ bỏ qua cơ hội thưởng thức món ăn này. Đây là một trong những món ăn đậm đà bản sắc dân tộc mà ngay cả khách ngoại quốc đã từng thưởng thức cũng không thể nào quên.

Vịt quay Lạng Sơn

Những năm gần đây, lượng du khách đến Lạng Sơn ngày càng đông. Bên cạnh mục đích tham quan cảnh vật, mua đồ tại chợ Tân Thanh... hầu hết du khách không thể không thưởng thức một trong những đặc sản nổi tiếng ở đây, đó là vịt quay Lạng Sơn.



Từ vịt Na Sầm, sản vật quý hiếm của Thất Khê nổi tiếng, nay đã phát triển thành đặc sản "vịt quay Lạng Sơn" của cả tỉnh. Thất Khê là thung lũng bảy khe suối trên vùng cao Lạng Sơn, nơi luôn sẵn gạo và vịt ngon. Phương pháp quay vịt có quy trình nhất quán, với các công đoạn tìm tòi, sáng tạo rất riêng biệt, yêu cầu tay nghề bếp núc điêu luyện. Vịt tơ béo được làm sạch mổ moi, nhồi lá mắc mật vào bụng, để quay trên than hồng. Vừa quay vừa bôi mật ong lên da vịt hoặc bôi tẩm mật ong rồi chiên trong mỡ nước đang sôi, cho đến khi vàng ươm, chín đều. Thịt thơm phức, mềm, ngọt mà da giòn.

Suốt từ chợ địa đầu Chi Lăng đến Đồng Đăng, Kỳ Lừa và khắp các chợ dọc quốc lộ 4, các sạp thức ăn chế biến sẵn luôn đầy ắp những con vịt vàng ruộm, thơm phức, thật bắt mắt. Những người bán hàng nơi đây cũng rất đôn đã và mến khách. Đến đây, sau những buổi tham quan, du khách có thể ghé chân thưởng thức món vịt quay nổi tiếng mà hương vị đặc biệt của nó còn khiến chúng ta lưu luyến./.

Bánh Cầu

Hải Phòng là thành phố có rất nhiều món ăn địa phương đặc sắc như bánh đa cua, bún tôm... và không thể quên nhắc tới món bánh cầu. Món bánh này có nguồn gốc từ Trung Quốc. Nó còn có tên gọi khác như: bánh cầu, bánh xì liên cầu, bánh xì lồng cầu...

Bánh cầu có màu vàng sẫm được làm từ gạo nếp pha với gạo tẻ cùng với đường hoa mai và hương liệu, sau đó được hấp chín. Bánh khi hấp xong được đặt vào rế hay còn gọi là lồng đan bằng tre, xung quanh quấn bằng giấy đỏ, phần mặt bánh rắc vừng. Màu đỏ của giấy quấn quanh bánh theo người Hoa tượng trưng cho sự may mắn trong ngày Tết.

Bánh có trọng lượng trung bình 1 kg/cái, có thể cắt thành miếng nhỏ ăn ngay khi mới hấp

xong. Nhưng để thưởng thức được vị ngon và sự đậm đà của bánh thì phải ăn khi rần nóng cắt thành khoanh hoặc miếng nhỏ sao cho vừa ăn. Một chút vừng chắt lên mặt khi rán sẽ mang lại cho người thưởng thức cảm giác thơm và ngậy hơn khi ăn. Đây là món quà bình dân vào dịp Tết. Trong tiết trời lạnh lẽo, ăn miếng bánh nóng có vị hơi ngọt của đường, có vị thơm của vừng, ngậy của mỡ, dẻo của gạo nếp được rán giòn... người ăn sẽ thực sự cảm nhận được hương vị món bánh cầu. Khách phương xa khi đến Hải Phòng được thưởng thức món bánh bình dân này thì thật thú vị.

Bánh Cáy Thái Bình

Bánh cáy là đặc sản độc đáo của ruộng đồng Thái Bình, xưa chỉ được làm ra để phục vụ ngày tết cổ truyền dân tộc. Mọi thành phần làm nên bánh cáy đều là thành quả của công sức hai sương một nắng của người nông dân lao động trên mảnh đất thân yêu của mình. Nguyên liệu chính của bánh cáy được chế biến từ gạo nếp cái hoa vàng, loại lương thực quý nhất sinh ra từ mồ hôi con người trải qua bao vất vả trước nắng, gió... thiên nhiên.

Trong các nguyên liệu làm bánh cáy, trước hết phải kể tới bông nếp, cũng sinh ra từ thóc nếp rang nổ sấy bỏ trấu, rồi đến lạc, vừng rang chín bỏ vỏ, gừng già cạo vỏ xắt nhỏ và chút thịt nạc, mỡ lợn vừa đủ.

Khi ăn bánh cáy, ta bỏ giấy bọc, xắt bánh ra từng khoanh như xắt giò. Trên bốn cạnh của thoi bánh, các màu sắc nâu, vàng, đỏ, xanh trắng... nằm đan xen nhau như chào mời sự lưu ý của con mắt và gọi lên sự liên tưởng tới món "trứng cáy". Ngoài ra thực khách còn bị hấp dẫn bởi mùi vị ngon ngọt, ngậy ngậy thơm cay, mùi béo.. lan tỏa ra từ đĩa bánh quện cùng hương sen, hương ngâu thoảng thoảng của chén trà nóng bốc lên. Bánh cáy được làm trước hết để cúng tổ tiên, tỏ lòng thành kính, ghi nhớ công ơn ông cha đã khai phá đồng ruộng, chọn giống, cấy cày trồng trọt... Ngoài ra, người ta cũng dùng bánh cáy làm quà, biếu họ hàng, bè bạn thân thiết chút của ngon vật lạ quê hương. Từ đó bánh cáy đã trở thành đặc sản của một vùng quê lúa.

Bánh cuốn trứng Lạng Sơn

Bánh cuốn Sài Gòn nhiều nhân, ăn chung với chả giò, nem, giá trụng, rau thơm, bánh cuốn Hà Nội có lớp nhân mỏng và rắc lên trên ruốc thịt, hành khô, rau kinh giới... Ai đã từng ăn bánh cuốn trứng Lạng Sơn hẳn không thể quên món đặc sản này, chỉ đơn giản có trứng gà và một chén nước chấm là nước thịt kho.

Không rõ bắt nguồn từ đâu nhưng món bánh cuốn trứng đã thuộc về người dân xứ Lạng từ rất lâu. Người ta dùng chiếc nồi với đường kính khoảng 4 tấc để tráng bánh cuốn. Khi chiếc bánh tráng trên nồi vừa chín, người ta giở nắp vung, đập vào chiếc vá và bỏ vào hai bên của chiếc bánh hai quả trứng gà, đập nắp lại một chút, chờ vừa đủ cho lớp lòng trắng đục lại, dính vào mặt bánh, phần lòng đỏ lúc ấy chỉ vừa đủ chín một lớp áo bọc thật mỏng bên ngoài, giúp cho chiếc trứng không bị vỡ. Sau đó người ta dùng một chiếc đĩa tre đẹp, chia chiếc bánh làm hai phần, khéo léo hất nhẹ các góc của nửa chiếc bánh xếp lại, phủ một phần của cái trứng nhưng không phủ kín, trông rất đẹp mắt và bày ra đĩa, rắc thêm một lớp thịt nạc kho được chà nhuyễn thành sợi nhỏ.

Vào mùa rét, khi đến hàng bánh cuốn, cảm giác thật ấm áp khi một lớp khói - hơi nước bốc lên từ nồi hấp cuốn cuộn nóng hổi. Người bán múc cho mỗi người một chén nước chấm

cũng là nước thịt kho, với lớp nước mỡ thật dày. Khi gấp bánh không dùng đũa như các bánh cuốn nơi khác mà phải dùng muổng để bánh khỏi vỡ. Khi ăn, lòng đỏ trứng ở độ "tái" vỡ ra trong miệng, lẫn với vị béo của nước thịt kho, lớp thịt đã chà nhuyễn lẫn vào với bánh thật lạ và ngon.

Là một trong những món ăn được nhiều người biết đến, bánh cuốn Lạng Sơn được bán tại nhiều phố để phục vụ khách. Du khách có dịp lên Lạng Sơn, dứt khoát phải một lần ghé thưởng thức món bánh cuốn trứng, không cầu kỳ, cao sang nhưng sao ngon lạ lùng./.

Bánh dày bản Mường

Loại bánh này khác hẳn với bánh dày Quán Gánh cả về hương vị và chất liệu cũng như quy trình chế biến. Đây là món đặc sản của bà con dân tộc Mường ở bản Sau, bản Ao và bản Cả thuộc xã Kỳ Phú, huyện Nho Quan (Ninh Bình) chỉ làm đãi khách vào dịp Tết nguyên đán hoặc trong đám cưới.

Nguyên liệu làm bánh duy nhất chỉ có gạo nếp cái hoa vàng. Trước khi chế biến, chủ nhà thường chọn gạo rất kỹ rồi mới vo, ngâm và đồ xôi. Khi xôi chín nhừ, còn đang nóng, họ trút vào cối gỗ, dùng cây vầu tươi, thon chắc có đầu mật và phết một lớp lòng đỏ trứng gà để giã xôi. Khi xôi đã nhuyễn như bột, chủ nhà để sang một chiếc nia và chuyển sang nặn bánh. Khi làm công đoạn này, người nặn xoa qua lòng đỏ trứng gà vào lòng bàn tay để xôi khỏi dính vào.

Khi làm bánh xong, phải để cho nguội rồi mới xếp ra đĩa để tránh bánh dính thành một khối. Mỗi mẻ bánh thường cần 4 kg gạo nếp, làm được 120 chiếc. Bánh khi ăn vừa có hương vị đặc trưng của gạo nếp, vừa có hương thơm của lòng đỏ trứng gà lưu lại qua dụng cụ chế biến. Một chiếc bánh ngon phải vừa bùi, vừa giòn và dẻo.

Bánh chưng đen - đặc sản của Lạng Sơn

Với mỗi người dân Việt Nam, "sự tích bánh chưng, bánh dày" tượng trưng cho đất và trời không còn xa lạ. Ngày Tết, bánh chưng là món không thể thiếu trên mâm cỗ tổ tiên. Với Lạng Sơn, bánh chưng không đơn giản chỉ là món ăn cổ truyền mà còn ẩn chứa nét riêng của một dân tộc.

Bánh chưng đen là đặc sản của huyện miền núi Bắc Sơn -Lạng Sơn.Với người dân tộc Tày, đây là món không thể thiếu trên mâm cỗ cúng tổ tiên, trời đất mỗi vụ xuân về.

Bánh chưng đen được cha truyền, con nối qua nhiều thế hệ. Tháng 10 âm lịch, khi gặt vụ lúa mùa, người Bắc Sơn thường chọn những cọng rơm nếp, to, mọng, vàng đem về rửa sạch bằng nước khe núi trong vắt. Sau đó phơi khô rồi đốt thành tro, vò mịn, rây lấy phần mịn nhất của tro nếp...

Là chủ nhân của những cánh đồng lúa đặc sản, người Bắc Sơn chọn những giống lúa nếp thơm ngon nhất, sau khi ngâm nước, vo kỹ, vớt ra đem trộn với bột tro sao cho hạt gạo tròn mẩy được bao bọc bởi màu đen tro mịn.

Nhân bánh là đỗ xanh đượm hành, mỡ, hạt tiêu và thịt lợn. Lá dong rừng là loại lá được chọn để gói loại bánh này. Bánh được gói thành hình trụ dài khoảng 30 cm, đường kính độ 7 cm, dùng lạt dài cuốn quanh theo chiều ngang bánh cho chặt rồi được nấu bằng những cây củi đượm lửa nên có hương vị thơm ngon rất đặc trưng. Tết đến, ăn miếng bánh chưng đen, mùi gạo quện với tro nếp mát, vừa dẻo, vừa ngọt làm người ăn như thưởng thức được cả mùi cỏ cây, ruộng đồng và đất trời.

Thêm một điều đặc biệt nữa là bánh chưng đen ăn không bị nóng cổ, nóng bụng như bánh chưng thường vì tro nếp đã khử mùi chua, độ nóng của gạo nếp...

Làm được bánh chưng đen phải là người khéo léo bởi vậy khi chọn lấy nàng dâu, người dân Bắc Sơn thường chú ý đến những cô gái biết làm những chiếc bánh tròn trịa, những đường lạt gói phải hằn đều lên thân bánh, tạo nên một chiếc bánh quánh đặc và đậm đà...

Du khách đến Lạng Sơn vào dịp xuân về, ngoài việc ngắm hoa mận, hoa đào nở,...bên cạnh những món đặc sản như vịt quay, phở chua.... ai cũng muốn thưởng thức món bánh chưng đen vừa lạ, vừa ngon. Người dân Lạng Sơn rất tự hào về món ăn này bởi trong đó như gửi gắm tâm hồn của cả một dân tộc./.

Chả chìa Hải Phòng

Một dẻ mía chẻ nhỏ bằng ngón tay. Phần trên được bao bằng thịt nạc xay nhuyễn với mực khô, đậm đà hương vị. Phần dưới để nguyên, dùng để cầm khi ăn. Món chả chìa này là đặc sản của người Hải Phòng. Yếu tố làm nên hương vị riêng của món ăn chính là cá mực khô, mía, thịt nạc. Mực khô phải chọn những con vừa phải, mình dày, sau đó được cắt nhỏ, trộn sao cho dẻo quánh với thịt xay. Mía mua từng cây, gióng đều, đem về bóc sạch vỏ và chẻ thành dẻ. Việc chẻ mía cũng phải nhịp nhàng, khéo léo. Pha chế nguyên liệu, dùng tay phết lên đầu những dẻ mía, chả sống vẫn còn ấm nóng, tươi hồng và có độ bám chặt.

Sau đó, chả được xếp vào những chiếc mâm đục nhiều lỗ, đem đặt vào nồi hấp. Những dẻ mía chín, vị ngọt sẽ thấm vào chả cộng với hương thơm của hạt tiêu, nắm hương, mộc nhĩ... tỏa mùi thơm ngào ngạt. Trước khi ăn, nên chao qua mỡ đang sôi chừng vài phút cho nóng và vàng ruộm.

Cơm lam - Hương vị núi rừng

Cơm lam bắt nguồn từ những chuyến đi rừng dài ngày của người đàn ông với túi gạo mang theo, dao quắm và đá đánh lửa cùng ống nứa sẵn có trong rừng, vậy mà nay đã trở thành món đặc sản, "hút hồn" du khách.

Chỉ là một món ăn giản dị của núi rừng, Cơm lam cũng khiến người mới gặp lần đầu ngỡ ngàng trước một món ăn tưởng không có gì đơn giản, khiêm tốn hơn, mà chứa trong đó biết bao nghệ thuật và ý tưởng của hạt gạo vùng cao trong mối giao tình với nước, lửa và những ống nứa non...

Cơm lam mà có được thứ nước có sẵn trong ruột nứa, sẽ thơm ngon bội phần bởi hương vị của tự nhiên, của trời đất dồn lại. Mùi vị hòa quện trong từng hạt cơm thơm dẻo là sự dịu dàng của nứa non, tre non, mùi của hương sớm đọng trên lá chuối, của những giọt

nước suối đầu nguồn mát lành và mùi của bếp lửa phập phồng ngày đông lạnh...

Cùi dừa bánh tráng – Món ăn dân gian của người Thanh Hoá

Đối với các tỉnh phía Bắc thì Thanh Hóa là tỉnh trồng nhiều dừa nhất. Đặc biệt là huyện Hoàng Hóa. Dừa mọc san sát ở dọc ven đường đi, bờ ao, trong làng, trong xóm. Dừa Thanh Hóa quả to cùi dày. Người ta thường gọi hai loại dừa là dừa chiêm và dừa mùa theo thời gian ra quả của nó.

Thông thường dừa chiêm ít và không mấy giá trị vì không để được lâu, phải hái sớm. Dừa mùa nhiều, để già trên cây cho khô vỏ, sọ đen, cùi dày, nước ngọt, kho với thịt ăn rất ngon.

Muốn biết cùi dừa dày hay mỏng (tức là non hay già) thì nhìn lớp vòng tròn bao quanh quả dừa. Ở Thanh Hóa người dân thích ăn cùi dừa với bánh tráng. Bánh tráng là loại bánh không thể thiếu ở các chợ vùng quê bản xứ. Bánh tráng còn gọi là bánh đa.

Bánh tráng được làm từ bột gạo xay nhỏ. Dùng bột nước láng qua một lớp mỏng trên một khung vải được đặt lên một nồi nước đun sôi, bánh to hay nhỏ tùy thuộc vào cái khung vải, hoặc dày hay mỏng là do lượng nước bột ở cái gáo múc. Khi bánh tráng xong đem phơi khô. Nếu dùng làm bánh phở hay nấu canh thì thái thành sợi to nhỏ tùy ý. Đối với bánh tráng (hay bánh đa) người ta có thể rắc lên mặt bánh một ít hạt vừng. Bánh tráng đem phơi khô khi nào ăn thì quạt qua lửa than. Vừa quạt để nước ăn ngay thì rất giòn và thơm, nếu để lâu sẽ bị dai.

Làm bánh tráng tưởng dễ nhưng mà cũng khó. Ở mỗi vùng quê đều có làng nghề nổi tiếng. Người quạt bánh phải có kỹ thuật, để bánh chín đều, không bị ám khói hoặc cháy đen. Nếu bánh không chín đều ăn sẽ mất ngon. Bánh tráng chín ăn kèm với các thứ như mực, cá thu... Nhưng có lẽ ăn cùi dừa với bánh tráng vừa bùi vừa béo.

Bánh Dừa Hưng Hiền

Yên Mô vốn là đất Trần Ngỗi lên ngai vàng (tức Trần Giản Định, nhà Hậu Trần). Ông giương cao ngọn cờ khởi nghĩa chống quân Minh xâm lược bởi vậy, làng Hưng Hiền, xã Yên Mỹ cũng như nhiều làng quê khác ở Yên Mô, tỉnh Ninh Bình, hàng năm mở lễ hội vào tháng giêng, hai, thường làm nhiều thứ bánh để cúng thần trong đó có bánh Dừa.

Trước hết, cần chọn loại gạo nếp ngon - nếp cái hoa vàng. Hạt nếp bóng và 'mọng', độ dẻo và hương thơm vào loại siêu hạng. Những mẻ nếp đem rang, nóng vừa độ ấm tay, đem trộn với nước đường trắng. Loại nước đường này phải thật nhuyễn, trong suốt, không còn một hạt đường dẫu chỉ nhỏ bằng nửa cái mắt muối. Nếp trộn nước đường được dàn ra thành phen mỏng hơn bánh đa dàn trên phen nửa để phơi và chỉ được dày hơn bánh cuốn một chút.

Nhân là hai vị thuốc dễ kiếm - thảo quả và quế chi, 'tán' nhỏ, nhuyễn rồi đặt vào giữa bánh. Động tác tiếp theo là cuộn bánh lại, tròn như ngón tay cái, dài khoảng gần hai gang tay. Bánh phải tròn đều như ống sáo, chứ không được chỗ to, chỗ nhỏ. Bánh Dừa không dùng chõ đồ, cũng không cho vào nồi luộc và cũng không kẹp vào vỉ thép như kiểu nướng chả mà

bánh này phải sấy - sấy khô trên than hồng. Việc sấy bánh cũng đòi hỏi sự 'linh cảm' của bàn tay, sao cho bánh khô vừa đến độ giòn. Đây là loại bánh mang 'nhãn hiệu Hưng Hiền'. Bánh được đặt trên đĩa cổ, lại đặt trong mâm quả, phủ vải điều, trình trọng đội lên đầu để ra đình lễ thánh.

Mâm bánh Dừa cúng xong, mọi người đều được hưởng 'lộc thánh'. Hương vị của bánh Dừa là sự kết hợp của nhiều yếu tố: Mùi hương của nếp quê, chất thơm của thảo quả; vị cay nhẹ của quế chi; cái ngọt của đường; sự giòn của tãi sấy bánh.

Bánh gặt gù Tiên Yên

Được thiên nhiên ưu đãi, Quảng Ninh có Vịnh Hạ Long, đây là một trong những nơi “trú ngụ” nhiều món “sơn hào hải vị” so với các tỉnh khác trong nước. Tuy nhiên, đến Hạ Long, nhiều du khách lại chỉ muốn được thưởng thức món bánh gặt gù Tiên Yên dân giã. Người ta bảo loại bánh này đã ăn một lần rồi thì cứ nhớ, cứ say như phải lòng bánh vậy...

Tiên Yên là một thị trấn cách Hạ Long khoảng 90 km về phía Đông. Nơi đây vốn nổi tiếng vì có món bánh gặt gù. Người ta đi xa như vậy chỉ để thưởng thức món bánh có cái tên nghe ngô ngô này vì chỉ ở nơi đây mới là nguồn gốc của nó, và ngay cả ở Tiên Yên cũng chỉ còn có 2 gia đình làm loại bánh này.

Tên của bánh, có lẽ do thực khách đặt cho, vì mỗi khi cầm lên thì cái bánh dẻo quẹo cứ gặt gù, gặt gù.

Bánh gặt gù được làm bằng gạo nương. Gạo đem ngâm rồi xay thành bột. Miếng bí truyền là phải xay lẫn với một ít cơm nguội, pha trộn theo tỷ lệ nào chỉ chủ nhà mới biết. Bột xay rồi đem tráng, không mỏng như bánh cuốn, không dày như bánh đa. Bánh tráng xong cuộn lại, dài bằng gang tay, to như ngón tay cái xếp trên đĩa sứ, trắng muốt. Bánh tráng trong, mềm, dẻo mà không dính.

Gặt gù chấm nước mắm cốt lẫn hành khô, tỏi, ớt và đặc biệt không thể thiếu là đĩa hén và mỡ gà. Người ta thường ví: Lợn Móng Cái, gái Đầm Hà, gà Tiên Yên. Gà Tiên Yên là loại gà nuôi thả, mỏ nhỏ, chân vàng, thịt rất thơm. Thịt một chú gà sống thối, bóc hai lá mỡ đem rán lên, đổ mỡ đun sôi cùng nước mắm và các thứ gia vị. Người ăn ngồi quanh bàn, cầm bánh gặt gù chấm nước mắm nóng, ăn vào thấy người râm ran nóng, má hồng, mắt sáng, miệng xuyết xoa, rồi tự nhiên vừa ăn, vừa gặt gù, tằm tắc. Người Tiên Yên bảo ăn bánh gặt gù chẳng những ngon, bổ mà còn là thứ thuốc giải cảm.

Có người cho rằng tại sao ở Hà Nội có vô vàn loại bánh ngon mà người ta lại phải mày mò lên tận thị trấn Tiên Yên xa xôi này chỉ để ăn một loại bánh có cái tên gặt gù. Thắc mắc này ngay cả những người đã từng thưởng thức món bánh này cũng chưa chắc đã trả lời được, bởi nó cũng được ví như cái duyên của người con gái, mà đã là cái duyên thì thật có sức hút và không thể mô tả thành lời./.

Bánh nẳng Tây đình (Vĩnh Phúc)

Dân làng Tây Đình, xã Tam Hợp (Bình Xuyên-Vĩnh Phúc) mỗi năm được ăn hai cái Tết

lớn: Tết nguyên đán và Tết 12 tháng tám âm lịch, thường gọi là Tiệc làng. Những ngày này, ngoài cỗ bàn thịnh soạn, mọi nhà còn làm ra nhiều thứ bánh, trong đó bánh chưng vuông và bánh nẳng dài là hai thứ bánh không thể thiếu trên các bàn thờ.

Bánh nẳng, ở đây gọi là bánh gio Tây Đình ngon có tiếng. Bí mật làm nên tấm bánh gio ở Tây Đình nằm trong khâu chọn nguyên liệu, cách ngâm gạo và thời điểm gói bánh, luộc bánh... Mỗi cái bánh gio chỉ dài chừng hơn gang tay đường kính nhỉnh hơn ruột quả chuối tiêu nên chỉ cần luộc ba giờ đồng hồ bánh đã rền. Bánh để nguội bóc cắt ra từng khoanh, nhìn thấu qua trong suốt màu sáp ong đã thấy ngon, đem chấm cùng mật giọt càng hấp dẫn.

Người Tây Đình ít ai làm bánh gio đem bán mà chỉ làm để ăn Tết và biếu tặng họ hàng, bè bạn xa gần. Ai đã được ăn bánh gio Tây Đình đều nhớ mãi vì ngon hơn hẳn bánh nẳng ở các nơi về cả màu sắc và hương vị.

Bún cá - Hương sắc ẩm thực Hải Phòng

Hải Phòng - thành phố cảng biển này đã chất lọc, giữ lại cho mình những hương vị ẩm thực đầy cá tính. Bún cá chính là một trong những hương vị đó.

Bún cá Hải Phòng là sự kết hợp nhuần nhuyễn hải sản và những sản vật từ đồng ruộng. Cá trong bát bún gồm: chả cá và cá rán xắt khúc. Chả cá tạo ra hương vị đặc biệt nhất cho món bún này, đồng thời nó cũng là thành phần quan trọng để quyết định sự ngon miệng của bát bún. Chả cá phải được làm bằng cá thu, thịt cá được lọc ra giã nhuyễn với thì là, hạt tiêu, kèm một chút bột nghệ cho ngon mắt... Cùng với chả là miếng cá xắt khúc chỉ dày khoảng một đốt ngón tay làm từ cá đồng, thường là cá trôi, cá trắm. Nét tinh tế của ẩm thực thể hiện rất rõ ở thịt cá đồng ngọt lại không tanh. Nước dùng phải được ninh bằng xương ống lợn với nước luộc xương cá biển mới ngọt và có mùi đặc trưng.

Ăn bún cá không thể quên rau muống thái nhỏ, rổ rau sống ngon nhất là vào mùa đông với đầy đủ xà lách, kinh giới, húng... Đặc biệt, dù mùa nào cũng không thể thiếu hoa chuối thái mỏng với vị vừa bùi vừa chát. Người ta khó có thể quên ấn tượng về bát bún cá với màu vàng của chả cá, cá rán, màu xanh thấp thoáng của dộc mùng, màu đỏ của tương ớt trên màu trắng tinh của bún ngập trong nước dùng trong veo đang bốc khói.

Món bún cá tuyệt vời ở chỗ không đem lại cảm giác no ngấy cho người ăn. Vì vậy, sau mấy ngày Tết bún cá được bày bán ở khắp các phố ở Hải Phòng. Nó được coi như món ăn để át đi vị thịt mỡ của những ngày Tết.

Măng chua Lạng Sơn

Lạng Sơn không chỉ nổi tiếng với những danh lam thắng cảnh tuyệt vời như phố Kỳ Lừa, nàng Tô Thị, chùa Tam Thanh... mà còn nổi tiếng với những món ăn độc đáo, mang đậm bản sắc của núi rừng thơ mộng.

Một trong những món ăn dân dã mà có hương vị rất riêng của vùng núi đá địa đầu Tổ

quốc này là món măng chua, mắc mật. Những nhà hàng ở Lạng Sơn thường dùng món măng chua này kèm với phở, thịt quay..., măng chua được đựng trong những chiếc bát nhỏ xinh xắn màu trắng mà sự hòa quyện về màu sắc của nó khiến chúng ta liên tưởng tới những bông hoa rừng thật đẹp. Món măng chua còn được sử dụng trong cả bữa ăn thường ngày của người dân. Với người dân nơi đây, măng chua, mắc mật là món ăn quen thuộc, là thứ dễ kiếm, dễ làm, dễ để dành, vì nó rất hợp khẩu vị và có thể thay thế cả món canh lẫn món ăn mặn.

So với món măng ngâm của nhiều vùng quê khác thì món măng chua, mắc mật Lạng Sơn ngoài vị chua chua, giòn ngọt của măng ngâm chín tới còn có vị cay dịu dịu vừa thơm, vừa nồng, phảng phất mùi vị hoa quế, hoa hồi của quả mắc mật chỉ mọc được ở vùng núi đá Lạng Sơn này. Sự đan quyện giữa chua, cay, ngọt, mặn cùng hương thơm của các loại nguyên liệu có trong món ăn này làm dịu đi cảm giác béo ngậy của những món ăn nhiều đạm, nhiều mỡ,... Chọn măng gì, ngâm một lọ măng ớt như thế nào cho ngon, đây là cả một nghệ thuật thuộc bí quyết của người dân nơi đây.

Cũng giống như món mắm tôm chua xứ Huế, mắm nhót xứ Nghệ, măng chua được đóng thành lọ, thành gói bày bán rất nhiều ở chợ Kỳ Lừa, chợ phố Đồng Mỏ để phục vụ nhu cầu của khách thập phương.

Biết bao nhiêu khách du lịch, nhất là khách du lịch ngoại quốc khi rời khỏi nơi đây đều tìm mua bằng được vài lọ măng chua, mắc mật về để biếu bạn bè, người thân để họ, có dịp thưởng thức hương vị lạ của đặc sản vùng quê xứ Lạng./.

Nấm chân chim ở chợ Bắc Hà

Nấm chân chim hay còn gọi là nấm phiên chế - là một sản phẩm độc đáo ở Bắc Hà, không những có giá trị dinh dưỡng cao mà còn là một loại dược liệu quý. Đó cũng là món quà thú vị đối với du khách khi đến với Sa Pa, Lào Cai.

Khi mùa xuân về, hoa mận nở trắng cả một vùng, vì vậy Bắc Hà còn được gọi là cao nguyên trắng. Phiên chợ chính thường họp vào chủ nhật hàng tuần. Ngay từ sáng sớm, khi những: "Dải mây trắng đỏ dần trên đỉnh núi" đã thấy thấp thoáng đồng bào các dân tộc Tày, Mông, Dao, Giáy, Nùng... với những trang phục màu chàm, màu đỏ... như những bông hoa di động, ẩn hiện trong màu xanh của núi rừng trùng điệp. Họ đến từ các bản, làng xa xôi hẻo lánh, mang theo những hàng hóa sản phẩm tự sản xuất để trao đổi, mua bán, trong đó nấm chân chim là một đặc sản khá độc đáo.

Những gói nấm nặng trĩu được các thiếu nữ mang đến chợ bán thành một dãy riêng. Nấm được để trong gói hoặc bày trên các tấm vải, trải trên thảm cỏ. Chẳng cần cân đo chính xác, các cô gái cứ đóng từng bát đầy, bán với giá bình dân: hai nghìn đồng một bát. Nấm mua về đem xào hoặc nấu canh với thịt. Thường thức hương vị ngọt ngào của nấm, người ăn sẽ có kỷ niệm khó quên về Bắc Hà. Ngoài công dụng làm thực phẩm, nấm chân chim còn có nhiều lợi ích khác, được liệt vào loại dược liệu quý, là đối tượng nghiên cứu thực nghiệm về sinh học, như sinh lý học và di truyền học.

Trong dịp đi dự kỷ niệm lễ hội 100 năm Sa Pa, bạn chớ quên đến phiên chợ vùng cao Bắc Hà mua nấm chân chim để thưởng thức chút hương vị núi rừng của tỉnh biên giới Lào Cai, mà ở miền xuôi không bán.

Nộm rau cần Hương Canh

Ở Hương Canh - Tam Đảo thuộc tỉnh Vĩnh Phúc có món vó cần (nộm rau cần), một món ăn dân dã được lưu truyền qua nhiều đời, đến nay vẫn hấp dẫn thực khách.

Rau cần trắng nhặt hết rễ và lá, rửa sạch, chẻ đôi những cọng to, nghiêng dao thái vát thành miếng dài chừng hai đốt ngón tay (hai đầu đều vạt ống). Bánh đa mật đường (chưa nướng) cắt nhỏ cỡ ngón tay rán giòn xoắn lại như phôi bào gối. Thịt ba chỉ (cả bì) đem luộc chín thái mỏng - vừng rang, lạc rang giã giập - Tất cả các thứ trên cho vào trộn đều, cho thêm giấm, đường, nước mắm, nêm vừa khẩu vị.

Bày lên đĩa, trên mặt nộm rắc thêm rau thơm. Nhìn đĩa nộm đã thấy hấp dẫn. Khi ăn thấy có đủ hương vị thơm giòn của cọng cần, bùi béo của vừng lạc, ngọt ngọt của đường, chua chua của giấm, giòn tan, béo, ngọt của bánh đa quyện với dẻo thơm của bì, thịt mỡ ba chỉ lại điểm một chút rau thơm.

Pa pính

Là món cá nướng. Người ta dùng các loại cá bản to như chép, mè, trôi, chắm..., con độ một cân, cân rưỡi mổ đặng lưng, bỏ ruột, để ráo nước, rồi xoa một lượt muối rang nổ vào bên trong cá: Mắc khén, ớt tươi nướng, nghiền nát, hành tỏi, rau thơm rau mùi thái nhỏ, tất cả trộn đều nhồi vào bụng cá, để một lúc cho ngấm gia vị, cá cứng; cặp dọc cá, nướng trên than hồng. Cá chín dậy mùi thơm rất riêng, rất độc đáo.

Cốm Vòng

"Hà Nội mùa thu cây cơm nguội vàng, cây bàng lá đỏ nằm kề bên nhau phố xưa nhà cổ mái ngói thâm nâu. Hà Nội mùa thu Hà Nội mùa hoa sữa về thơm từng cơn gió. Mùa cốm xanh về thơm bàn tay nhỏ. Cốm sữa vỉa hè thơm bước chân qua".

Câu hát trong bài "Mùa thu Hà Nội" của cố Nhạc sỹ Trịnh Công Sơn đã rất thân quen với những người yêu Hà Nội. Một Hà Nội mùa thu với những nếp nhà thâm trầm, với hương hoa sữa ngọt ngào, và không thể thiếu đó là hương cốm Vòng.



Nằm ở phía Tây thành phố, cách Hà Nội 7km, làng Vòng thuộc xã Dịch Vọng, Từ Liêm, nay là quận Cầu Giấy, từ bao đời nay đã nức tiếng với nghề làm cốm. Cái tên cốm Vòng đã trở thành tên gọi rất riêng cho một món quà của Hà Nội khi tiết trời sang thu.

Nói đến cốm Vòng phải là thứ cốm dẹt, màu xanh non làm từ nếp cái hoa vàng vừa qua kỳ đổ sữa. Nghề làm cốm cũng lắm công phu. Khi cây lúa hoe hoe vàng, chỉ mười ngày nữa

là gặt rộ là lúc người làng Vòng đi chọn ngắt từng bông dài, hạt mẩy về chế biến. Muốn cốm ngon thì phải cắt lúa đúng lúc. Lúa già hạt cốm không còn xanh, cứng và gãy nát. Lúa non quá, hạt cốm bết vào vỏ trấu, nhão mất ngon. Thường lúa gặt hôm nào đem rang và giã cốm hôm đó. Nghề làm cốm vất vả nhất là công đoạn rang lúa. Rang lúa sao cho vừa lửa, hạt cốm chín tới, không giòn mà tróc trấu. Giã cốm bằng loại cối riêng, nhíp chày nhẹ và đều, sao cho cốm mịn và dẻo.

Mang trong mình hương vị riêng của Hà Nội, để thưởng thức cốm Vòng cũng phải thật tinh tế. Cốm được gói vào lá sen già ấp ủ hương hoa sen tinh khiết hoặc lá khoai ráy xanh non, bóng nõn mỡ màng, và buộc bằng những sợi rơm vàng óng. Để ăn cốm người ta không dùng bát mà phải bốc từng dúm cốm nhỏ nhỏ đựng trong lá sen, nhai cốm phải thật chậm rãi để cảm nhận vị ngọt thơm thoang thoảng của lúa nếp non và hương sen ngan ngát. Người ta cũng có thể ăn cốm với chuối trứng cuốc, một loại chuối chín vàng đậm đà chỉ có trong mùa thu, tuy vậy, cách ăn này sẽ làm mất đi phần nào mùi hương nhẹ nhàng và tao nhã của cốm Vòng.

Cốm Vòng là vậy, Hà Nội là vậy, không chỉ làng Vòng Hà Nội mới có cốm, nhưng không nơi nào có thể tạo ra được hương vị cốm thanh cao, dịu dàng như nơi đây. Cốm Vòng, một nét văn hoá của Hà Nội ngàn năm văn hiến.



Bánh cuốn Thanh Trì

Thanh Trì có bánh cuốn ngon,
Có gò Ngũ nhạc, có con sông Hồng,
Thanh Trì cảnh đẹp, người đông,
Có cây sáo trúc bên đồng lúa xanh.

Câu ca dao cổ trên phần nào đã cho thấy sự nổi tiếng và vị ngon độc đáo của món bánh cuốn Thanh Trì.

Làng cổ Thanh Trì trải dài 3 km dọc bờ con sông Hồng ở phía Nam Hà Nội từ nhiều năm nay nổi tiếng với món bánh cuốn. Tên gọi bánh cuốn Thanh Trì dường như đã trở thành "thương hiệu" riêng cho món quà độc đáo này của người làng Thanh Trì cũng như của những người yêu Hà Nội.

Làm bánh cuốn cũng khá công phu, bột tráng bánh phải chọn loại gạo ngon, xay mịn như nước, từng lá bánh được tráng trên khuôn vải căng chụp trên nồi nước sôi. Mỗi lá bánh mỏng tang như tờ giấy, được thoa thêm một chút mỡ phi hành cho thơm. Khách ăn đến đâu, người bán khẽ bóc từng lá đến đâu như tách thứ lụa mỏng, mịn mỡ màng. Bánh cuốn không chỉ ngon và trông đẹp mắt, để thưởng thức trọn vẹn vị ngon của bánh cần có nước chấm. Nước chấm khéo pha với các loại nước mắm ngon, dấm nếp, thêm vài lát ớt tươi, giọt cà cuống và hành phi. Bánh có thể ăn kèm với chả quế, ruốc thịt, ruốc tôm hấp nóng trong một nồi nước. Mỗi đĩa bánh cuốn Thanh Trì với mười lá mỏng là đủ một bữa điểm tâm thanh cảnh mà ngon lành.

Hình ảnh những cô hàng bên thúng bánh cuốn đã trở thành hình ảnh thân quen với những người dân sinh sống tại Hà Nội. Chỉ là món quà quê dân dã nhưng bánh cuốn Thanh Trì đã thổi hồn cho ẩm thực Hà Nội, tinh tế mà thanh cao.

Bánh đậu xanh Hải Dương

Ra đời vào đầu thế kỷ 20 tại thị xã Hải Dương, bánh đậu xanh đã sớm trở thành sản vật đặc trưng nhất của Hải Dương, một vùng đất nhỏ bé ở đồng bằng sông Hồng.



Bánh đậu xanh không quá cầu kỳ mà thật giản dị, mộc mạc nhưng lại chứa đựng hương vị nồng nàn của miền quê Bắc Bộ. Để làm bánh phải dùng bằng bột đậu xanh nguyên chất, hương thơm thuần khiết không vương mùi hương liệu công nghiệp. Bánh ngon làm bằng bột ướt, có trộn mỡ, đường vừa phải để tạo độ ngọt thanh cho bánh và bánh phải béo ngậy, thơm mùi đậu xanh. Thường thức bánh đậu xanh ngon nhất là cùng với chén nước chè Thái Nguyên. Vị ngọt béo của bánh với vị chát, ngăn ngắt đắng của trà làm tôn lên vị ngon của bánh đậu xanh. Nhấm một miếng bánh và chiêu ngụm trà, sẽ cảm nhận được vị ngọt thanh và hương thơm nhẹ nhàng của bánh lan tỏa.

Vùng đất đồng bằng sông Hồng trù phú với những sản vật thiên nhiên đã tạo nên loại bánh đậu xanh Hải Dương quyến rũ đến lạ kỳ. Một lần thưởng thức bánh sẽ không thể quên hương vị tinh khiết của miền quê Bắc Bộ. Những tên tuổi Bánh đậu xanh Quê Hương, Bánh đậu xanh Nguyên Hương, Bánh đậu xanh Rồng Vàng đã góp phần tạo nên tên tuổi cho vùng đất này.

ĐẶC SẢN MIỀN TRUNG

Cháo Lươn xứ Nghệ



Giới sành ẩm thực mỗi lần qua Thành Vinh đều tìm đến cháo lươn, món điểm tâm hấp dẫn của miền đất này. Những kẻ xa quê lâu ngày thì tôn cháo lươn lên hàng "văn hóa ẩm thực" ngang với thơm chát chè xanh, ngọt bùi quyến rũ của khoai lang vùi trấu, ngang với nhút tương cà mãi đắm trong thi ca xứ Nghệ!

Lươn trong bát cháo trắng như thịt ếch, chín mà không nát. Từng sợi lươn đã chín vẫn xoắn xuýt với nhau như đang sống, thịt lươn chín mà vẫn dai, có vị ngọt tự nhiên, khách càng nhìn bát cháo càng vui mắt vì màu lươn hài hòa với màu cháo trắng đục, thính giác tốt đến mấy cũng không ngửi thấy mùi tanh truyền kiếp của lươn! Chính vì thế cháo lươn thành Vinh đã đạt tới cái trình độ nghệ thuật ẩm thực, nó đọng mãi giữa lòng người, đọng mãi với thời gian.

Cháo lươn bây giờ có khắp 20 phường xã của thành Vinh song ngon nhất vẫn là cháo lươn ở ngã ba Quán Bàu vào buổi sáng hay cạnh nhà khách Bưu điện tỉnh vào buổi tối hay giữa đêm.

Tôm chua Huế



Món ăn Huế được chế biến công phu, tinh tế. Nhiều người cho rằng ăn các món Huế là thưởng thức cái đẹp, cảm nhận cái hồn của Huế không còn thấy cần tìm sự no nê. Có hàng trăm món Huế và ngày nay, cả nước đều biết đến tiếng mắm tôm chua Huế ăn với thịt heo luộc kèm khế, vả và các loại rau thơm

Những người Huế tha hương sau chuyến thăm nhà thường mang theo một vài thứ hương vị quê hương và trong những thứ đó, dường như không thể thiếu thẩu tôm chua. Du khách trước khi rời Huế đều muốn mua vài thẩu về cho người thân. Tôm chua giờ đây nhiều nơi khác trong nước có thể làm được. Song chỉ ở Huế mới ngon, cũng như cơm hến vậy.

Tất cả các loại tôm đều chế biến được thành tôm chua, tôm càng tươi càng ngon. Đặc biệt là tôm rần, lúc chín tôm màu đỏ tự nhiên rất hấp dẫn.

Chọn tôm tươi sống, đều con, cắt râu, rửa sạch, để ráo nước, ngâm với rượu cho đến khi hết mùi rượu, vớt ra để ráo nước. Măng vôi (phần non), tỏi xắt lát mỏng, củ riềng xắt rối, ớt thái thành lát dài. Trộn đều tôm, xôi, măng vôi, tỏi, ớt, riềng, nước mắm ngon hoặc muối, cho vào thẩu thủy tinh hoặc thẩu men, lấy vài thanh tre mỏng gài lại và đậy nắp, để nơi có nắng ấm độ 3 ngày. Sau đó đưa vào nơi khô ráo và mát. Từ 5 đến 7 ngày, màu trắng của xôi, măng, riềng, tỏi, màu đỏ của tôm, ớt cho ta một thẩu tôm chua chín vừa đẹp vừa thơm ngon.

Món tôm chua, tép chua, càng nhiều riềng ăn càng ngon. Khi ăn, gia thêm ớt, tỏi, đường, bột ngọt. Có thể thay rau sống bằng dưa giá, củ kiệu. Một miếng ăn ghém, vị ngọt bùi của tôm, vị béo của thịt, vị cay, thơm của riềng, tỏi, ớt, vị chua của khế, vị chát của vả, hương thơm của rau... Tất cả đều dồn lên đầu lưỡi một vị thật tuyệt vời.

Tré Quy Nhơn



Tré Quy Nhơn là một món ăn rất ngon khá nổi tiếng của người miền Trung, trong đó, hương vị được pha trộn giữa vị ngọt của thịt và vị cay của riềng.

Món đặc sắc này được chế biến từ thịt đầu heo, bò hay thịt heo nạc bằng cách xắt lát trải phẳng sau đó cuộn tròn, trộn với một số hương liệu: tiêu, ớt chín, củ riềng, tỏi, muối, mè, thính... Sau đó, gói hỗn hợp trên trong lá ổi, bọc quanh lá chuối cột chặt bằng dây lạt. Tré sau khi làm để vài ngày là ăn được, tuy nhiên để lâu dễ bị chua vì thế nên để trong tủ lạnh sẽ được bảo quản lâu hơn.

Khi Tết đến người dân thường dùng tré ăn chung với dưa món, củ kiệu, bánh tét. Ngày nay, món tré rất phổ biến với người dân Quy Nhơn, nên có khá nhiều quán bán đặc sản tré ở đây.

Xí mà Hội An



Ngoài các món ăn đặc sản như cao lầu, mì Quảng..., còn một món đặc sản nữa mà có lẽ chỉ những người sinh ra và lớn lên ở phố cổ Hội An mới biết và thường thức đến. Đó là món "Xí mà".

Đó là món chè bột mịn màu đen nhánh được đựng trong mỗi bao nilon còn nóng hơi hổi. Chỉ cần cắn một góc nhỏ bao nilông để đưa vào miệng một thứ bột sền sệt vừa ngọt vừa có

mùi dịu cay của các loại lá cây dược liệu.

Các loại thực phẩm để nấu nôi "xí mà" rất đơn giản: gồm lá mơ, lá rau má đem nấu thành nước rồi trộn với thực địa, đường và mè đen (đã được giã nát). Tất cả được nấu cho quánh lại, đến mức sền sệt thì đạt yêu cầu, vì nếu để lỏng quá thì không ngon mà đặc quá thì có mùi cháy. "Xí mà" không những ăn ngon miệng mà còn là liều thuốc quý thích hợp với bốn mùa trong năm vì nó giúp nhuận trường, kiện tỳ, và điều trị bệnh kiết lỵ.

Bánh hời Bình Định



Bánh hời là món ăn truyền thống ở tất cả các địa phương trong tỉnh Bình Định. Người dân nơi đây có thể ăn sáng, ăn trưa, ăn tối bằng bánh hời để trừ cơm...

Tất cả những làng quê Bình Định khi cúng giỗ, cưới hỏi, lễ lạt đều có món bánh hời. Bánh hời làm bằng bột gạo, người ta thường dùng gạo cũ sau đó ngâm một đêm cho mềm, rồi xay thành bột. Người làm bánh sẽ nhồi bột thành những "vặn" lớn và cho vào khuôn nhôm. Người vắt bánh sẽ trải đều sợi bánh trên những tấm nan tre hình chữ nhật rồi đem hấp chín.

Sau đó người ta chuẩn bị lá hẹ với cách thái nhỏ, xào qua dầu ăn cho thơm và phết lên từng tấm bánh trước khi ăn. Lá hẹ tạo nên hương vị chính của món bánh hời vì nó có tính khử dầu, làm cho bánh vừa thơm vừa bùi mà không cần đến bất kỳ thứ rau thơm nào ăn kèm.

Món bánh hời, thịt heo luộc, rau sống cùng cuộn chung với bánh tráng mỏng đã nhúng nước rồi chấm mắm nêm là món ăn khoái khẩu của người dân đất võ. Đây không phải là món bánh dùng nóng nên bạn có thể ăn bất kỳ lúc nào tùy thích.

Bánh in Bình Định

Bánh in là loại bánh làm bằng bột nếp rất phổ biến ở Bình Định vào dịp giỗ, Tết. Nổi tiếng nhất là bánh in Nước Mặn có từ thế kỷ thứ 17. Tiêu chuẩn để làm bánh in ngon là làm thế nào để bánh vừa dẻo, vừa xốp, không cứng cũng không bở.

Thứ nhất phải lựa nếp dẻo, vo sạch và để ráo nước. Sau đó thì đem rang bằng chảo đất

trên lửa nóng. Nếp xay xong để ít nhất mười ngày mới làm bột. Đường cát trắng đem bỏ vào chảo bắc lên bếp, đun nhỏ lửa. Khi đường sôi thì quậy đều và cho một vài giọt chanh vào để không bị lại đường. Khi đường nhuyễn người ta nhắc xuống để nguội. Lúc làm bánh ta lấy muổng nạo dần từ trên xuống - bỏ bột nếp vào chày bằng hai tay, chày tròn, hoặc chày cán đi cán lại nhiều lần cho thật nhuyễn. Chày đến khi bột và đường quyện vào nhau.

Sau đó người ta dùng khuôn nhỏ, tròn, đường kính độ 3 phân. Bỏ bột vào lớp dưới đáy, bỏ nhân chính giữa, bỏ một lớp bột lên trên, lấy nắp đậy lên rồi ấn nhẹ tay để bánh được xốp và lấy khuôn ra. Để sau 15 phút thì có thể di chuyển bánh. Nếu ấn mạnh quá bánh sẽ chặt, qua vài hôm sau sẽ rất cứng.

Nhân thường được làm từ đậu xanh. Sau khi bóc vỏ, nấu chín, tán nhuyễn, cho đường vào để trên lửa riu riu đến khi khô đặc thì nhắc xuống rồi bỏ vào và viên từng viên tròn. Nhân dừa cũng làm như thế: dừa được nạo nhỏ và trộn đường làm như đậu xanh.

Nếu cẩn thận thì làm bánh xong dùng giấy bóng bọc từng cái, đem xếp vào quả, hoặc hộp giấy. Mỗi lần mở ra bánh vừa thơm, vừa dẻo, vừa xốp, Bây giờ, khâu rang nếp, xay bột và thắng đường không còn nữa vì bột, đường bán sẵn ở chợ, chỉ cần mua về làm nhân bỏ vào in bánh là xong.

Bánh Ít Lá Gai

Muốn ăn bánh ít lá gai

Lấy chồng Bình Định sợ dài đường đi"



Hai câu ca dao trên từ lâu đã trở nên quen thuộc của người dân Bình Định bởi nó nói về chiếc bánh ít lá gai- một đặc trưng của xứ dừa Bình Định.

Để làm được chiếc bánh ít, người ta phải trải qua nhiều công đoạn. Đầu tiên là phải chọn nếp để xay nhuyễn. Sau đó là phần tạo màu và hương vị thơm chát cho bánh, với lá gai non rửa sạch, luộc chín, vắt khô, sau đó trộn với bột dẻo rồi giã.

Tiếp đến là công đoạn làm nhân - "nhưng" bánh. "Nhưng" bánh ít lá gai bao gồm đậu xanh, đường, dừa, có chút quế và bột va-ni cho thơm. Đậu xanh đem xay, ngâm và đãi cho sạch vỏ trước khi luộc chín. Cùi dừa được bào ra thành sợi, bỏ vào chảo gang xào chung với đường cho đến độ chín tới mới trộn tiếp đậu xanh. Xào "nhưng" trên bếp lửa liu riu cho đến khi đường chín tới, "nhưng" có màu vàng sẫm, dẻo quánh, mùi thơm bốc lên ngào ngạt là vừa.

Sau khi đã xào "nhưng" xong, ngắt một miếng bột nếp, tẽ thành bánh mỏng hình tròn trên lòng bàn tay, rồi vốc một nhúm "nhưng" bỏ vào giữa, túm bốn bên lại cho khít mối, sau đó vo tròn trong lòng bàn tay. Lúc này bột nếp đã bọc toàn bộ "nhưng" bánh thành một khối

tròn. Để cho bánh khỏi dính, người ta chấm một chút dầu phụng, xoa đều trên tấm lá chuối xanh, sau đó bóc bánh lại theo hình tháp rồi mang đi hấp. Khi ăn chỉ cần bóc nhẹ lớp lá chuối xanh là hiện ra lớp da bánh ít màu đen bóng, đầy hấp dẫn.

Ở hầu hết các làng quê Bình Định, đám giỗ nào cũng có bánh ít lá gai. Bánh cúng xong được dọn lên mâm cỗ làm món quà tráng miệng và gói từng gói nhỏ làm quà biếu cho người ở nhà. Đây cũng là nét khác biệt trong văn hóa ẩm thực và văn hóa ứng xử của người Bình Định

Bánh khô mè Cẩm Lệ



Bánh khô mè sản xuất tại làng Cẩm Lệ là nổi tiếng thơm ngon của vùng đất Quảng Nam - Đà Nẵng, . Cẩm Lệ cách Đà Nẵng 6 km về hướng Nam, thuộc phường Khuê Trung, quận Hải Châu, thành phố Đà Nẵng.

Làng có 6 lò làm bánh khô mè, trong đó người đi “tiên phong” là bà Huỳnh Thị Điều với nhãn hiệu bà Liễu khá nổi tiếng trên thị trường hiện nay.

Bánh khô mè được làm từ bột gạo, bột nếp, đường kính, gừng, và mè. Bột gạo pha với bột nếp được cho vào khuôn, hấp cách thủy, nướng khô, 'tẩm' đường, 'tẩm' mè... bánh tẩm bằng nếp rang gọi là bánh khô nỏ, tẩm bằng mè thì gọi là bánh khô mè. Bánh ngon có ruột xốp dòn, đường dẻo, mè rang đủ độ chín thơm, lúc bẻ đường kéo thành sợi tơ vàng mảnh. Bánh khô mè thường được dâng cúng ông bà tổ tiên trong những ngày giỗ tết.

Hiện nay bánh được sản xuất và tiêu thụ quanh năm, trong nước và ở nước ngoài

Bánh tổ Hội An

Bánh tổ xuất hiện trên đất Hội An do người Hoa du nhập từ thế kỷ 16 - 17 và tồn tại cho đến ngày nay. Bánh tổ cùng với món cao lầu là hai món ăn truyền thống, đặc trưng cho "văn hóa ẩm thực" phố cổ Hội An từ hàng trăm năm qua.

Loại bánh này đã truyền tụng qua câu ca:



Nem chả Hòa Vang

*Bánh tổ Hội An
Khoai lang Trà Kiệu
Thơm rượu Tam Kỳ*

Bánh tổ chỉ thấy xuất hiện vào dịp Tết đến, xuân về, được trưng bày trên bàn thờ gia tiên một cách trang trọng. Cũng như bánh tét, bánh chưng, bánh tổ được nấu trước ngày Tết.

Nguyên liệu gồm có nếp và đường. Nếp phải chọn loại nếp thật tốt, phơi thật khô rồi đem xay thành bột. Bột nếp và đường đem "sên" cho thật kỹ, lọc bỏ hết tạp chất rồi thêm vào chút nước gừng tươi để làm tăng hương vị. Sau đó cho bột vào chiếc khuôn đan bằng nan tre trông như rọ có đường kính chừng 10 - 15 cm, bên trong có lót sẵn lớp lá chuối khô. Bánh được gói lại và dùng tăm tre ghim kín các mép lá.

Bánh tổ đem hấp chín, vớt ra để nguội rồi cắt vào nơi thoáng mát. Tùy theo bột và đường sên mà bánh có nhiều màu khác nhau, từ màu trắng đục cho đến màu ngà hay nâu nhạt.

Bánh tổ Hội An vừa dai vừa dẻo, hương vị đậm đà lạ miệng. Bánh có thể để được lâu mà không sợ bị ỉm mốc, ngả mùi.

Cùi dừa bánh tráng – Món ăn dân gian của người Thanh Hoá

Đối với các tỉnh phía Bắc thì Thanh Hóa là tỉnh trồng nhiều dừa nhất. Đặc biệt là huyện Hoàng Hóa. Dừa mọc san sát ở dọc ven đường đi, bờ ao, trong làng, trong xóm. Dừa Thanh Hóa quả to cùi dày. Người ta thường gọi hai loại dừa là dừa chiêm và dừa mùa theo thời gian ra quả của nó.

Thông thường dừa chiêm ít và không mấy giá trị vì không để được lâu, phải hái sớm. Dừa mùa nhiều, để già trên cây cho khô vỏ, sọ đen, cùi dày, nước ngọt, kho với thịt ăn rất ngon.

Muốn biết cùi dừa dày hay mỏng (tức là non hay già) thì nhìn lớp vòng tròn bao quanh

quả dừa. Ở Thanh Hóa người dân thích ăn cùi dừa với bánh trắng. Bánh trắng là loại bánh không thể thiếu ở các chợ vùng quê bản xứ. Bánh trắng còn gọi là bánh đa.

Bánh trắng được làm từ bột gạo xay nhỏ. Dùng bột nước láng qua một lớp mỏng trên một khung vải được đặt lên một nồi nước đun sôi, bánh to hay nhỏ tùy thuộc vào cái khung vải, hoặc dày hay mỏng là do lượng nước bột ở cái gáo múc. Khi bánh trắng xong đem phơi khô. Nếu dùng làm bánh phở hay nấu canh thì thái thành sợi to nhỏ tùy ý. Đối với bánh trắng (hay bánh đa) người ta có thể rắc lên mặt bánh một ít hạt vừng. Bánh trắng đem phơi khô khi nào ăn thì quạt qua lửa than. Vừa quạt để nước ăn ngay thì rất giòn và thơm, nếu để lâu sẽ bị dai.

Làm bánh trắng tưởng dễ nhưng mà cũng khó. Ở mỗi vùng quê đều có làng nghề nổi tiếng. Người quạt bánh phải có kỹ thuật, để bánh chín đều, không bị ám khói hoặc cháy đen. Nếu bánh không chín đều ăn sẽ mất ngon. Bánh trắng chín ăn kèm với các thứ như mực, cá thu... Nhưng có lẽ ăn cùi dừa với bánh trắng vừa bùi vừa béo

Bún tôm Phù Mỹ

Bún tôm Phù Mỹ là một món ẩm thực dân dã, bình dị và đã có từ rất lâu đời ở Bình Định.

Tôm tươi được đem ra làm thật sạch bỏ vào cối giã cho đến khi nào sờ tay vào thấy mềm nhuyễn là được. Hành tươi bóc vỏ (phải là thứ hành củ nhỏ, màu tím đậm), giã kỹ, thêm một ít tiêu, một ít bột ngọt, một ít nước mắm trộn đều vào ướp tôm đã giã nhuyễn. Người sành ăn khi ướp tôm với gia vị còn cho thêm vài cái lòng đỏ trứng gà và một ít rượu trắng để cho màu sắc của tôm đã giã thêm đậm đà đẹp mắt

Gạo để làm bún phải là loại gạo ngon, được ngâm theo một công thức riêng sao cho khi xay ra thành bột phải vừa đủ độ trắng, vừa mịn, vừa dẻo. Sợi bún khi ăn vào không quá mềm cũng không quá dai và phải có độ ngọt của gạo. Khi ăn, cho một ít tôm ướp gia vị vào tô, thêm một ít hành tươi, rau quế, ớt kim, vắt một lát chanh tươi cùng với một lọn bún vừa mới ra lò; đổ một vá nước sôi bốc khói cho đầy tô thế là ta đã có một tô bún tôm.

Tô bún ngon vừa có cái vị ngọt thanh của tôm tươi, vị ngọt đậm đà của bún, mùi thơm đặc trưng của lá quế, vị cay xè của ớt kim, vị chua chua của chanh, tất cả tạo nên một mùi vị rất riêng.

Bây giờ bún tôm đã có mặt ở rất nhiều nơi của huyện Phù Mỹ, nhưng bún tôm ngon hơn cả là ở các xã Mỹ Châu, Mỹ Lộc, thị trấn Bình Dương - những địa phương nằm phía bắc huyện Phù Mỹ, đặc biệt là quán bún tôm bà Nhậm vừa ngon, vừa rẻ (thường bán buổi sáng). Còn buổi tối thì ở xã Mỹ Lộc thưởng thức một tô bún tôm dưới gốc tre làng.

Cao lầu



Cao lầu khác mì vì không chỉ tráng bằng bột gạo thông thường mà qua công nghệ cán từ bột gạo ngâm nước tro qua ba lần lửa. Tro dùng ngâm bột phải là loại tro đặc dụng lấy từ củi gỗ ở Cù Lao Chàm. Còn nước để hòa tro ngâm bột gạo cũng là thứ nước riêng biệt được lấy từ một giếng nước duy nhất ở Hội An: giếng Bá Lễ...

Với cách làm công phu này, khi cán xong sợi bánh cứng mà dẻo, màu sắc vàng nhạt tự



nhiên.

Cao lầu là món ăn lạ hấp dẫn. Lạ không chỉ bởi tên gọi mà ngay cái hương vị của nó không giống bất kỳ món ăn nào khắp đất nước.

Trong một đĩa đựng cao lầu người ta thấy có thịt xá xíu thái nhỏ, trộn ít tóp mỡ vừa đủ rực lên màu vàng ánh, ít sợi mì chiên giòn và rau sống, giá, vài loại rau thơm, kế bên là đĩa nước chấm màu nâu hường có vị chua, cay, ngọt.

ĐẶC SẢN MIỀN NAM

Bánh tét

Bánh tét chính là bánh “tét” của miền Nam và vùng nào cũng có, tuy nhiên ở mỗi vùng bánh tét lại có nét đặc trưng riêng do đặc điểm riêng về sản vật hoa trái của các vùng. Bánh tét ở Bình Dương cũng làm từ nếp cái, thịt mỡ, đậu xanh nhưng lại có hương vị đặc trưng riêng chỉ bắt gặp ở vùng này.

Tại Bình Dương, nhân hạt điều được trộn thêm vào nếp nên khi thưởng thức, ngoài cái dẻo thơm của nếp, người ăn còn cảm nhận được vị bùi của nhân hạt điều. Ngoài ra, một số mẹ, một số chị em còn khéo léo trộn một lượng tôm khô vừa đủ vào nếp để khi ăn vào, chúng ta còn thưởng thức được vị mặn mặn, đậm đà của con tôm khô.

Bánh tét ngon có cái thơm, dẻo của nếp cái, có vị bùi thơm của đậu xanh bóc vỏ chín nhừ, có cái béo ngậy của miếng mỡ vuông vẫn đã ngấm gia vị và hành. Ngoài nhân mặn, khách có thể được thưởng thức bánh tét làm từ nhân chuối sứ, hay đậu xanh, dừa nạo trộn đường.

Bánh tét còn hấp dẫn thực khách từ chính cái màu xanh bắt mắt của lá chuối dùng gói bánh và đường nét vuông vức đẹp mắt được tạo thành từ lá dừa gai.

Khi ăn, phải cắt bánh tét bằng chính sợi dây chuối hoặc dây lạt buộc nó thành từng khoanh thì ăn mới ngon và đúng điệu. Ngày Tết, bánh tét được cắt thành từng khoanh bày ra đĩa, dọn lên bàn với thịt kho, trứng vịt, hành, kiệu để đãi khách. Đây là một cử chỉ đẹp đáng quý trong cuộc sống của người dân xứ này.

Bánh tráng Mỹ Lồng

Mỹ Lồng, xã Mỹ Thạnh, huyện Giồng Trôm, tỉnh Bến Tre nổi danh với món bánh tráng gia truyền lâu đời mà tên của nó đã gắn liền với tên vùng đất này: bánh tráng Mỹ Lồng.

Bánh Mỹ Lồng nổi danh nhất là loại bánh tráng dừa vừa béo vừa xốp, vừa đặt lên lò than đã toả hương thơm lừng. Bánh tráng dừa được chia làm ba loại, bánh đặc biệt có sữa, trứng gà, dừa; bánh ngang chỉ có dừa không sữa; bánh sữa không dừa...

Để có được một chiếc bánh tráng vừa mỏng vừa tròn thì phải nhờ đến bàn tay khéo léo cũng như những nhọc nhằn vất vả của người thợ làm bánh. Người ta phải ngâm bột nạo dừa từ lúc ba giờ chiều. Khuya đến xay bột, ép nước cốt, gạn sáng tráng bánh đi phơi. Trước đây, bánh tráng Mỹ Lồng được làm từ gạo địa phương có pha thêm gạo nếp để bánh có độ dẻo vừa phải. Khoảng mười năm trở lại đây bánh được làm bằng thứ gạo sồi trắng của Cầu Ngang, Trà Vinh và loại gạo này đã làm cho bánh Mỹ Lồng thêm phần hấp dẫn.

Về sau Mỹ Lồng có thêm loại bánh tráng cuốn (bánh nem) vừa mỏng vừa dai, vừa tay cuốn. Loại bánh này hiện cũng đã có mặt ở nhiều các nhà hàng sang trọng trong thị thành.

Mỹ Thạnh có nhiều lò làm bánh nhưng ngon nhất chỉ có bánh Mỹ Lồng thuộc các lò khu II khu IV. Người ta cho rằng chính vì dừa ở khu này ngon ngọt hơn và nguyên liệu khu này cũng phong phú hơn nên bánh ở đây ngon hơn các khu vực khác. Cũng chính vì bánh được làm từ gạo dẻo và nước cốt dừa đậm đặc nên bánh Mỹ Lồng đã có hương vị đặc trưng đến thế và nổi tiếng đến như vậy.

Bánh xèo Nam Bộ

Nói đến ẩm thực Nam Bộ, không thiếu được món Bánh xèo. Một món ăn đã trở nên quen thuộc với hầu hết người dân nơi đây.

Để làm được bánh xèo ngon quan trọng nhất là khâu pha bột. Bột để làm bá



nh xèo là bột gạo pha với nước cốt dừa, bột nghệ và nhiều loại gia vị khác nhau. Bánh tráng trong chảo lớn, người tráng phải thật nhanh tay và biết căn thời gian chính xác để bánh tráng ra mỏng đều, giòn mà không gãy vụn và không bị cháy bánh. Bánh xèo có kích cỡ khoảng bằng vành nón, nhân bên trong có thịt gà, lợn xào, trứng cút, giá đỗ, hành hoa, tôm,... Khi bánh chín, người ta gấp đôi chiếc bánh và xếp vào lớp lá

chuối xanh nõn nà, màu vàng của bánh với màu xanh của lá, chỉ nhìn thấy thôi cũng đã muốn thử một miếng. Nhưng để thưởng thức trọn vẹn hương vị của bánh không thể thiếu được nước chấm và rau sống. Nước chấm phải đủ vị chua, cay mặn, ngọt và mùi thơm nồng của tỏi giã nhỏ, thêm vào đó là chút dưa chua củ cải. Rau sống cũng phải đủ vị: xà lách, húng, lá cách, lá cốt,.....Món ăn dân dã này phải dùng tay để ăn mới thưởng thức được hết hương vị của bánh trọn vẹn nhất.

Bánh xèo ngày nay đã rất phổ biến không chỉ trong miền đất phía Nam mà đã thành món ngon của dân tộc. Món ăn đậm chất dân dã của miệt vườn Nam Bộ

Bò xào lá dang

Bò xào lá dang cũng là một trong những món ăn đặc trưng của Bình Dương, lấy thịt bò và đặc sản lá dang của vùng làm nguyên liệu chính.

Món xào có vị ngọt của thịt bò đã thái mỏng và ngấm gia vị tẩm ướp. Có vị chua thanh và dịu của lá dang non xắt mỏng vừa chín tới trông rất hấp dẫn và bắt mắt. Món ăn còn được tôn lên nhờ hương vị của tiêu hạt đã được xay nhuyễn tạo hương thơm và cay nồng. Các hương vị của món ăn hoà quyện vào lẫn nhau tạo nên cảm giác ngon miệng và thích thú cho người thưởng thức.

Bánh bò bông

Nhắc đến Bình Dương người ta cũng không thể không nhắc tới món bánh bò bông trắng, thơm, xốp giòn ở đây.

Để tạo được ổ bánh bò bông trắng như bông người ta phải chuẩn bị gạo rất kỹ, ngâm nước cho mềm, rồi dùng đường cát trắng, men rượu đã bóp nát trộn vào đem xay nhuyễn. Khi bột được xay kỹ và đem ủ một buổi cho tới khi thấy bột khí nổi lên đều thì đem hấp. Bánh thành phẩm sẽ trở nên trắng như bông, trong thân bánh có “rễ tre” khi ăn vào có vị ngọt và hương thơm đặc trưng.

Dù ngày nay đã có nhiều chất tạo độ nở nhưng những người sành ăn và ngại chất hoá học vẫn thích dùng thứ bánh làm từ men cơm rượu ủ dậy tự nhiên có mùi dễ chịu hấp dẫn hơn.

Bún bò cay

Bún bò cay là món đặc trưng cho ẩm thực Bạc Liêu. Đến Bạc Liêu mà chưa ăn bún Bạc Liêu xem như là chưa biết Bạc Liêu vậy.

Lẫn trong nền màu vàng sẫm bắt mắt của bát bún là những sợi bún trắng tinh cùng bốn miếng thịt bò phủ mặt. Cạnh đó là hương thơm của đĩa quế tươi xanh, là đĩa muối ớt với màu đỏ thích mắt, là lát chanh tươi dịu dịu. Vắt chanh vào tô bún, lấy vừa đủ rau quế, trộn đều vậy là bạn đã có một bát bún cay đặc trưng của Bạc Liêu.

Thịt bò phải được cắt vuông vức chừng ba ngón tay, có thể là nạm, gàu hoặc gân, mỗi thứ đều có hương vị đặc trưng riêng. Gắp một miếng thịt bò chấm muối ớt vắt chanh đưa lên miệng, bạn sẽ cảm thấy được cái vị cay đến chảy nước mắt, cái vị bùi béo, cái giòn dai của thịt bò, là vị chanh chua dịu dịu kích thích vị giác. Chỉ nấu với sa tế nhưng nó hấp dẫn người ăn chính nhờ việc không dung nhiều mỡ và được chế biến theo công thức bí truyền. Điều thú vị nhất của món ăn có lẽ chính là ở hương vị cay đặc trưng đến toát mồ hôi, làm người thưởng thức cảm thấy sảng khoái sau mỗi lần thưởng thức.

Bún bò cay là đặc sản có một không hai ở Bạc Liêu nói riêng cũng như đồng bằng sông Cửu Long nói chung. Một lần đến Bạc Liêu bạn hãy ghé thăm quán bún bò cay của chị Minh Nguyệt gần chợ cái Bạc Liêu để có thể thưởng thức món ăn đặc sắc của xứ này.

Bún sữa Nha Trang

Nếu đến Nha Trang mà bỏ qua món bún sữa, xem như chưa biết hết biển Nha Trang.

Sữa để làm bún ở đây là loại nhỏ bằng đầu ngón chân cái hoặc ngón tay cái, màu trắng đục, thành dày, nhìn giống như cơm trái dừa nước. Loại sữa này thường do các ngư dân lành nghề vớt tận các đảo xa.

Nước dùng được nấu bằng cá liệt, loại cá chỉ lớn chừng ba ngón tay phần đuôi thắt lại trông như cái nơ nhỏ, không xương nhỏ và ngọt lừ. Ngoài ra còn có chả cá bao gồm các loại cá trứ danh: thu, nhồng, đối... được lóc xương lấy thịt quết đến nhuyễn và dai, sau đó vo thành viên nhỏ rồi hấp chín. Khi ăn, chỉ cần lấy bún, rau ghém, sữa đã rửa sạch và vài viên chả cá cho vào tô, chan nước dùng nóng hổi là đã thành tô bún ngọt vị cá, giòn tươi từng miếng sữa.

Món bún sữa xuất hiện ở nhiều nơi, nhưng bún sữa Nha Trang từ xưa đến nay là nổi tiếng nhất.

Bạn đã ăn Canh chua bông điên điển chưa?

Món canh chua nghe quen lắm, “quen” đến mức đoán chắc rằng không có ai chưa từng ăn qua. Người ta nấu món canh chua bằng nhiều thứ, phổ biến là canh chua bạc hà, canh chua thơm nấu với cá lóc hay nấu với tôm bạc... Ấy nhưng, đâu sao mấy món ấy cũng còn gọi là quen thuộc hơn món canh chua bông điên điển.

Bông điên điển mọc nhiều ở các vùng quê sông nước miền Tây Nam bộ. Người miệt quê thật ra cũng không hay ăn bông điên điển. Cây điên điển mọc dọc theo những tuyến kênh, cây điên điển mọc thành hàng, bông nở rộ thành chùm, ửng vàng chen lẫn sắc xanh của lá, rồi rụng, chẳng ai buồn nhìn. Vậy mà sau này nó bỗng trở thành món ăn, và hơn thế, lại như một kiểu đặc sản “cây nhà lá vườn”.

Món canh chua đã nấu sẵn từ bếp, bên trong chứa đủ các thức cần thiết – nào bạc hà, cà chua, giá chín, và quan trọng nhất là những con cá rô mập mập lặn sâu bên dưới. Bên trên, nào rau om, rau thơm được rắc kín mặt, điểm thêm những lát ớt đỏ, trông thật hấp dẫn. Những chú cá rô để nguyên con, được gắp ra để vào đĩa nước mắm tỏi ớt, thứ nước mắm thơm ngon của vùng Phú Quốc, ngấm vào thịt của cá, làm cho miếng cá càng ngon hơn bao giờ hết. Với bông điên điển, người ta không bỏ sẵn trong canh, chỉ khi nào ăn thì mới gắp và

nhúng vào nước canh đang sôi.

Bông điên điển có vị nhân nhần, chỉ ăn lúc hầy còn tươi, để lâu, bông trở nên đắng khó ăn. Không biết có phải tại người Sài Gòn xuống quê miền Tây lạ miệng nên khen ngon, chứ còn người tại chỗ thì lại bảo rằng: bông điên điển nhân nhần chẳng ai thèm! Nhưng, giống như cọng rau đắng, rau má, hay như tiêu, ớt... thứ nào càng đắng, càng cay, hể không ăn thì thôi, bén mùi rồi thì lại bắt ghiền.

Cháo bò Tri Tôn

Thị trấn Tri Tôn, tỉnh An Giang là địa phương rất nổi tiếng với món cháo bò hấp dẫn.



Du khách thường thức món ăn này ngoài việc nhai nha nhai những lát thịt bò thái mỏng chín tái ứng hồng trải trên mặt tô cháo, còn được cảm nhận cái ngon của lòng bò. Nào miếng lá sách trắng đục vừa giòn vừa dai, nào miếng gan đắng đắng vị bùi, nào miếng phổi "phập phều" trong răng lạ miệng, và nữa những miếng phèo nhân nhần giòn dai, cùng miếng tủy bò béo ngậy, trong vị mặn cay của nước mắm gừng. Đầu lưỡi chưa dứt tê mê thì lại được tận hưởng cảm giác ngon ngọt của miếng huyết bò "tan"



chạm trên mặt

lưỡi.

Cháo bò có nhiều vị nhưng nổi bật nhất là vị chua thanh của nước trái trúc - một thứ trái giống như trái chanh nhưng vỏ xù xì, được trồng ở miền núi này - và vị cay của ớt hiểm xanh (hoặc ớt sừng trâu bằm), vị giòn lạt của giá sống cùng mùi rau thơm.

Cháo bò Tri Tôn chỉ có ba nơi bán, mà nơi ngon nhất là bên hông chợ. Vừa lạ vừa ngon vừa bổ dưỡng vừa rẻ (chỉ khoảng 5.000đ/tô) nên cháo bò Tri Tôn được nhiều khách phương xa tìm đến.

Cốm dẹp của người Khmer

Cốm dẹp là một đặc sản của người Khmer Đồng bằng sông Cửu Long. Hằng năm, khi tiết trời se lạnh gió bắc thổi về trên những cánh đồng nhuộm vàng lúa chín (lúa mùa) thì thấy cốm dẹp được bày bán ngoài chợ.

Để làm cốm dẹp, người ta dùng loại nếp vừa đỏ đuôi, chưa chín rộ, hạt còn mềm, đem quét. Để quét cốm, ở nông thôn, người ta thường chọn những đêm trăng sáng. Đặt cối giữa

sân nhà, cạnh bên chiếc bếp đã chiến được đốt bằng ngọn lửa rơm. Trước khi quét, nếp được rang trong một cái nồi, thường là nồi đất, đảo nếp cho đều, khi thấy hạt nếp vừa giòn là cho vào cối. Hai người quét cốm thường là một nam một nữ, là đôi trai gái trong phum, sóc làm vắn đôi công cho nhau. Đứng đối diện nhau, vừa làm, ánh mắt họ vừa nhìn nhau như trao đổi niềm tâm sự. Nhờ thế mà họ cảm thấy vui và hứng thú trong công việc, cho dù phải làm suốt đêm vẫn không thấy mệt. Họ luân phiên quét cho đến khi những hạt nếp đẹp lép thì nghiêng cối cào hết cốm ra nia. Cầm nia trên tay, người ta sấy cho hết trấu rồi đem sàng để có được loại nếp hạng nhất.

Cốm mới quét rất giòn và dẻo ăn không cũng cảm nhận được hương vị đặc trưng của nó. Nhưng muốn ăn ngon hơn người ta phải phối hợp cốm đẹp với dừa nạo và đường cát trắng. Theo kinh nghiệm thì cứ hể 1 lít cốm đẹp thì dùng 1 trái dừa vàng bẹ đã nạo cùng nửa ký đường cát trắng. Ba thứ này trộn vào nhau để chừng 4 – 6 giờ cho những hạt cốm thấm đường, dừa, trở nên mềm dẻo mới ngon. Muốn để ăn lâu ngày hoặc đem làm quà cho bà con, bè bạn, người ta gói cốm đã trộn sẵn trong lá chuối, lá dừa như đòn bánh tét, bánh dừa đem nấu hoặc hấp. Khi đó, ta có bánh tét cốm đẹp, ngon và lạ miệng.

Đền biển quê hương.

Đền hay còn gọi là rần biển, từ xưa đã là món ăn bổ dưỡng đối với ngư dân, vì nó có thể trị được chứng nhức mỏi và mất ngủ... Những năm cuối thập niên 80, cùng lúc các thương nhân Trung Quốc sang Việt Nam thu mua đèn khô về bào chế thuốc gia truyền, đèn tươi bắt đầu xuất hiện tại một số nhà hàng ở TP. Vũng Tàu và trở thành món ăn đặc sản .

Ở biển có nhiều loại đèn gồm: đèn kim, đèn cá, đèn sọc, đèn bông, đèn gai. Mỗi loại đèn khi chế biến có hương thơm và vị ngọt khác nhau. Chính vì thế, trong thực đơn luôn đứng ở vị trí hàng đầu. Các món đèn thường được thực khách ưa chuộng là: cháo đèn, đèn hầm sả ớt, đèn bằm xúc bánh đa, chả đèn, đèn nướng cuốn lá lốt và đèn hầm thuốc bắc... Ngoài món rượu tiết và mật đèn uống kèm, các "món độc" như rượu đầu đèn, rượu pín đèn chỉ nhận thực hiện theo đơn đặt hàng.

Để có được những bình rượu đèn đủ bộ đạt chất lượng cao, ngư dân khi đi biển mang theo những bình rượu trắng để ngâm sống đèn trực tiếp ngay ngoài khơi cùng với cá ngựa, hải sâm, hải long...

Khoai lang Đà Lạt

Khoai lang Đà Lạt là một món có vị ngon lạ kỳ. Khắp đất nước mình, chỗ nào mà chả là quê hương của lúa, ngô, khoai, sắn. Thế nhưng các bà nội trợ vào siêu thị sẵn sàng bỏ ra số tiền gấp đôi để mua một kí khoai lang Đà Lạt. Còn khi ra chợ thì dù đã chọn đúng những củ khoai vỏ đỏ sẫm, bóng mịn, tươi màu đất cao nguyên nhưng vẫn cứ nhắc đi nhắc lại người bán "Phải đúng là khoai Đà Lạt đây nhá". Đĩa khoai lang Đà Lạt khi luộc chưa chín đã thấy thơm. Gắp ra đĩa rồi, mùi khoai quyện theo hơi nước luôn làm bọn trẻ con phải thò tay vừa bốc, vừa xuyết xoa vì nóng, không chờ đợi được.

Củ khoai lang Đà Lạt khá to. Dù rằng thử khoai lang này chẳng bao giờ làm người ta ngẹn nhưng khi ăn vẫn nên bẻ đôi, bẻ ba để thưởng thức từng miếng một. Và hơn nữa, được chia sẻ với người thân những miếng khoai vàng trong trong, ngọt ngọt vào thời tiết se

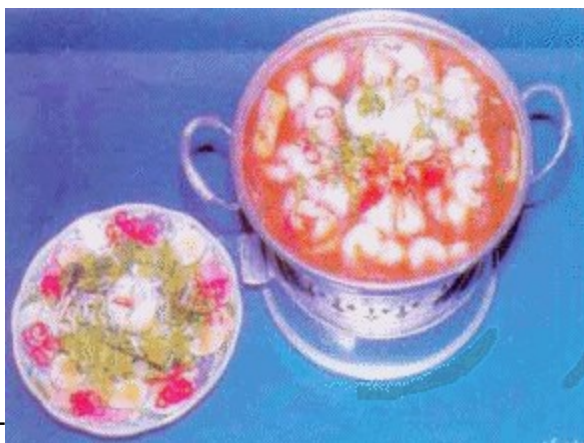
lạnh của những buổi sáng đồng bằng, những buổi chiều heo may thì chẳng hạnh phúc nào trên đời này sánh bằng.

Phải khoai lang Đà Lạt nướng mới ngon. Không bị khô, không quá bở bong hết lớp trong, lớp ngoài, cũng không quá nhão, sượng sùng như một vài loại khoai khác. Những chiếc xe máy ào ào dừng lại, rồi lại vội vàng đi sau khi mang theo vài củ khoai vừa chín tới. Những đám học trò tan trường mãi la cà bên chiếc xe đẩy, rồi vội vã vào lớp học thêm buổi tối với đôi tay còn dính bột khoai... Khoai Đà Lạt đã bình dị đi vào cuộc sống người phố thị từ lúc nào.

Bàn tay người Đà Lạt còn chu đáo chế biến ra khoai lang dẻo - món quà tinh tế của đất. Khoai lang dẻo rất dễ ăn, vừa đủ bùi, vừa đủ dẻo và cũng chỉ vừa ngọt để cất giữ được lâu. Ăn khoai lang dẻo là cách tiện nhất để người thành thị khỏi nhớ củ khoai lùi trong bếp rơm thưở ấu thơ nhà mình. Món đặc sản này đã theo chân khách du lịch đi khắp đất nước, đi ra nước ngoài. Như lời chào, lời giới thiệu vừa giản dị vừa ngọt ngào của một vùng đất...

Lẩu mắm Nam Bộ

Có từ thời khẩn hoang miền Tây lục tỉnh tới nay, món lẩu mắm đã trở thành món ăn đại diện cho ẩm thực Nam Bộ.



Thành phần để tạo nên lẩu mắm bao gồm rau, cá, thịt và mắm. Rau để ăn lẩu mắm phải bao gồm tới 22 loại: ngó sen, bông súng, rau nhút, hẹ, ngò gai, ngò ôm, cải bắc thảo, cải xanh, rau muống, rau ngổ, cần nước, đậu rồng, cù nèo, tai tượng, tần ô, rau đắng, càng cua, bông so đũa, bông điên điển, cà phôi, giá, bắp chuối, khổ qua, đậu bắp, nấm rơm. Các loại cá tươi cũng rất phong phú: cá rô, lươn, cá kèo, các chạch, cá ngát, cá bông lau, cá basa, cá lóc. Và thực phẩm chín bao gồm các loại: thịt ba rọi, mực, tôm, tàu hũ (đậu phụ). Để thưởng thức lẩu mắm trọn vẹn nhất phải kể đến nồi nước lèo, nước lèo phải thơm lừng mùi nước cốt mắm đặc trưng. Chắt mắm đậm đà, thêm vào đó thịt, cá, lươn,...béo ngọt và rau đồng thơm mát hoà quyện tạo nên món lẩu mắm đậm chất dân dã miền quê Nam Bộ.

Món lẩu mắm qua thời gian dài hàng trăm năm đã trở thành cao lương mỹ vị độc đáo của Nam Bộ. Một kiểu ẩm thực tạo nên sự giao hoà của thiên nhiên thật hiếm thấy.

Vịt nấu chao Cần Thơ



Ai đã đến vùng sông nước Cửu Long một lần đều khó mà quên được hương vị 'đuông chà là' của Bến Tre, cốm dẹp Trà Vinh, bánh phồng tôm Sa Giang (Đồng Tháp) và món 'vịt nấu chao', thơm, ngậy, ngọt, bùi của Cần Thơ. Tất cả đã góp phần làm đẹp hơn nét 'văn hóa ẩm thực' của miệt vườn Nam Bộ.

Vịt nấu chao là một món ăn đặc trưng của Nam Bộ, nhưng không đâu có nhiều và ngon như ở Cần Thơ. Món ăn này không phải là 'cao lương mỹ vị' gì nhưng nó rất 'khoái khẩu' với mọi lớp người. Một cái lẩu 'vịt nấu chao' ăn kèm bún, mì sợi, rau xanh. Ngồi cùng vài người bạn nhâm nhi chút rượu đế, loại rượu gạo ngon 'sủi tăm' như của đất bắc, trong một buổi chiều mát mẻ thì còn gì thú bằng.

Nguyên liệu chính để nấu món này là thịt vịt (vịt ta hay vịt Xiêm, người bắc gọi là ngan), vịt làm xong, thoa ngoài da một lớp nước gừng và rượu. Chặt miếng vừa phải, ướp gia vị: chao trắng, bột ngọt, tỏi, tiêu, ớt, nước cốt dừa vừa đủ rồi đưa vào nấu. Khoai cau (khoai sọ) luộc vừa chín, bóc vỏ, chiên qua. Khi thịt vịt hầm vừa chín tới thì cho khoai, hành tây, nấm rơm búp vào để sôi khoảng 15 phút rồi nhắc xuống.

Khi ăn cho hỗn hợp vào lẩu để ngọn lửa liu riu. Các loại rau cải xanh, cải cúc, rau muống trắng, tàu hủ, bún tàu hay mì sợi cho xen lẫn vào, ăn tới đâu nhúng tới đó. Có người thích ăn thêm hột vịt lộn hay rau diếp cá, rau cần, củ nèo, giá đậu xanh... Vịt nấu chao phải ăn nóng mới ngon. Mỗi miếng thịt để lại trong ta dư vị ngọt, bùi, thơm, ngậy của chao, nước cốt dừa, vị nồng cay của gừng, tiêu, ớt, tỏi, vị dịu mát của các vị rau. Theo kinh nghiệm của dân gian thì thịt vịt thuộc loại 'khí âm' lạnh được thêm vào các vị 'khí dương' (nóng) của rượu, tiêu, tỏi, chao, ớt làm trung hòa tạo ra sự cân bằng âm dương rất có lợi cho sức khỏe.

Vịt nấu chao có mặt ở hầu hết các tỉnh đồng bằng sông Cửu Long nhưng chưa nơi nào được chế biến công phu và ngon hơn ở Cần Thơ. Món này nếu được ăn trong những ngày đông giá lạnh ở miền bắc thì chắc sẽ thật tuyệt.

Mứt me Phan Thiết.



Phan Thiết còn nổi tiếng với món mứt me mà mỗi khi nhắc đến ta lại nhớ tới hương vị của ngày Tết, đến hương vị quê hương.

Mứt me được chuẩn bị từ khâu sơ chế ban đầu hết sức công phu. Me được chọn làm mứt là thứ me vằn già còn xanh, trái to ngang hoặc me dứa, trái dài mắt thẳng cộm dày. Me được qua sơ chế phải trắng đều, có vị chua vừa phải.

Mứt me ngon được làm bằng đường cát trắng. Me đã sơ chế giờ được ngâm với đường cho ngấm, đem thắng lên cho sên chặt rồi đem hong gió. Mứt me ngon, có màu vàng hấp dẫn bắt mắt còn nằm ở lớp đường bên ngoài được tạo nên khi nhúng me rim vào nước đường được thắng thật keo. Mứt me có vị ngọt, vừa có vị chua thanh thanh của me đã được ngâm sơ chế kỹ, vừa dẻo, vừa thơm.

Tết đến, có rất nhiều thứ mứt, bánh kẹo khác nhau, nhưng có lẽ khó có thứ gì sánh được với món mứt me của làng nghề Phan Thiết. Có đĩa mứt me trong nhà ngày Tết ta dường như thấy được cái hương vị tết, hương vị quê nhà ấm áp.

Bạc Liêu: Hấp dẫn bánh tằm Ngang Dừa

Nếu có dịp xuôi về miền đất Bạc Liêu, nơi sản sinh bài “Dạ cổ hoài lang” của cố nhạc sĩ Cao Văn Lầu, xin mời về thị trấn Ngang Dừa nhỏ bé này để thưởng thức một lần bánh tằm, vừa dân dã, thôn quê để giữ ấn tượng sâu sắc về miền đất trù phú cò bay thẳng cánh.

Những cọng bánh tằm Ngang Dừa, thơm ngon, dẻo, mềm mại trắng phau bên chiếc đĩa, với hương vị bay phảng phất đầu dây, gọi cho ta có một cảm giác thèm muốn ăn ngay để thưởng thức các mùi vị thật quyến rũ. Nhìn chiếc bánh tằm Ngang Dừa tuy đơn giản nhưng rất khó làm bởi rất chúng rất kén nguyên liệu. Gạo để làm bánh đòi hỏi phải là loại gạo tẻ lúa mùa chính hiệu được sản xuất quanh vùng. Với đôi tay khéo léo thuần thục, nhanh nhẹn của các cô gái địa phương đã tạo nên những cọng bánh tằm được nhiều người ưa thích, biết đến.

Bánh tằm Ngang Dừa có hai loại mặn và ngọt, khi ngồi xung quanh bên chiếc gánh tùy theo sở thích khẩu vị của quý khách mà thưởng thức cái hương vị đồng quê miệt biển Bạc Liêu. Chính vì nhiều lẽ đó mà bánh tằm Ngang Dừa trở thành một món ăn độc đáo và rất lạ lẫm hấp dẫn với khách du lịch phương xa.