

Món ngon Nam Bộ

Nam Bộ có những vùng đất được thiên nhiên ưu đãi: nào là những sản vật của sông nước như cá, tôm cho đến những loại rau củ vô cùng phong phú. Chính từ những nguyên liệu này đã được cha ông chế biến thành những món ăn ngon rất mộc mạc, dân dã nhưng đến nay ít thấy trong thực đơn của hàng, quán hoặc trong gia đình. Đó là những món ăn xưa của một thời mà khó ai biết xuất xứ từ đâu và từ bao giờ.



- Gỏi rau nhúc:

Rau chỉ chọn phần đợt non, tước bỏ lá, chẻ đôi, chần cọng rau qua nước sôi hơi tái để giảm bớt vị nhần. Tôm bạc đất, thịt ba chỉ, mực thái sợi, trộn chung với củ hành tây, rau răm, giấm đường. Gỏi rau nhúc ăn kèm cùng bánh phồng tôm và nước mắm chua ngọt. Lúc đó cái giòn của đợt rau còn dư vị nhân nhần hòa cùng những vị khác đem đến một hương vị rất đặc trưng.

- Gỏi đậu rồng:

Trái đậu cắt lát xéo dày độ 2-3 mm ngâm sơ với nước muối, xả sạch để bớt mủ. Sau đó ngâm trong giấm đường để miếng đậu rồng ngâm và bớt vị hăng nồng. Trộn củ hành tây, rau thơm, tôm, thịt. Nước mắm pha hơi đậm với nhiều tỏi, ớt. Miếng đậu khi nhai phải sần sật; mùi hăng của nó hòa cùng vị thơm nồng của tỏi, ớt mới đúng gu.

- Gỏi cá kéo bóp thấu:

Củ cải trắng, củ cải đỏ được bào mỏng, xả sơ sao cho độ giòn của miếng củ vẫn còn. Cá kéo nướng, xé một số trộn vào củ cải (củ cải được bóp thấm với giấm đường), một số con cá để nguyên khi ăn đến đâu xé đến đó. Cái thú vị của món gỏi bóp thấu là rau củ không ngấm đều vị chua của giấm đường, nên miếng trước có thể hơi chua, nhưng miếng sau lại còn cay nồng mùi củ cải hơn, làm người ăn luôn nếm được sự thay đổi cung bậc đậm nhạt của đĩa thấu.

- Tôm bạc đất nướng cọng dừa:

Tôm bạc ngon nhất vào lúc lúa gần chín mùa Tết. Tôm mập tròn nhờ ăn những mại lúa rơi rụng xuống ruộng đồng. Lấy một cọng sọng lá dừa xiên ngang thân tôm còn tươi rói độ 5, 6 con một xâu. Có thêm gia vị ướp càng tốt, bằng không cứ nướng tôm trên lửa rơm. Lửa vừa tấp hơi cháy giòn vỏ tôm nhưng thịt bên trong vẫn còn đỏ mềm. Chần tôm với nước mắm me sền sệt vị chua ngọt, nhớ đừng bỏ phần đuôi tôm giòn rụm, thơm lừng.

- Lươn um lá nháo:

Cây nháo là một vị thuốc trị đau lưng phổ biến ở Nam Bộ, dễ trồng, dễ tìm. Chọn loại lá nháo không non cũng không già quá, lột vào nồi đất. Lươn cỡ nửa cườm tay cắt khúc, xếp vào nồi. Cho nấm mèo, củ hành tím, bún tàu, nêm thêm gia vị, cho nước cốt dừa xâm xấp. Bắc nồi lên bếp than hồng, lửa riu riu, người ăn muốn um lâu mau tùy thích. Món kèm là bún và nước mắm nhĩ đậm ớt.

Với vài món ăn xưa vùng Nam Bộ, không dầu mỡ có thể làm bạn bớt ngán với những món thịt, mỡ ngày đầu Xuân. Thêm phần nào đó là dịp thưởng thức hương vị miền Nam nhân dịp đầu năm cùng gia đình bè bạn.

(Tạp chí Văn hóa Nghệ thuật ăn uống)
