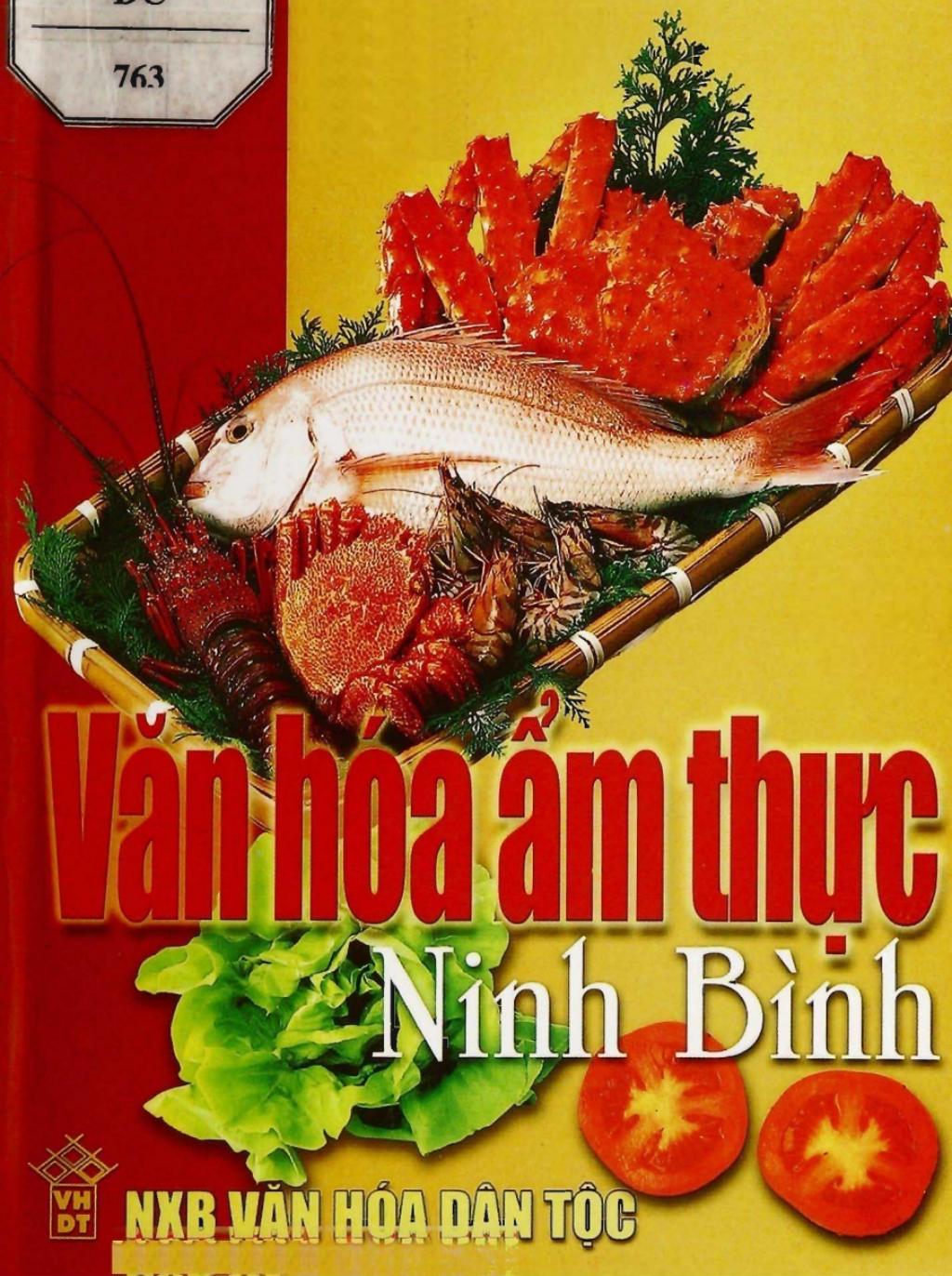


VŨ VĂN LÂU

ĐC

763



Văn hóa ẩm thực Ninh Bình



NXB VĂN HÓA DÂN TỘC

VĂN HOÁ ÂM THỰC NINH BÌNH

ĐC. 11/3
V.L15H

VŨ VĂN LÂU

**VĂN HÓA ẨM THỰC
NINH BÌNH**



NHÀ XUẤT BẢN VĂN HÓA DÂN TỘC
Hà Nội 2005

LỜI GIỚI THIỆU

Sau cuốn “Hương đồng gió nội” được bạn đọc (nhất là học sinh các trường) đón nhận rất hào hứng, được đánh giá là cuốn sách bổ ích cho học tập và cuộc sống; lần này tác giả Vũ Văn Lâu cho ra đời cuốn “Văn hoá ẩm thực Ninh Bình”.

Nói là một công trình nghiên cứu thì chưa thật khiêm tốn, nhưng quả là tác giả đã viết nó với niềm cảm hứng say mê, với bao công phu sưu tầm, nghiên ngâm, chắt lọc từng bài, từng câu, từng ý.

Qua cuốn sách tác giả muốn nói với chúng ta đôi điều cảm nhận của anh, vâng chỉ đôi điều thôi, chưa dám nghĩ là nói hết, về cái sự ăn uống - một thứ không thể thiếu được để duy trì cuộc

sống, để đảm bảo cho sự phát triển nòi giống, sự tồn tại và phát triển của xã hội (“không có ăn, mẻ cũng chết”).

Nhưng ở đây không chỉ nói sự ăn uống thông thường mà nó đã được nâng lên tầm văn hoá “Văn hoá ẩm thực” như các cụ xưa đã dạy: “ăn trông nồi, ngồi trông hướng”, “ăn quả nhớ kẻ trông cây”, “uống nước nhớ nguồn”, v.v... Nó là ranh giới phân biệt những người “có văn hoá” với kẻ “phàm phu tục tử”.

Tác giả cũng muốn giới thiệu với chúng ta những món ăn, thức uống của quê hương Non Thuý dòng Vân. Có món thực sự là đặc sản của đất này như: rượu Lai Thành, nem Yên Mạc, tái dê Cố đô, cá rô Tống Trường, cơm cháy Hương Mai, miến lươn Bà Phấn, v.v... Nhưng cũng có món nhiều nơi cũng có nhưng cách chế biến, đặc biệt là hương vị của nó lại là của riêng Ninh Bình, hợp với khẩu vị người dân của đất Cố đô.

Đã ở cái tuổi “cổ lai hy”, là người cũng có chút học vấn, đã trải qua thử nghiệm cuộc sống với nhiều lĩnh vực và cương vị công tác, tôi cũng

cho là mình hiểu biết về cuộc sống, nhất là trên lĩnh vực văn hoá, nhưng khi đọc những trang viết này tôi vẫn thấy rung động, cảm nhận thêm những điều mới mẻ và suy ngẫm sâu sắc thêm những điều mà mình đã biết về văn hoá ẩm thực. Lại là người gốc rễ ở Ninh Bình, tôi đã thường thức hầu hết các món ăn uống nêu ở đây, nhưng qua những trang sách của Vũ Văn Lâu, tôi lại thấy trước đây mình chưa thường thức hết được vị ngọt ngon của nó, chưa biết hoặc chưa nghĩ đến để thường thức, cũng như chưa biết cách chế biến cho đúng với hương vị các món ăn uống đặc sản của chính quê mình.

Là một giáo viên đã từng dạy văn ở các trường cao đẳng sư phạm, Vũ Văn Lâu có lối viết văn giản dị, trong sáng và dí dỏm, thoang thoảng chút “Hương đồng gió nội”, có phong cách riêng, có sức cuốn hút người đọc ngay cả những điều người ta đã biết rồi. Chả thế mà anh chưa là một nhà báo, nhưng tên tuổi và những bài viết của anh có mặt trên hàng chục tờ báo, tạp chí của Trung ương và địa phương, có bài đã được giải báo chí toàn quốc. Điều nhỏ thôi,

nhiều không ít người chỉ dám nghĩ đến trong giấc mơ.

Vấn đề đặt ra thì rộng mà tác giả tự nhận là hiểu biết còn hạn chế, với khoảng 200 trang sách khiêm tốn chắc chắn còn nhiều điều chưa đề cập được và tất nhiên cũng có những thiếu sót, rất mong được bạn đọc góp ý và thể tát cho.

Dẫu sao theo ý tôi, đây là một cuốn sách bổ ích đáng để chúng ta bỏ chút ít thời giờ đọc và suy ngẫm.

Xin trân trọng giới thiệu cùng bạn đọc!

Nhà viết kịch AN VIẾT ĐÀM

Phân I

SẮC MÂU QUÊ HƯƠNG

I. VÀI NÉT VỀ ĐIỀU KIỆN TỰ NHIÊN, XÃ HỘI VÀ CON NGƯỜI CÓ LIÊN QUAN ĐẾN VĂN HOÁ ẨM THỰC CỦA NINH BÌNH

Tỉnh Ninh Bình ở cực nam đồng bằng Bắc Bộ, nơi tiếp giáp giữa Bắc Bộ với Trung Bộ, có diện tích tự nhiên khoảng 1.400 km², phía bắc giáp tỉnh Hà Nam; phía đông tây giáp tỉnh Nam Định, có dòng sông Đáy là địa giới tự nhiên; phía tây nam giáp tỉnh Thanh Hoá, có dãy núi đá Tam Điệp chạy theo hướng tây bắc - đông nam là địa giới; phía tây bắc giáp tỉnh Hòa Bình; phía đông nam giáp vịnh Bắc Bộ, có hơn 15 km bờ biển.

Địa hình có thể phân chia theo đặc điểm khác nhau: phía tây và tây bắc là vùng đồi núi, có những dãy núi đá vôi ẩn chứa nhiều hang động kỳ thú. Nổi tiếng có khu rừng nguyên sinh quốc gia Cúc Phương thuộc huyện Nho Quan với cây Chò ngàn năm và Động Người Xưa cùng nhiều động, thực vật quý hiếm khác. Đây còn là vùng đất trồng được nhiều loại cây công nghiệp như: thuốc lá, cà phê, lạc... cây ăn quả (dứa, cam, quýt, nhãn, vải, na, chuối...) và phát triển chăn nuôi (như: trâu, bò, lợn, dê (sơn dương), gia cầm...). Phía đông và đông nam của tỉnh là vùng đồng bằng màu mỡ trồng nhiều lúa nước và hoa

màu như ngô, khoai, sắn, lạc, đỗ. Riêng vùng ven biển (Kim Sơn) hàng năm được phù sa bồi đắp tiến ra biển từ 80 - 100 m. Ở vùng này nghề trồng lúa, trồng cói, nuôi trồng, đánh bắt thuỷ hải sản rất phát triển. Hiện nay là vùng nuôi tôm sú xuất khẩu nhiều tiềm năng và triển vọng của tỉnh.

Ninh Bình có nhiều sông: sông Đáy, sông Hoàng Long, sông Vạc rất thuận lợi cho việc tưới tiêu, phát triển nông nghiệp, nuôi trồng đánh bắt thuỷ sản. Cùng với hệ thống giao thông đường thuỷ nội địa tỉnh, Ninh Bình có quốc lộ 1A, quốc lộ 10 và các đường liên tỉnh tạo nên điểm giao thông quan trọng để phát triển kinh tế xã hội, an ninh, quốc phòng và giao lưu văn hoá giữa ba miền Bắc-Trung-Nam và miền xuôi với miền ngược.

Do đặc điểm vị trí, cấu tạo địa hình, Ninh Bình vừa có yếu tố cổ còn lưu lại, vừa có nhiều yếu tố mới đang hình thành, phát triển, tạo nên nhiều cảnh quan kỳ thú. Khu vực núi đá vôi sát trung tâm thị xã Ninh Bình được xem như “Vịnh Hạ Long cạn”. Giữa thị xã có núi Ngọc Mỹ Nhân (Cánh Diều), núi Thuý (Non Nước) có tạc hàng trăm bài thơ của các danh nhân qua nhiều triều

đại. Cách đó không xa (chưa đầy 10 km) có thăng cảnh Tam Cốc - Bích Động thuộc huyện Hoa Lư, một trong những kỳ quan thiên nhiên hiếm có: “Nam thiên đệ nhị động”, với một vùng sơn thuỷ hữu tình. Đặc biệt trên đất Hoa Lư có quần thể di tích lịch sử văn hoá Đinh - Lê với những dấu ấn lịch sử có giá trị quốc gia, gắn với 3 đời vua Đinh, Lê, Lý với sự hình thành và phát triển của quốc gia phong kiến đầu tiên mang quốc danh “Đại Cồ Việt”. Ngoài ra trên đất Gia Viễn - một huyện vùng chiêm trũng nhất tỉnh có thăng cảnh Địch Lộng, suối Kênh Gà và khu du lịch Vân Long nổi tiếng. Trên đất Kim Sơn có Nhà thờ đá Phát Diệm là công trình kiến trúc độc đáo sự kết hợp hài hòa giữa kiến trúc Tây phương và Đông phương...

Vùng đất Ninh Bình từ xa xưa đã có người Việt cổ cư trú - kết quả nghiên cứu khảo cổ vùng Mán Bạc (Yên Mô) đã cho ta biết rõ hơn điều đó.

Tính đến 1999 (theo niên giám thống kê 2002 của Cục Thống kê Ninh Bình), dân số Ninh Bình có 909.038 người, phân bố không đồng đều. Đô thị nhất là thị xã Ninh Bình: 5.397 người/km², sau đó là huyện Yên Mô và Kim Sơn có trên 800 người/km². Thưa dân nhất là huyện Nho Quan có

314 người/km². Mật độ trung bình của tỉnh là 657 người/km². Cũng giống như nhiều vùng khác ở đồng bằng Bắc Bộ cư dân trong tỉnh thường cư trú theo đơn vị thôn (làng), xã truyền thống.

Tuy là tỉnh không lớn (có 8 huyện thị, 145 xã, phường, thị trấn) nhưng có nhiều dân tộc anh em. Nhiều nhất là người Kinh, trên 86 vạn người (trên 98%) - sau đó là người Mường, người Tày, ít nhất là Giáy, Cơ Tu, Gíc- Triêng...

Về tôn giáo: trong tỉnh số người theo đạo Phật là 37343, số người theo đạo Thiên Chúa là 130.946, số người theo các tôn giáo khác là 193, số người không tôn giáo là 714.963. Kim Sơn là huyện có số dân theo đạo Thiên Chúa đông nhất là 69.177 người - tỷ lệ hiện nay là 43%.

Nhân dân Ninh Bình dù theo lương hay theo giáo, dù ở miền núi, đồng bằng hay miền biển nhìn chung đều có lòng nhân ái, có văn hoá trong sinh hoạt, ứng xử, có tinh thần lao động cẩn cù và sáng tạo.

Ninh Bình có nhiều lễ hội (như lễ hội đền Đinh Lê, lễ hội đền Thái Vi và nhiều nghề thủ công mỹ nghệ lâu đời nổi tiếng. Từ cây cối của miền ven biển Kim Sơn, qua bàn tay khéo léo của con người, cối đã trở thành nhiều mặt hàng

đẹp, đa dạng, phong phú, tiện dụng; không những phục vụ cho thị trường trong nước mà còn là thứ hàng hoá được nước ngoài ưa chuộng.

Nghề khai thác và trạm trổ đá của Ninh Vân, nghề thêu ren ở thôn Văn Lâm xã Ninh Hải, nghề mộc của xã Ninh Phong (đều của huyện Hoa Lư) là những nghề truyền thống và ngày nay đang được phát huy mạnh mẽ, mang đậm phong cách, thẩm mỹ dân tộc, có sắc thái riêng của địa phương, thể hiện rõ sự cần mẫn tinh tế, giàu tính nhân văn và khả năng sáng tạo của người lao động. Ngành nghề thủ công mỹ nghệ trong nền kinh tế mở hôm nay của tỉnh đang hứa hẹn nhiều triển vọng, hoà nhịp bước cùng khu vực và thế giới.

Dù đã phải trải qua nhiều biến cố thăng trầm, phải thay đổi tên gọi như: Trường Yên Phủ, Châu Đại Hoàng, Thanh Hoa Ngoại Trần rồi Thanh Bình đến Ninh Bình thì mảnh đất ngày nay vẫn ngày càng tươi đẹp, giàu có văn minh hơn bởi người dân nơi đây vốn được thiên nhiên ưu đãi, lại có bờ dày truyền thống lịch sử văn hoá và có bàn tay, khối óc cần cù, dũng cảm, đầy sáng tạo.

Với những điều kiện tự nhiên, xã hội và con người như thế nhất định Ninh Bình sẽ nhanh

chóng giàu mạnh, nhân dân sớm thoát nghèo, tiến tới có đời sống vật chất và tinh thần ngày càng cao.

II. NHỮNG ĐẶC SẢN VÀ PHONG CÁCH ĂM THỰC CỦA NGƯỜI NINH BÌNH

1. Đặc sản và phong cách chung

Việc ăn uống không chỉ để được no nê cái dạ dày mà còn cần được vui lòng, đẹp mắt người trong cuộc và cả người ngoài cuộc. Cái làm nên vui lòng, đẹp mắt ấy phải chăng là văn hoá ẩm thực?

Câu tục ngữ “Ăn trông nổi, ngồi trông hướng” ấy là nói về một nét đẹp, một khía cạnh cụ thể về văn hoá ẩm thực của ông cha.

Mỗi một dân tộc, một vùng miền có nền văn hoá khác nhau thì cũng dẫn đến sự khác nhau về phong cách ăn uống: từ khâu lựa chọn thực phẩm, chế biến, bày biện lễ nghi và cách tiến hành. Người theo đạo Thiên Chúa trước khi ăn giơ tay làm dấu, nhiều nơi người Việt trước khi ăn uống có chào mời người cao tuổi và người chung quanh. Phải chăng đây cũng là nét đẹp riêng rất văn hoá trong ẩm thực?

Người theo đạo Thiên Chúa và nhân dân ở

tỉnh Ninh Bình cũng có phong tục đó. Cư dân Ninh Bình ở cực nam đồng bằng Bắc Bộ chắc chắn có chịu ảnh hưởng trực tiếp và sâu sắc của văn hoá ẩm thực phương Bắc cho nên ta không thấy làm lạ người Ninh Bình rất thích ăn phở Hà Nội, phở Nam Định. Tối đến, ở một số đường phố đông đúc thị xã Ninh Bình, có nhiều người, đông nhất là thiếu nữ ngồi ăn ngô nướng, ốc luộc, bún ốc... Phải chăng có nét na ná cái thú ăn chơi ban tối của người Hà Nội?

Cũng như người Bắc, nhiều người ở Ninh Bình thấy không hợp khẩu vị lăm khi ăn phở Sài Gòn hoặc ăn một số món có tra nhiều tương ớt, tỏi, đường của miền Trung và Nam Bộ. Một khác người Ninh Bình cũng rất chịu khó ăn những thứ mặn mòi như tép khô, cá khô của miền trung.

Tuy vậy, không phải lúc nào khẩu vị của người Ninh Bình cũng chịu ảnh hưởng từ bên ngoài mà vẫn có những nét riêng độc đáo. Chính cái độc đáo, độc lập làm nên bản lĩnh vững vàng, phong cách sinh hoạt văn hoá của mỗi người.

Tương truyền Đinh Tiên Hoàng là vị Hoàng đế đầu tiên của nước Đại Cồ Việt có sở thích ăn lòng lợn tiết canh. Mỗi lần thăng trận, ông thường cùng tướng sĩ thưởng thức món ăn rất

quen thuộc dân dã này. Nếu là sự thật thì đây phải chăng là một nét đẹp về cá tính, là một trong những biểu hiện dù chỉ là chi tiết nhỏ về ẩm thực của một Hoàng đế xuất thân từ chú bé chăn trâu trên đồng nội.

Bàn về văn hoá ẩm thực cũng như người ta tập bơi giữa biển cả. Nó là lĩnh vực vô cùng phong phú, đa dạng và sâu rộng. Ở đây người viết chỉ xin ghi lại những cảm nhận ban đầu chủ quan của mình về một số khía cạnh trong phong cách ẩm thực của người Ninh Bình. Thông qua việc giới thiệu sơ lược một số món ăn dân dã mà nay có thể đã trở thành đặc sản của địa phương. Những món ăn dân dã này là những món ăn thường nhật của số đông là người bình dân, người lao động ở Ninh Bình.

2. Đặc sản và phong cách vùng miền

Xin được điểm qua vài nét về một số món ăn đặc sản và phong cách ẩm thực của từng vùng miền.

- *Vùng tây bắc* của Ninh Bình: đây là vùng chiêm trũng và rừng núi của hai huyện có từ lâu đời, đó là Gia Viễn và Nho Quan. Đất Gia Viễn có xã Gia Trung sâu trũng nhất huyện có độ cao dưới mặt nước biển 0,3 m, là nơi “chiêm khê,

mùa thối”, “sống ngâm da, chết ngâm xương”. Chẳng may ai xấu số qua đời giữa mùa lũ lụt thì phải buộc quan tài trôi nổi ở gốc cây, chờ khi nước cạn mới có nơi chôn cất. Vậy nhưng dân ở đây rất cần mẫn, tần tiện, thường ngày ăn rau muối, bắt ốc mò cua, đơm cá riu tép kiếm sống, nuôi con ăn học thành tài. Có nhiều người xuất chúng thành đạt. Điển hình là Đinh Tiên Hoàng, Đinh Điền, Nguyễn Bặc, Trịnh Tú, Lưu Cơ, Trịnh Lỗi. Vì là đồng chiêm trũng nên ở đây có nhiều ốc nhồi nay đã trở thành đặc sản. Câu ca:

Muốn ăn cua rốc ốc nhồi

Đem con mà gả cho người đồng chiêm

Nay ốc nhồi đã có thêm địa chỉ khác đó là nhà hàng, khách sạn ở ngay thành phố lớn, ốc nhồi lên ngôi đặc sản. Ngoài ốc nhồi, mắm tép cũng nổi tiếng thơm ngon. Ngày trước nghề riu tép ở đây rất phát triển. Mặc dù nghề này vất vả lấm, phải ngâm mình dưới nước giữa mùa rét mướt nhưng cũng thấy hay bởi thường có chồng đun riu, vợ dãi tép kể cũng tình. Mắm tép ở đây chính hiệu tép riu, đanh con nên mắm đỏ au, vừa thơm, vừa ngọt đậm đà, nhiều nơi ưa chuộng.

Ngoài ốc nhồi và mắm tép nổi tiếng Gia Viễn

còn nổi tiếng món cá rô Tống Trường và cháo hến (có lẽ do nghèo khó, chỉ đủ gạo nấu cháo hoa nhưng bù vào lại có ruột và nước hến thì cháo lại ngọt bổ gần được như cháo gà).

Còn vùng núi rừng Nho Quan - dân cư thưa thớt, nhiều dân tộc Mường, Tày sinh sống. Ở đây có các sản vật quý hiếm của rừng Cúc Phương, có rượu cần nổi tiếng, có nước khoáng Cúc Phương đang được công nghệ hiện đại khai thác.

Ngoài ra ở Nho Quan còn có các loại măng đắng và nhiều thịt thú rừng quý hiếm.

- *Vùng đông nam* của Ninh Bình là huyện Kim Sơn, miền biển. Đây là vùng đất mới, trù phú có nhiều thuỷ, hải sản quý. Người Kim Sơn mang dáng dấp tính cách của miền biển khá rõ. Họ chân chất, khoẻ mạnh, ăn cũng khoẻ. Những thanh niên cường tráng mạnh mẽ, ngực nở gồ ghề như đá tảng. Ngược lại, phụ nữ Kim Sơn có nhiều cô gái nước da trắng ngần mềm mại, có đôi mắt mơ màng, sâu thẳm hao hao gương mặt đức mẹ Maria và có giọng nói vang trong như tiếng chuông ngân của nhà thờ xứ Đạo.

Kim Sơn có nhiều đặc sản biển, thông dụng là cua, cá biển. Đặc biệt món chả rươi lạ miệng, món bún mọc Quang Thiện. Rượu Kim Sơn rất

nổi tiếng không chỉ ở trong tỉnh mà còn nổi tiếng khắp ba miền (Bắc, Trung, Nam). Ngoài ra ở đây còn có thói quen ăn và đai khách bằng món gỏi. Gỏi tôm, gỏi cá, nhất là gỏi cá nhệch: cá tươi, làm sạch, đánh vẩy, bỏ xương, gói lá sung, lá lộc vừng, gồm cá, giấm, rau thơm, có hương vị riêng, mát, bùi rất ấn tượng.

- **Vùng nam** Ninh Bình giáp tỉnh Thanh Hoá, bao gồm thị xã Tam Điệp và một phần huyện Yên Mô. Thị xã Tam Điệp mới được thành lập 1982. Còn Yên Mô là vùng đất cổ. Ở đây có di chỉ Mán Bạc có giá trị khảo cổ học của quốc gia. Nhân dân nơi đây vốn có truyền thống cần cù lao động và rất hiếu học, có làng văn hoá Nộn Khê và làng Khoa Bảng Côi Trì thuộc diện nổi tiếng nhất tỉnh, với nhiều danh nhân văn hoá, khoa bảng như: Ninh Dịch (tiến sĩ), Ninh Đạt (Hoàng Giáp), Nguyễn Thể (quận công)...

Đặc sản nổi tiếng nơi đây có nem Yên Mạc, lạc nhân Yên Nhân và bún mọc Nộn Khê (Yên Tử). Riêng thị xã Tam Điệp là vùng đất mới được khai phá, mở mang nhưng cũng đã cho nhiều sản phẩm có giá trị xuất khẩu như dứa Đồng Giao, vải, nhãn, na dai của các trang trại và nhà vườn, có nhà máy đồ hộp hoa quả khá hiện đại.

Đặc biệt ở đây còn lưu truyền câu tục ngữ:

Khôn uống chè Trại

Dại uống chè Me (thuộc Nho Quan)

Mẹ bảo không nghe uống chè Bồng Lạng.

Nếu ai về Tam Đệp, ghé Quán Cháo, đèn Dâu thường thức bát nước chè xanh Ba Trại thuộc xã Quang Sơn thị xã Tam Đệp thấy người mát mẻ, thanh thoát, nhẹ nhõm nhanh chóng như có thần dược. Có lẽ đất đai ở đây thích hợp với việc trồng chè. Chè khô Tam Đệp ngon nhất tỉnh có giá trị xuất khẩu cao.

- *Vùng trung tâm* Ninh Bình là vùng đồng bằng châu thổ, gồm thị xã Ninh Bình và một phần huyện Hoa Lư, chỉ cách Hà Nội có trên 90 cây số lại gần kề với Cố đô Hoa Lư, đất Tràng An xưa nên dân ở vùng này có những nét gì đấy, nhất là phong cách ẩm thực ít nhiều đáng dấp người thủ đô. Bởi “dẫu không thanh lịch, cũng người Tràng An”. Từ xưa ở đây đã có bài ca về một lễ cưới tưởng tượng mà nhân dân Ninh Bình cũng góp mặt.

Do yếu tố địa lý, lịch sử xã hội, văn hoá tác động, chắc chắn phong cách ẩm thực nơi này vừa có yếu tố dân dã vừa có yếu tố thanh lịch. Biểu hiện rõ nhất là phong cách ăn uống, cỗ bàn ở xã

Ninh Thành cũ, điển hình là thôn Phúc Am nay thuộc trung tâm thị xã Ninh Bình. Trước đây và bây giờ so với các nơi, cỗ bàn được làm khá tươm tất, thường có bát đĩa cổ, đũa son với các món giò, nem ninh mọc khá phong phú, ngon miệng. Ăn xong có tráng miệng bằng bánh trái; mời mọc cũng rất cẩn trọng, cung kính.

Con người ở đây có phong cách ẩm thực rất đa dạng nhưng nét chung là khá khảnh ăn. Những hàng ăn kém chất lượng phục vụ, thiếu tính văn hoá, thẩm mỹ thường thua khách và ngược lại.

Nói về đặc sản, ở đây khá phong phú, nhưng nổi bật vẫn là món cơm cháy độc đáo. Nhà hàng Hương Mai trên đường Trần Hưng Đạo có hàng trăm khách đến ăn cơm cháy hàng ngày.

Đặc sản miền lơn cũng nổi tiếng không kém. Mỗi ngày mỗi cửa hàng ba người con của bà Phấn có số khách đến ăn sáng hàng trăm người. Đặc sản tái dê ở đây cũng rất thịnh hành. Có hàng trực hàng đông khách. Đặc biệt Mã Yên Sơn quán ở khu đền Đinh mỗi ngày tiếp đón hàng trăm khách du lịch. Chẳng rõ từ bao giờ ở đây đã lưu hành câu ca mà nội dung cũng rất dân dã:

*Tái dê chấm với tương gừng
Ăn vào mới thấy bùng bùng máu dê
Người ơi, người ở đừng về
Ngày mai ta lại tái dê, tương gừng*

Dân ở đây vốn đa phần là do các huyện thị di cư tới nên họ mang theo những phong cách ẩm thực của địa phương mình vì thế tự nhiên hình thành sự đa dạng trong văn hoá ẩm thực. Ngoài ra thị xã Ninh Bình còn rất nhiều các quán ẩm thực mang tên các tỉnh thành khác như: phở Huế, phở Hà Nội, phở Nam Định. Phong cách ẩm thực pha tạp phong phú ở đây là một thực tế nhưng không xô bồ, vô lối, cơ bản vẫn giữ được cái nét thanh lịch của một thị xã gần Cố đô và thủ đô Hà Nội.

Bên cạnh những đỉnh cao về đặc sản, phong cách ăn uống của các vùng miền thể hiện tính văn hoá nhưng cũng còn không ít những hiện tượng chưa văn hoá - giống như trong thúng gạo nếp trắng thơm vẫn còn những hạt sạn. Ở một số xã ven biển còn tồn tại hủ tục như ăn cỗ giành lại một phần để cùng nhau chia phần mang về, có nơi nhìn cỗ để đặt tiền mừng. Có nơi còn phân biệt đối xử, loại khách sang hèn, đàn ông coi thường phụ nữ, không ngồi cùng mâm với phụ

nữ. Lại có nơi còn chém to kho mặn không biết chế biến. Còn nhiều hiện tượng lãng phí: thức ăn để thừa mứa, vô tội vạ, chúc tụng đổ cả xuống đất... cũng là một biểu hiện thiếu văn hoá (trong khi nhiều người còn phải cứu trợ nhà cửa, lương thực).

Tuy Ninh Bình có nhiều điều kiện khá thuận lợi nhưng việc khai thác sử dụng phát huy của con người còn có những hạn chế, nên đây vẫn là một miền quê nghèo lam lũ. Biểu hiện rõ nhất là sự ăn ở của dân chúng rất đậm bạc, tằn tiện. Họ thường xuyên ăn các thứ sản phẩm tự kiếm được như cua, ốc, cá, tép, rau tập tàng, rau lang, rau dền, rau cải. Xưa kia ít khi người dân có thịt hoặc các loại rau quả cao cấp mà ăn. Bởi khi đó các thứ thực phẩm này rất đắt đỏ, khan hiếm, chỉ có nhà giàu ở thành phố may ra mới có thường xuyên. Những gia đình nông dân nhiều khi nửa năm mới có một lần mua được mỡ lợn để dành chế biến thức ăn.

Tuy vậy, bằng sự cần cù, sáng tạo, người Ninh Bình đã biết chế biến những sản phẩm của mình dù dân dã, rẻ tiền nhưng vẫn rất ngon lành và không kém phần sang trọng. Ai dám bảo ăn cá kho, rau luộc, canh suông là không sang trọng.

Trái lại nếu được chế biến vệ sinh, hình thức đẹp, hợp khẩu vị, có phong cách ăn đẹp thì vẫn là những món ăn không thua kém đặc sản.

Với ý nghĩa đó, ở đây xin được giới thiệu một số món ăn dân dã hay dùng nhất trong dân chúng như các món muối mắm, món kho, món canh, dưa chua... thường thấy ở Ninh Bình.

*

* * *

Về các món mắm muối

Người Ninh Bình cũng như nhiều người dân khác ở đồng bằng Bắc Bộ có quan niệm “Lời chào cao hơn mâm cỗ” nên trước khi ăn thường có lời chào mời người chung quanh để giữ phép lịch sự. Cho đến bây giờ thói quen này vẫn còn duy trì, là nét đẹp văn hoá trước tiên của ẩm thực. Nội dung của lời chào lại cũng rất khiêm tốn, dễ thương. Có khi mời ăn cơm có cá thịt, hoặc cỗ bàn rõ ràng mà người ta vẫn nói rằng: “Mời cơm rau mắm”. Hoặc rượu Kim Sơn rõ ràng mà bảo là: “Xin cùng chén rượu nhạt”...

Trở lại món ăn mắm muối, với người nông dân nghèo xưa ở Ninh Bình là món ăn chủ công. Về muối cũng nhiều món như muối vừng, muối lạc, muối gạch cua, thậm chí đơn giản chỉ một

thìa mắm tôm trộn với hai thìa muối là được món muối mắm tôm. Các món muối này nói chung dễ làm, để được lâu, rẻ tiền vì nguyên liệu chính là muối mặn. Có lẽ chính đặc điểm này mà nhiều gia đình cúng tổ tiên bao giờ cũng có đĩa muối.

Trong số các loại muối, có muối vùng không chỉ phổ biến, tiện dụng mà có hương vị thơm ngon rất hấp dẫn, vừa lành, vừa bổ mà thanh đậm đặc biệt có vị thơm hấp dẫn. Nếu rang rồi bỏ cối giã thì hương thơm chật cả năm gian nhà. Chính bởi vậy cho đến bây giờ có nhiều món ăn cao cấp, nhiều người vẫn còn thích ăn muối vùng, cũng có thể còn do chủ nhân vẫn nhớ về một thời nghèo khổ chỉ có “gừng cay muối mặn”.

Gần gũi với các món muối là các món mắm. Điển hình là mắm tép, mắm tôm, mắm cáy, mắm cua, mắm cá, dân tộc Mường còn có mắm ngoé... Món mắm, thành phần chủ yếu là động vật, phần nhiều là thuỷ sản, thường bỏ thính cho lên men để thời gian thích hợp là ăn được. Các món này khi chế biến phải chú ý khâu vệ sinh, nguồn nước sử dụng phải sạch mới tránh được mắm “ươn”, mắm “thối”. Các loại mắm này dùng được dài ngày, có nhiều chất đậm, vị ngọt, thơm. Món nước mắm được coi là tinh tuý của

món cá (vì nguyên liệu chủ yếu là cá). Nhiều khi chỉ có nhất món trong mâm cơm, đó là bát mắm dùng trong những ngày mưa gió không ra đồng kiếm thức ăn được.

Trong các món mắm ở nông thôn Ninh Bình thường xuyên là mắm tép. Đồng chiêm trũng Gia Viễn có rất nhiều tép. Dân có nghề riu. Thường thấy chồng riu vợ đai tép. Công việc tiến hành vào tháng mười, mười một rất rét mướt vất vả, dầm người trong nước nhưng kể cũng rất vui. Mớ tép tươi nhảy lên rào rào, được bàn tay khéo léo của các mẹ, các chị (mát tay) làm mắm sẽ cho những hũ mắm vừa ngọt vừa thơm. Đối với những người nông dân quanh năm lam lũ mắm tép đỏ au chan vào bát cơm mới trắng phau tưởng không có gì đẹp bằng, thơm ngon hấp dẫn bằng.

Mắm tép được kho với thịt ba chỉ thì ta ăn tám bát liền vẫn còn muốn ăn nữa. Ngoài mắm tép, ngọt rau lang, rau muống non xanh mềm được chấm với bát nước mắm cáy vị đậm ngọt, hương thơm rất riêng cũng không kém phần thú vị. Đạm bạc mà ấm áp tình người.

*

* * *

* Về món kho

Kho cũng có rất nhiều món: kho cá, kho thịt (thịt lợn, gà, bò...), kho đậu, kho tương... Có lẽ đây là một cách chế biến thức ăn có truyền thống lâu đời của dân tộc. Trên khắp các địa phương ở đâu cũng dùng món kho. Món này gắn bó với người lao động nghèo nhiều hơn. Bởi ít khi người ta dùng món này để đai khách sang. Đặc biệt với những nhà giàu họ không dùng món kho để làm cỗ bàn sang trọng. Tuy nhiên ở nông thôn, mãi đến những năm tám mươi của thế kỷ XX, mới thấy vắng bóng dần món thịt kho (còn gọi là thịt rang) trên mâm cỗ.

Đặc điểm chế biến chung của các món kho là cho muối đậm hơn các món nấu, nấu canh, được ninh kỹ lưỡng hơn, là thức ăn có thể để dài ngày.

Có rất nhiều món kho khác nhau và sử dụng nhiều chất phụ gia khác nhau. Thí dụ món cá kho người ta có thể cho thêm chuối xanh cắt khúc hoặc quả gáo bồ đào, quả sung xanh vì đây là những quả có vị chát có khả năng khử chất tanh của cá rất hiệu quả. Mỗi địa phương, thậm chí mỗi gia đình lại có những sáng tạo riêng để tận dụng nguyên liệu, để hợp khẩu vị nên chế biến các món kho khác nhau, độ đậm nhạt, mức

độ dùng lửa kỹ hay sơ tuỳ từng chủ nhân. Sự thay đổi cách thức chế biến còn nhằm tránh sự lặp lại nhầm chán cho các bữa ăn. Chuộng lạ là một trong những yếu tố hiếu kỳ của con người!

Món kho thông dụng cả xưa lẫn nay ở Ninh Bình có lẽ trước nhất là món cá kho niêu đất. Cá kho niêu đất có truyền thống từ lâu ở vùng nông thôn và cả thành thị. Chỉ có điều trước đó đã có thời gian khá dài người ta xem thường nó bởi chuộng thịt lợn, thịt bò hơn. Đến giờ khi các loại thịt lợn đã quá săn đến mức nhảm chán, còn thịt bò giá thành lại quá cao không hợp với túi tiền, nên nhiều người lại thấy món cá kho là món hấp dẫn. Đúng là khẩu vị của mỗi người cũng biến đổi theo thời gian, theo nhu cầu tâm sinh lý lứa tuổi. Hầu hết những người còn trẻ khoẻ vẫn thích ăn những món nhiều đậm, nhiều mỡ. Đó là các loại thịt động vật như lợn, bò, chó, dê, với nhiều gia vị. Còn những người tuổi đã cao thì những món ăn đậm bậc, đỡ ngán như rau quả, cá, tép, cảm thấy dễ ăn và ăn được nhiều hơn. Bởi vậy món cá kho được nhiều người cao tuổi ưa chuộng. Món cá kho cũng được giới trẻ ưa dùng vì không muốn béo phì. Ngoài ra cá kho còn có những ưu thế mà nhiều món ăn khác không có, do được kho kỹ cháy cạnh nên cá kho là món ăn

vừa lành vừa bở dẽ tiêu đối với người yếu ốm; người đẻ, người già dùng rất an toàn. Cá kho để được lâu. Người sành ăn thích ăn cá đồng kho trong niêu đất nhưng phải theo quy trình dân dã nghiêm ngặt mới ngon chứ không phải như cá kho ở nhà hàng - kho cá trong nồi nhôm, chế màu, nhùn rồi mới chuyển sang niêu đất vùi qua lửa. Cá chưa kịp ngấm đủ mùi vị của gia vị đã đem ra dùng. Rồi muốn cho cá kho có chất keo sền sệt hấp dẫn, người ta lại cho thêm ít bột vào, để dậy mùi thì tăng thêm hành, tỏi, mỡ, tăng vị thì tra thêm đường, thêm mì chính. Người ăn cái lưỡi bị đánh lừa. Cái chân chất thơm ngon của cá kho niêu đất đâu còn nữa? Nhưng dù sao cá kho ở các nhà hàng vẫn được coi là đặc sản hấp dẫn.

Sau món cá kho là món thịt kho. Còn gọi là món thịt rang cũng được người dân Ninh Bình dùng nhiều. Tuy nhiên, cách đây khoảng năm chục năm, món này người nghèo cũng ít được ăn, một năm chưa nồi năm bảy lần. Thịt kho (thịt rang) cũng có nhiều loại như thịt lợn, thịt gà, thịt bò... Đã gọi là thịt kho thì thường có vị đậm, đồ ít nước để dành ăn được vài ngày. Những gia đình đông người thường dùng món thịt kho cho tiện.

*

* * *

* Món canh

Sau câu cửa miệng của người nông dân “cơm mắm muối” là “cơm canh” “cơm rau”. Canh là một trong những món ăn chủ lực, có thể là duy nhất trên mâm cơm của nhiều gia đình nông dân xưa. Mâm cơm có món kho, món canh đã là khá tươm tất. Vì được dùng thường xuyên nên cơm với canh hầu như là một cặp song hành. Hai vợ chồng khó ở với nhau, tình cảm vợ chồng bị sứt mẻ, dân gian nói rằng “cơm chẳng lành canh chẳng ngọt”.

Trên mâm cơm của người bình dân thường có ba thứ thường xuyên đó là rau, mắm (muối) và canh. Nhiều người cảm nhận rằng cơm có canh “dễ nuốt” và mát ruột hơn, hình như nó có tác dụng giải nhiệt nhanh chóng hơn. Món canh giàu tính thiên nhiên và đậm đà hương vị đồng nội và mang sắc thái địa phương rõ rệt. Bởi ở vùng nào có nhiều loại rau quả gì ăn được thì thường lấy loại đó làm nguyên liệu cho nồi canh của mình.

Cũng là những món ăn có nhiều nước nhưng chỉ có kèm theo rau quả người ta mới gọi là món

canh như: canh bí, canh bầu, canh rau đay, canh rau ngọt canh cải, canh cần. Nếu không có các thứ rau quả kèm theo ấy thường được gọi là riêu, dấm nấu, riêu cua, dấm cá, nấu cá nhạt... Trong món canh, nước chiếm tỷ trọng lớn nhất, dùng để chan cơm. Nói về canh rau, ca dao của ta có nhiều câu thật chí lý cho những ai chỉ muốn “trâu ta ăn cỏ đồng ta”;

Có con mà gả chồng già

Dù bát canh cần nó cũng đem sang

Thú vị hơn lại có câu ca:

Râu tôm nấu với ruột bầu

Chồng chan vợ húp gật đầu khen ngon

Dù nghèo đến mấy người ta cũng không thể đừng ruột bầu nấu canh mà ăn. Nhưng ở đây ruột bầu được nấu canh với râu tôm mà khi hai vợ chồng cùng ăn lại thấy ngon lành. Cái ngon ở đây phải chăng là cái ngon trong tình cảm yêu thương nó đã hoá thân vào cả sự vật, khiến ruột bầu kia cũng thành ngọt ngào tươi mới và đem lại cho người thưởng thức tình yêu đạt dào hạnh phúc. Có rất nhiều loại canh, canh chua (rau quả có vị chua): canh khế, sấu, chấp, me, dưa chua, canh ngọt, các loại cá cua thịt kết hợp với các rau quả củ.

Quen thuộc nhất ở Ninh Bình là các loại canh rau cải (cải bắp, cải củ, cải bẹ). Cá rô, cá quả, cá trê đồng mà nấu với cải bẹ bỏ thêm gia vị gừng thì thơm, cay đậm mùi ngon miệng biết mấy. Các loại cá trên nấu với rau cần cũng không kém phần hấp dẫn.

Với loại cá đồng này ta có thể nấu với nhiều loại rau củ quả khác nhau như bắp, bí, mướp đắng rất ngon, rau quả thường có đủ phụ gia vị. Còn nấu với gì, đậm nhạt ra sao lại tùy thuộc vào điều kiện và khẩu vị của mỗi địa phương, mỗi người không thể có công thức chung.

Điều đáng lưu ý, bữa cơm có món canh người ăn phải có hiểu biết, từ tốn gìn giữ nếu không dễ trở thành người thiếu văn hóa ẩm thực. Khi ăn cơm có canh, cha mẹ thường nhắc nhở con cháu: phải nhai kỹ lừa hết xương (nếu là canh cá) kéo chết hóc thì tội. Khi nuốt cơm canh cần từ từ nhẹ nhàng nếu hộc tốc sẽ phát ra những âm thanh “roàn roạt”, “ùng ực”, “xì xụp” khó nghe, thậm chí bị sặc rau canh töi ra hai lỗ mũi. Nếu ăn canh suông hoặc canh cua có cà ghém khi cắn ghém phải lựa phần mấu của quả cà vào phía trong vòm miệng, nếu không quả cà sẽ phut toé hạt ra ngoài, bắn vào người chung quanh, mất lịch sự.

Còn nữa, cầm thìa hoặc mõi chan canh cho đúng kiểu, chớ làm động tác chan canh như tát nước, hoặc để thìa mõi nằm ngửa hớ hênh giữa bát canh trông không đẹp mắt. Mặt khác mức canh cũng đừng vục mạnh cho đầy mõi hoặc chan canh đầy bát để canh khỏi văng tràn ra ngoài...

*

* * *

* Món dưa chua

Dưa cũng có nhiều món, đặc trưng chung là vị chua, nguyên liệu chủ yếu là cây, lá, củ, quả trồng hoặc kiếm được trên ruộng vườn. Ủ dưa chua thực chất là quá trình gây men để cây, củ, quả có vị chua ngọt dùng trong thời gian khá dài mà không hỏng. Tuy nhiên nếu không cẩn thận, trong khâu vệ sinh tẩy rửa sạch nguyên liệu, đồ đựng và nguồn nước để làm dưa hoặc để nơi nhiệt độ quá cao dưa sẽ dễ bị ủng, khú. Mà dưa đã bị khú thì chẳng khác nào “nước mắm cáy chấm lòng lợn thiu”. Dưa khú, cà thảm chỉ có bỏ đi là tốt nhất.

Dưa chua không chỉ đơn giản là món ăn rẻ tiền, tiện dụng mà nó còn thuộc phong cách, sở thích của người dùng. Trong mâm cỗ nơi đình đám hoặc nhà hàng sang trọng, lúc nào cũng có

đôi ba người chọn gấp miếng dưa chua làm khai vị. Một là người ta cảm thấy như vậy là từ tốn hơn, hai là nó có tác dụng kích thích tuyến nước bọt hoạt động mạnh ngay từ đầu để ăn các thứ sau ngon miệng hơn, ba là có những người thích ăn của chua, dưa chua thực sự nên cứ đụng dưa vào bát dưa nhiều lần.

Đĩa dưa ngon trước nhất phải có độ chua vừa phải hợp khẩu vị, nếu bị mặn quá sẽ mất vị ngọt của dưa. Dưa cần được nén chặt, lấy ra còn mới, cứng, ăn cảm thấy giòn, không có vị đắng chát. Dưa ăn ở nhà hàng hiện nay dễ có những nhược điểm, do cây quả thường được người ta chăm bón bằng nhiều phân hóa học và chất kích thích.

Dưa trước hết là món ăn bình dân, ít khi người ta bày dưa lên những mâm cỗ bàn sang trọng. Tuy nhiên cũng có những món dưa chua cao cấp hay dùng trong ngày Tết âm lịch như dưa hành.

Món dưa cũng có nhiều loại và theo khẩu vị riêng mà người ta ưa dùng loại nào. Trong những ngày mùa bận rộn người ta thường ăn dưa thay rau tươi cho tiện. Dưa có thể làm từ các củ (hành, củ cải, kiệu, su hào), quả như (dưa chuột, cà ghém, ngô bao tử...), thân lá (các loại rau cải,

rau cần rau má...) cùng một số gia vị (như mía, đường, giềng, rau răm, hành tươi ...).

Tóm lại, món dưa chua xứng đáng là người bạn đồng hành của những món ăn giàu đạm, nhiều mỡ khác góp phần cho sự ăn uống thêm phong phú, thú vị.

Ngoài những món ăn dân dã, đại chúng, sẽ là thiếu sót nếu không điểm qua vài nét về các món ăn chay, ăn kiêng của bộ phận đồng bào theo đạo ở Ninh Bình. Như ở phần trên đã giới thiệu Ninh Bình có hai tôn giáo lớn: Phật giáo và Thiên Chúa giáo. Tỷ lệ những người dân theo đạo ở đây là không nhỏ. Cả hai đạo có ở Ninh Bình khá sớm, đạo Phật phát triển mạnh từ thời Đinh, Lý, Trần, Lê. Đạo Thiên Chúa có sau nhưng so với nhiều nơi cũng thuộc diện sớm. năm 1627 đã có xứ đạo ở Hảo Nho, Yên Mô, sau đó hình thành nhanh chóng ở Kim Sơn, Yên Khánh...

Người có đạo theo một tín ngưỡng riêng nên ngoài những nét văn hoá chung họ còn có những nét riêng biệt trong đó có phong cách ẩm thực thể hiện rõ nhất trong các món ăn chay, ăn kiêng.

Quy định việc ăn chay, ăn kiêng của cả hai đạo có mục đích gần như nhau và rất chặt chẽ cụ

thể. Song mỗi đạo cũng có những điểm khác nhau, đạo Thiên Chúa, theo giáo luật khoản 1258, Hội đồng Giám mục Việt Nam có quyết định: buộc ăn chay và kiêng thịt hai ngày là Thứ Tư Lê Tro và Thứ Sáu Tuần Thánh. Các ngày thứ sáu quanh năm, có thể thay kiêng thịt bằng một việc đạo đức hay một việc từ thiện bác ái... Về tuổi có quy định: các tín hữu đủ 14 tuổi tròn buộc kiêng thịt, đủ 18 tuổi tròn buộc ăn chay đến hết tuổi 59 sang tuổi 60.

Những quy định của đạo Phật còn sâu rộng hơn, không chỉ ăn kiêng theo ngày, mùa chay như Thiên Chúa giáo mà ăn kiêng, ăn chay liên tục đối với các tăng ni, Phật tử, các tín đồ và cả những người sùng đạo tự nguyện thực hiện. Đối với các Phật tử tại gia, đạo Phật nêu cụ thể hai loại giới là ngũ giới và bát quan trái giới. Điều đáng lưu ý cả hai loại giới này đều có hai điều liên quan trực tiếp đến ẩm thực đó là:

- Không sát sinh - (không ăn thịt)
- Không uống rượu

Cơm chay của những người theo đạo Phật 100% là thực vật gồm các loại cây, củ, quả, lá, hoa... Cơm chay hiện nay được chế biến rất đa dạng, có hình thức giống các món ăn mặn của

người đời: cũng có các món giống như thịt gà, tôm, cá, cua, chả... Chỉ có điều nguyên liệu để làm nên những thứ đó toàn bộ là thực vật.

*

* *

** Món tôm rán*

Người ta có khuôn đúc thành hình con tôm, có đốt, râu mắt đầy đủ như tôm thật. Nguyên liệu gồm bột gạo nếp, đậu, lạc, vừng... và đồ gia vị khác cũng toàn là thực vật như hành tỏi, ớt, hồ tiêu, rau thơm... Những con tôm trên được rán kỹ thành món ăn vừa giòn, vừa dẻo, có vị thơm ngon rất lạ miệng không giống hương vị tôm thật đem rán. Tất cả do nghệ thuật tạo hình, tài năng chế biến của các đầu bếp nhà chùa.

*

* *

Món cá lác kho

Món này làm bằng nõn khoai ngứa, nhồi trong ruột là bột lạc vừng, đậu, cùng các thứ phụ gia khác. Sau khi thành hình cá lác người ta đem rán kỹ với dầu thực vật, sau cùng đem kho kỹ với tương hoặc xì dầu. Ăn có vị bùi, ngọt, đậm đà, có hương thơm quyến rũ.

*

*

*

Món gà quay

Thoạt nhìn khách được mời ăn lầm tưởng được các nhà sư thiết đãi bữa thịt gà quay ra trò bởi nhìn trên mâm cơm thấy con gà được quay vàng rộm, da bóng nhẫy, có đủ mào, đùi, thân, cánh... rất sinh động hấp dẫn. Chỉ khi nào đụng dĩa, thìa vào con gà ấy để lấy từng miếng ra ăn khách mới biết đó không phải là thịt gà mà toàn là thức ăn chay làm bằng bắp chuối, quả chuối luộc, đậu phụ, lạc vừng, măng miến và nhiều phụ gia khác. Có cả những đắn mía làm như xương gà rất khéo léo, người ăn cũng phải róc lấy thịt, nhai xương, nhả bã như kiểu ăn thịt gà quay thật. Chỉ có điều khách được dịp thưởng thức những hương vị mới lạ tổng hợp - béo, bùi, ngọt, ngọt ngon và thơm thảo rất đặc biệt.

Cơm chay ở Ninh Bình mới thấy có trong phạm vi nhà chùa, nhà thờ. Đôi khi, phải nhập cơm chay cao cấp từ nước ngoài như Đài Loan, Hàn Quốc, Thái Lan. Trong đó có các vị là thuốc bắc chữa bệnh và bổ dưỡng. Ninh Bình cũng chưa có những cửa hàng chuyên phục vụ cơm chay cho nhu cầu của cả những người ngoài đạo

như một số thành phố lớn đã làm (Hà Nội, Huế, Sài Gòn...)

Xu hướng thích ăn cơm chay càng tăng. Đời sống phát triển, thực phẩm động vật đã khá dồi dào nhất là ở thành phố. Cần ăn cơm chay là một nhu cầu thực tế của nhiều người nhằm thưởng thức văn hoá, nghệ thuật ăn uống đã dành và ít ra cũng có thể làm chậm quá trình béo phì.

Ăn uống để tồn tại và phát triển là nhu cầu tất yếu của con người. “Có thực mới vực được đạo”. Ông cha ta từ xa xưa biết rõ điều đó. Trong thực tế ta thấy ai hoạt động nhiều, lao động khoẻ cũng ăn khoẻ.

Cái sự ăn của mỗi vùng miền, mỗi dân tộc, tôn giáo, mỗi giai đoạn, hoàn cảnh có những điểm ít nhiều khác nhau. Ngay trong một gia đình phong cách khẩu vị của mỗi người cũng khác nhau. Mỗi người đều có sở thích, khẩu vị riêng. Giữa họ có không ít những điểm chung cùng phong cách ẩm thực nhưng cũng có vô số những đặc điểm riêng muôn màu, muôn vẻ. Do vậy ở đây tôi chỉ xin được nêu vài nét một số khía cạnh về văn hoá ẩm thực của người Ninh Bình để bạn đọc tham khảo.

Tóm lại, cũng như nhiều địa phương khác, người dân Ninh Bình đã trải qua nhiều triều đại hà khắc, nhiều cuộc chiến tranh dai dẳng ác liệt, thêm nữa là tinh miền duyên hải thường gánh chịu nhiều lần lũ bão, nắng hạn nên việc sản xuất gặp nhiều khó khăn, vất vả, kinh tế phát triển chậm, đời sống sinh hoạt thiếu thốn, nghèo nàn. Cái ăn, cái mặc phải tằn tiện với phương châm “ăn lấy chắc, mặc lấy bền”, ít ai dám nghĩ tới “ăn ngon mặc đẹp”. Vì vậy, những món ăn dân dã, rẻ tiền hoặc dễ hái lượm trong tự nhiên và chế biến đơn giản thường chiếm ưu thế hơn trong bữa ăn của người dân mà khi ấy chủ yếu là nông dân.

Mấy chục năm gần đây, tình hình ẩm thực đã khác xưa nhiều, do các mặt kinh tế - xã hội ổn định và phát triển nhanh chóng, nhất là lương thực, thực phẩm khá dồi dào. Trong các nhà hàng, người ta bỏ rượu, uống bia. Dùng “mâm cao cõi đầy” toàn đồ “xin” Á, Âu: nào giò, nem, ninh, mọc, trứng tráng, chim quay... nhưng rồi những món lạ, chất lượng cao ăn nhiều rồi cũng ngán, người ta lại quay về với những món dân dã ắp đầy hương đồng gió nội, tất nhiên ở trình độ cao hơn về phương pháp chế biến và phong cách ẩm thực.

Ngoài chợ, những thứ mấy chục năm vắng bóng nay lại trở về. Người ta bán cả rau má, rau tập tàng, rau lang, rau đậu, hoa chuối, cá đồng đắt hơn cá biển, cá nuôi, gà ri, gà rừng đắt hơn gà công nghiệp.

Trong nhà hàng, khách sạn, tôm, cua, cá kho niêu đất, ốc ếch trở thành đặc sản...

Vậy là xu hướng tìm về cội nguồn, quay trở lại với các món ăn dân tộc, dân dã đang hiện hữu.

Ninh Bình cơ bản là một tỉnh đồng bằng miền duyên hải phía Bắc nên có phong cách ẩm thực riêng, phát triển trên nền văn hoá đó. Thức ăn dân dã của họ gắn với nguồn thuỷ hải sản dồi dào khai thác được tại chỗ. Đa phần những thức ăn quen thuộc xưa nay trở thành đặc sản như tôm, cua, ốc nhồi và cá đồng chiếm tỷ lệ cao trong bữa ăn. Bữa cơm của người Ninh Bình khá giản dị, thường chỉ có một món mặn (mắm muối) và một món nhất canh hay xào, luộc, nấu; trước khi ăn có chào mời lẫn nhau, chủ yếu là người dưới mời người trên, người ít tuổi mời và nhường nhịn người cao tuổi và trẻ nhỏ. Nhà đồng người thường cùng ngồi ăn bằng mâm chõng tre hay trải chiếu xuống nền nhà. Có người ngồi đầu

nồi để xới cơm cho mọi người. Vị trí này thường do người phụ nữ trong nhà như các bà mẹ, con dâu hay con gái của gia đình đảm nhiệm. Họ thường bận rộn, tất bật, vất vả thậm chí chịu nhiều thiệt thòi trong bữa ăn. Nhưng do nếp nhà, người phụ nữ cứ thấy là trách nhiệm, là lẽ phải, nên rất vui vẻ, tự nguyện làm nhiệm vụ mà không hề suy bì, so hogn tính thiệt.

Còn ở đình đám, người phụ nữ thường nhường bước cho các đấng mày râu. Nếu buộc phải đi thì họ tự tìm cho mình nơi thích hợp, thường là cung giới, bằng vai phải lứa, ngang tầm vị trí xã hội, họ tộc... và tuân thủ nguyên tắc “ăn đưa xuống, uống đưa lên” và ăn trông nồi, ngồi trông hướng mới là người hiểu biết.

Có điều, tuy không phải là nét văn hoá nhưng cũng thấy khá phổ biến ở Ninh Bình trước đây, nhất là số người cao tuổi, thường ăn cơm xong rồi vẫn ngậm cái tăm trong miệng, có khi đi khắp xóm làng mà vẫn cứ ngậm cái tăm. Có người lý giải rằng để dễ từ chối ăn uống khi được mời. Cũng có người lại cho rằng, đây là giữ sĩ diện rằng ta vẫn có cơm ăn, chứ không phải hạng “nghèo, hèn” đâu nhé. Thực hư chưa rõ, nhưng hiện nay không còn trường hợp nào như thế.

Nếu là người miền Bắc, nhất là vùng duyên

hải, thấy phong cách như trên của người Ninh Bình không có gì độc đáo. Đó là điều tất yếu, bởi họ cũng có cùng nền văn hoá, rất gần nhau về phong cách ẩm thực, sự khác nhau ít thôi là điều dễ hiểu. Nhưng nếu đi sâu vào những món ăn hợp khẩu vị cụ thể của người Ninh Bình và so với ẩm thực miền Trung, miền Nam, họ sẽ thấy rõ Ninh Bình quả có những đặc điểm riêng, ít nhiều giống Nam Định, Hà Nội nhưng không giống hoàn toàn, có những điểm, những nét giống với Bắc Trung Bộ (Thanh Hoá, Nghệ An). Điều này càng làm tăng thêm những nét đẹp phong phú, đa dạng nhưng vẫn giữ được đậm đà bản sắc của địa phương Ninh Bình.

Cũng cần nói thêm: Du lịch và văn hoá ẩm thực có nhiều duyên nợ với nhau. Cái này tôn vinh và làm đẹp cho cái kia và ngược lại. Một vùng du lịch lý tưởng không chỉ có cảnh quan, môi trường hấp dẫn mà còn là nơi có văn hoá ẩm thực phong phú đầy ấn tượng.

Ninh Bình chính là nơi có đầy tiềm năng về
phương diện này, tuy nhiên văn hoá ẩm thực
chưa được khai thác hết. Hy vọng “đôi uyên
ương” này sẽ được gắn bó hơn nữa để du lịch
Ninh Bình ngày càng hấp dẫn du khách mười
phương.

Phân II

ĐẶC SẢN ẨM THỰC

NINH BÌNH

ỐC NHỒI GIA VIỄN

Khoảng chục năm trở lại đây, trong các món ăn được gọi là đặc sản của nhà hàng, khách sạn ở Ninh Bình là món ốc nhồi được chế biến thành nhiều món như ốc luộc, ốc xào, ốc nấu...

Ốc nhồi có ở nhiều nơi, săn nhất là ở vùng đồng chiêm trũng thuộc địa phận huyện Gia Viễn (tỉnh Ninh Bình). Ở đây có nhiều đầm ao, sông ngòi, đồng chiêm trũng quanh năm ngập nước, nhiều loại cây cỏ, rong rêu dưới nước là môi trường tốt cho ốc nhồi cư trú, sinh sôi nảy nở. Ốc nhồi ở đây xưa nay so với nơi khác không chỉ nhiều về số lượng mà chất lượng cũng thơm ngon hơn hẳn. Do vậy các khách sạn, nhà hàng thường lên tận nơi mua về làm món đặc sản.

Vì sống ở môi trường nước sạch nên vỏ ốc nhẵn bóng, thân tròn đầy, khi cầm thấy chắc tay, chứng tỏ ốc đang béo, ruột chứa đầy trong vỏ. Kích cỡ ốc nhồi ở đây thường bằng quả trứng gà, trứng vịt. Đây cũng chính là tiêu chuẩn chính để chọn ốc nhồi có chất lượng cao. Xưa kia săn ốc người ta đóng bán bằng thúng, rổ xè hoặc bán lẻ bằng mớ, bây giờ khan hiếm người ta bán ốc bằng cân hoặc đếm con (trăm, chục...) Người sành ốc nhồi không bao giờ nhầm với ốc bươu

vàng (có vỏ vàng, miệng mỏng, loe). Người ta nhìn qua đã biết ốc nhồi của vùng nào, còn sống hay chết, béo hay gầy. Theo kinh nghiệm xem thời tiết của ông cha ta “ốc nồi rìa ao, có mưa rào là tạnh”. Đang mưa thấy ốc nhồi nổi lên quanh bờ ao là sắp hết mưa. Khi ốc nổi, người ta dùng vợt hoặc rổ để xiu lấy. Nếu ốc bò ngầm dưới nước người ta mò bắt bằng tay.

Chọn được ốc nhồi ngon theo tiêu chuẩn rồi nhưng cần phải có kỹ thuật chế biến để hợp khẩu vị. Riêng vùng Gia Viễn (Ninh Bình) vẫn thường dùng các món chính là ốc luộc, ốc xào và ốc nấu. Trước khi đưa vào chế biến thành các món ăn, người ta thường ngâm ốc vào nước gạo một ngày hoặc pha tí ớt, để vài giờ ốc sẽ thải bớt nhớt, cáu bẩn, cặn bã. Sau đó rửa ốc thật sạch, chặt bỏ phần đuôi nhọn đi rồi đem luộc (hoặc hấp).

Món ốc luộc (hấp càng tốt) người ta có thể thêm lá chanh, lá gừng để khử mùi tanh. Ốc luộc kỹ, ăn nóng, thường dùng dĩa hoặc tăm nhọn, cần có bát nước chấm thật dậy mùi có đủ gia vị như: nước mắm, gừng, đường, chanh, ớt, tỏi... Món ốc luộc đem lại cho người ăn cảm giác mới lạ, vừa mát mềm nơi mặt lưỡi, vừa cứng giòn nghe rùn rụt nơi chân răng, vừa chua chua, ngọt ngọt, cay cay râm ran cả vòm miệng.

Món ốc xào: nếu ruột ốc to quá người ta thái nhỏ từng miếng vừa phải, rồi trộn kỹ với các gia vị như riềng, mè, mắm tôm, nước mắm, khế, gừng... để khoảng 15 - 20 phút rồi phi hành mỡ xào ốc, có thể thêm ít rau quả làm phụ gia. Rau muống có vị chát nên ở nông thôn thường xào, nấu với ốc rất dễ ăn.

Món ốc nấu: món này thường có phần phụ gia là rau, củ quả. Thích hợp nhất là ốc nhồi nấu với củ chuối, cây chuối, hoa chuối thái nhỏ thành sợi hoặc nấu với quả chuối xanh thái lát dày. Ốc nấu cũng cần có gia vị gần giống món xào. Nước đổ vừa phải nấu thật nhừ, sao cho bát nấu ốc có cái và nước sánh đặc không đẻn đoảng. Trước khi tắt lửa, bỏ thêm lá lốt, mùi tàu thái nhỏ đảo đều, nồi ốc sẽ dậy mùi hấp dẫn.

Trước đây ốc nhồi là món ăn dân dã thường xuyên vì rẻ tiền, dễ kiếm ở vùng quê nghèo, lam lũ. Vậy nên ở vùng này có thịnh hành câu ca như một lời khuyên hàm chứa nhiều ý vị của những người nông dân giàu kinh nghiệm: “Muốn ăn cua rốc, ốc nhồi, đem con mà gả cho người đồng chiêm”. Không ngờ việc “ăn cua rốc, ốc nhồi” không cần phải về với đồng chiêm xa xôi nữa mà ngay giữa chốn thị thành “cua rốc, ốc nhồi”, nghiêm nhiên đã lên ngôi “đặc sản”, được nhiều du khách ưa dùng.

CÁ RÔ TỔNG TRƯỜNG

Tổng Trường nay là xã Trường Yên đất Cố đô Hoà Lư có đền Đinh Lê, trước kia thuộc huyện Gia Viễn: vùng đồng chiêm trũng, hàng năm chỉ cấy được một vụ lúa chiêm. Gặt hái xong, nước cỏ không cắt được rạ. Lớp lúa non từ gốc rạ ngoi lên cho hạt gọi là lúa dài hay còn gọi là lúa chét. Cá rô ở đây săn cái ăn quanh năm nên to con và béo vàng chứ không như loại cá rô nơi khác thân dài, lép, có màu đen xám hoặc xanh xao, nhỏ con. Cá rô Tổng Trường cũng như ở nhiều nơi khác béo lên vào tháng hai - ba; tháng tám nước cỏ đầm điktig, đa số mất mùa nên cá rô cũng gầy guộc. Có lẽ vì vậy mà tồn tại câu tục ngữ:

Cá rô tháng tám chẳng giám bảo ai

Cá rô tháng hai bảo ai thì bảo

Cá rô Tổng Trường có thịt rắn, vàng, thơm ngon đặc biệt. Người ta có thể chế biến thành nhiều món ăn như: rang, rán, nấu canh hoặc kho khô... Nếu uống rượu, người ta thích dùng món rang hoặc rán giòn, còn ăn cơm thường dùng món canh và kho.

Món rô rang không tốn mỡ, còn nguyên chất cá rô. Khi được om kỹ bằng ngọn lửa, than rơm hoặc củi lom dom. Thịt cá rô chín mất dần nước, cá xương, thịt cá trở nên giòn bùi, ngọt và thơm phức. Người ta thường chọn loại cá rô ron, dùng niêu đất rang thật cháy cạnh, còn nóng hổi, chấm với nước mắm gừng hoặc ớt cho tí chanh chua thì thật là thú vị.

Món rô rán cũng cần rán kỹ cháy cạnh, ăn lúc còn nóng mới cảm nhận được đầy đủ cái giòn, bùi, ngọt thơm lừng của cá rô. Canh cá rô cũng không kém phần hấp dẫn. Người ta luộc cá, gỡ xương giã (nghiền) lọc lấy nước ngọt nấu canh. Thịt cá rô xào lên cùng các gia vị, tối thiểu phải có gừng giã nhỏ, nước mắm ngon, nấu cùng rau cải xanh là thích hợp nhất. Món canh cá rô nấu rau cải có vị ngọt, thơm rất riêng. So với loại canh cá khác, nấu canh cá rô mất nhiều thời gian và cầu kỳ hơn, bởi “ngon tốn của, khéo tốn công”

Ngoài món canh, cá rô còn được kho khô, là món ăn rất quen thuộc với nhiều người ở nông thôn. Khi xưa kho cá nói chung, kho cá rô nói riêng người ta phải tự chế lấy kẹo đắng là thứ

đường mía được chưng, cô đặc có màu nâu mật; khi kho với cá có tác dụng tẩy hết mùi tanh và nhuộm cá có màu đậm đà ưa nhìn; khi ăn có vị ngọt, bùi dịu êm. Người ta kho cá rô với nước mắm xì dầu hoặc với tương, không quên thái vào đó vài lát gừng cho cá kho thêm hương sắc. Trứng cá rô bùi ngọt, thơm ngon hơn bất kỳ loại trứng cá nào. Không chỉ thơm ngon, cá rô kho còn rất lành có thể dùng nhiều bữa cho phụ nữ thai nghén, sinh nở hoặc người già đau ốm.

Có lẽ từ thực tế ngon lành, bổ dưỡng đặc biệt của cá rô nói chung, cá rô Tổng Trường nói riêng mà trong dân gian vùng Cố đô Hoa Lư (Ninh Bình) đã từ lâu lưu truyền câu ca;

Đi thì nhớ cậu cùng cô

Về thì nhớ mai cá rô Tổng Trường.

TÁI DÊ CỐ ĐÔ

Cố đô Hoa Lư nằm trên đất Trường Yên huyện Hoa Lư, tỉnh Ninh Bình, cách Hà Nội hơn chín chục cây số. Nơi đây có nhiều núi đá vôi phủ xanh cây cối tạo nên bức tường thành tự nhiên vững chãi như bao bọc, bảo vệ cho kinh đô Hoa Lư xưa và đền Đinh - Lê, một di tích lịch sử quan trọng của quốc gia.

Cũng tại nơi đây, từ lâu đã có một món ăn đặc sản nổi tiếng mà thiên nhiên đã ban tặng cho nhân dân trong vùng và du khách thập phương, đó là món tái dê (Sơn Dương) Trường Yên. Nhiều nơi khác cũng có món ăn này, nhưng món tái ở vùng Cố đô Hoa Lư có hương vị riêng. Không chỉ vì nó là đặc sản của vùng Cố đô mà nó hấp dẫn, ngon lành bởi có nhiều đặc điểm từ môi trường sinh trưởng và cách làm thịt dê, chế biến món ăn, gia vị.

Khi thưởng thức thịt dê Trường Yên, những người sành điệu có chung một nhận xét: thịt dê ở đây vừa thơm, ngon ngọt vừa mát lành hơn nhiều vùng khác và lý giải rằng: loài dê nơi đây ăn toàn lá cây, cỏ mọc hoang dã trên núi đá vôi

cao, lồng lộng nắng gió, khí trời. Trong số đó lại có nhiều cây thuốc bổ mát có giá trị và rất quý hiếm, đến con người cũng chưa biết hết được. Thêm nữa, dê núi ở đây thường phải di chuyển nhiều, kiếm ăn trên các sườn núi cheo leo có nhiều mỏm đá “tai mèo” nhọn sắc, đòi hỏi thân hình phải thon thả khoẻ mạnh uyển chuyển, với bốn chi thật săm săn vừa dẻo dai vừa rắn chắc, linh hoạt, thích nghi với việc nhảy nhót leo trèo chuẩn xác. Được ăn thịt loại dê này sẽ có ích rất nhiều cho sức khoẻ so với ăn thịt dê sống ở vùng đồi thấp hoặc đồng bằng, hay chăn dắt, nuôi dưỡng tại gia. Cũng tương tự như hiện nay thịt gà rừng, gà ri có giá hơn nhiều so với thịt gà công nghiệp được nuôi dưỡng trong chuồng trại.

Thịt dê ngon lành còn do người ta biết cách làm và chế biến các món ăn. Ở mỗi địa phương có cách làm, cách chế biến thịt dê khác nhau.

Riêng ở Trường Yên kỹ thuật này khá độc đáo: để bớt được hơi hoi trước khi cắt tiết, người ta thường đánh cho dê lăn lóc, la hét để các tuyến mồ hôi, hơi hoi thoát bớt ra ngoài theo các lỗ chân lông và hơi thở của dê. Sau đó người ta chặt lấy tiết. Muốn có món tiết canh dê ngon

lành người ta tìm cắt đúng tia hồng gần giống như lấy tiết thịt chó. Khi đã lấy tiết xong tốt nhất là thui dê ngay bằng rơm còn mới, khô và thơm. Để bớt hoi và thơm thịt. Cần nhét lá ổi hoặc lá từ bi vào bụng dê trước khi thui, bao giờ thấy da dê vàng rộm là được. Thịt dê có thể chế biến thành các món ăn:

- *Món tiết canh dê*: Món này có thành phần tổng hợp chủ yếu là tiết dê và phần phụ băm nhỏ như thịt, bì, lòng, sụn... và các gia vị khác như vừng rang, hạt tiêu, lạc, rau thơm... Có nơi người ta uống luôn tiết dê tươi bằng cách hứng tiết chảy vào gáo dừa rồi truyền tay nhau uống khi tiết còn đang nóng hổi. Uống tiết dê kiểu này người ta cho rằng vừa vệ sinh, vừa hưởng trọn vẹn chất tươi nguyên, bùi ngọt, mát lành của tiết dê và cũng là một thú vui ẩm thực có tính cộng đồng.

- *Tái dê*: là món đặc sản nổi tiếng nhất không chỉ ở vùng Trường Yên Hoa Lư còn của cả vùng Ninh Bình trong đó có khu du lịch Tam Cốc - Bích Động được coi là “Nam thiên đệ nhị động”. Tái dê có ba loại chính. Tái nhúng là thịt dê thái mỏng nhúng vào nước đang sôi. Tái lăn là thịt dê

thái mỏng được áp qua chảo nóng và tái vừng thịt dê tái thái mỏng b López kỹ với vừng hoặc lạc rang tán nhỏ cùng các gia vị khác. Ăn kèm với tái dê nhất thiết phải có món tương Bần (làng Bần Hưng Yên) mới xứng, có thể kèm theo một số gia vị khác như rau thơm, ớt, tỏi, gừng tùy theo “khoái khẩu” từng người. Miếng tái dê thường được gói trong lá sung hoặc bánh đa tráng mỏng cho tiện như các nhà hàng thường làm hiện nay. Cách ăn thú vị hơn cả là dùng tay kết hợp với đũa để nhón nhặt, gói ghém chấm cháp nhai chậm ngon lành. Tái dê là một món ăn có hương vị phong phú hấp dẫn bởi nó thơm ngon, chua ngọt, chát bùi, tươi mát, nhẹ nhàng thú vị. Tất cả quyện thành một hương vị riêng không giống bất kỳ món ăn (tái) nào khác - tái dê là món ăn ôn hoà không nóng như thịt chó. Ăn được cả tứ mùa, dùng trong lễ tết, giỗ chạp, cưới xin cũng được không phải kiêng kỵ như thịt chó, thịt trâu, thịt vịt... Nó là một sản phẩm của núi rừng, cỏ cây thiên nhiên, là món ăn đậm đà hương vị dân gian.

Ngoài món tái dê, thịt dê còn chế biến được nhiều món khác cũng rất ngon lành thú vị như dê

nướng, dê hấp, lẩu dê, sốt vang, dê hầm... Người ta dùng xương dê nấu cao dê, ăn bổi gân cốt - cao dê còn có tên là “bách thảo cao” vì dê ăn hàng trăm thứ lá cây cỏ trên núi. Người ta còn dùng bào thai dê hoặc dai dê để ngâm rượu uống, có tác dụng khác nhau nhưng đều là bồi bổ sức khoẻ.

Chung quanh các món ăn uống từ con dê còn nhiều điều thú vị nữa mỗi địa phương có những chi tiết, tình tiết về chế biến, sử dụng, thường thức khác nhau. Riêng ở vùng Trường Yên Hoa Lư - Ninh Bình có di tích lịch sử vừa là nơi danh thắng nổi tiếng, nhiều du khách về đây thường thưởng thức đặc sản tái dê, dù chỉ một lần cũng đủ để lại ấn tượng tốt đẹp khó quên. Chả thế mà ở đây đã truyền miệng câu ca dao không rõ từ bao giờ:

Tái dê chấm với tương gừng,

Ăn vào mới thấy bừng bừng máu dê.

Người ơi, người ở đừng về

Chiều nay ta lại tái dê tương gừng!

RƯỢU KIM SƠN

Vừa mở nút chai ra là ta đã cảm nhận được ngay cái đặc biệt hấp dẫn của hương nếp mới ngọt ngào, lan tỏa khắp phòng. Cánh mũi bỗng như mở rộng, pháp phòng để tận hưởng hương thơm nồng nàn, dịu mát và đầy quyến rũ của hương đồng gió nội. Cùng chung vui, ta nâng chén lên, rượu lung linh, trong trẻo kề sát môi mềm, bốn mươi độ mà cứ dịu êm thơm thảo. Cái vị cay cay, tê tê nơi đầu lưỡi rồi râm ran cả vòm miệng làm lan tỏa, thoảng thông cả làn da khiến ta có cảm giác lâng lâng, ngất ngây và bay bổng. Tỷ lệ lượng đã khá, tuy say xưa nhưng đầu không bị đau nhức, choáng váng. Chất men thơm cứ quấn quýt, nồng nàn lôi kéo và biết bao khoái cảm. Tất cả những hương vị, những cảm nhận được như vậy đều do nhiều người đã được chiêm nghiệm thường thức đã nói rằng chỉ thấy biểu hiện rõ nhất ở rượu Kim Sơn - một huyện miền biển phía đông nam của tỉnh Ninh Bình.

Nhiều người sành rượu còn cho rằng rượu ở đây ngon nổi tiếng chẳng kém gì rượu Làng Vân (Bắc Ninh) và nhiều nơi khác. Rượu Kim Sơn có những sắc thái và hương vị rất riêng của một vùng - nơi đất và nước áp biển bao la nhưng

không bị xói lở bào mòn, trái lại ngày đêm luôn luôn được vỗ về, bồi lăng bởi phù sa mỡ màu tươi mát của cửa sông Đáy mát rượi, khiến cây trái xum xuê tươi tốt có kích cỡ lớn hơn, dày dặn hơn nhiều địa phương khác. Những đồng cói ở đây xanh bát ngát đến tận biển trời. Lúa nước là loại cây trồng được hưởng trực tiếp nhất, nhiều nhất cái mỡ màu, tươi mát do thiên nhiên ban tặng. Vậy nên hạt gạo ở đây cứ dày dặn, óng chuốt, thơm lừng, rất thích hợp với nguồn nước ngầm trong vắt dồi dào, góp phần tạo nên chén rượu, bát cơm thơm ngon đến lạ lùng của đất Kim Sơn.

Nhưng để rượu ngon đặc biệt với hương vị độc đáo không chỉ phụ thuộc điều kiện tự nhiên mà quan trọng hơn cần có những chủ nhân làm ra chính nó. Cũng như cây trái, người Kim Sơn có sức vóc hơn người, có nhiều chàng trai cường tráng, vạm vỡ, ngực nở gồ lên như tảng đá, dám đương đầu với bão tố biển khơi. Những cô gái Phát Diệm (thị trấn Kim Sơn) lại có làn da trắng ngần, mịn màng, đặc biệt đôi mắt huyền hao hao mắt Đức Mẹ, thẳm sâu mơ màng hút hồn viễn khách. Trong số họ có những người đi bán rượu rong khắp nơi. Tiếng mời chào của họ cũng nồng

đượm ngọt ngào như rượu, ngân nga như chuông và chẳng hiểu từ bao giờ nơi đây người ta hay đọc lại câu ca thoảng nghe như lời thề “thuỷ chung với... rượu.

Còn trời còn nước còn non

Còn cô bán rượu anh còn say xưa!

Vốn chất phác, cần mẫn và khéo tay lại có bề dày kinh nghiệm truyền thống nghề nghiệp, cả vùng Kim Sơn từ xưa đã biết nấu rượu, nuôi lợn để thoát nghèo. Đã có một thời lương thực thiếu thốn, nghề nấu rượu bị cấm đoán, hạn chế để tập trung gạo cho những công việc quan trọng hơn. Khoảng hơn chục năm trở lại đây, nghề nấu rượu, nuôi lợn ở đây được phát triển khá sầm uất bởi nguồn lương thực đã dồi dào, Nhà nước lại có chính sách khuyến khích chuyển dịch cơ cấu kinh tế giữa chăn nuôi, trồng trọt và dịch vụ. Chăn nuôi, nấu rượu xuất ra ngoài huyện ở Kim Sơn trở nên một nghề hấp dẫn thu hút hàng trăm hộ dân, hàng ngàn lao động. Nhìn chung rượu Kim Sơn có giá nhất vùng khoảng 10.000đ/lít. Tiêu biểu nhất, đặc sắc và nổi tiếng nhất vẫn là rượu của Lai Thành - một xã cực nam của huyện Kim Sơn.

Tiếp giáp với dãy núi Điene Hộ (Nga Sơn - Thanh Hoá) ở đây có nhiều gia đình hành nghề nấu rượu liên tục hàng chục năm. Qua năm, sáu thế hệ họ biết rõ và thực hiện rất đúng quy trình, kỹ thuật chưng cất rượu. Họ sành điệu trong công việc chọn lựa sử dụng chất gạo, nguồn nước và loại men với những bí quyết có tính gia truyền, tạo ra được những mẻ rượu có chất lượng cao như ý.

Ngoài ra vật dụng cũng góp phần không nhỏ để chất rượu không bị nhiễm sắt, nhiễm phèn, nhiễm mặn vệ sinh nghiêm ngặt, bảo đảm độ tinh khiết của rượu.

Ở Ninh Bình hầu như xã, phường, thị trấn nào cũng có người nấu rượu làm dịch vụ, nhưng khi có công to việc lớn quan trọng và khách sành điệu thì hầu hết cứ phải kiểm bằng được rượu Kim Sơn chính hãng mới toại nguyện. Có nhiều người mua rượu dự trữ sẵn trong can để đề phòng lúc nhỡ nhàng. Ngay việc ngâm rượu thuốc người ta thường kén rượu Kim Sơn mới yên tâm. Rượu Kim Sơn không chỉ được nhân dân cả tỉnh tín nhiệm mà vị trí của nó còn được khẳng định đối với cả vùng đồng bằng Bắc Bộ và vùng duyên hải. Xưa nay rượu Kim Sơn còn theo

người đi khắp đất nước. Từ Hà Nội, thành phố Hồ Chí Minh đến Viêng Chăn, Bắc Kinh, Tô-ki-ô, Mát-xcơ-va, Pa-ri, Oasinh-ton... đều có mặt rượu Kim Sơn. Nhiều du khách mua về làm quà tặng nhau thứ rượu trắng trong suốt, hơi lắc đã sủi nhiều tăm thường được dân bản địa đựng trong chai nút lá chuối khô - đó là rượu Kim Sơn.

Có thể nói rượu Kim Sơn đã góp phần làm hấp dẫn thêm mảnh đất nổi tiếng là nơi sản sinh ra các món gỏi tôm, gỏi cá nhệch, cua bể luộc, chả rươi, tôm sú... Và đến lượt mình những đặc sản trên lại là người bạn thân cận đồng hành và cùng tôn vinh rượu Kim Sơn.

CƠM CHÁY HƯƠNG MAI

Cơm cháy có ở Ninh Bình từ bao giờ, chưa ai biết được chính xác. Có một số cụ cao tuổi làm nghề cơm phở ở thị xã lâu năm kể rằng nguồn gốc món cơm cháy do người Tàu (Trung Quốc) sang làm thuê và truyền lại. Hàng cơm phở đầu tiên thường có cơm cháy là quán cơm phở Hương Mai ở gần ngã ba chợ Đón thị xã Ninh Bình.

Người ta thấy xuất hiện món cơm cháy ở đây đã khá lâu. Khoảng chục năm gần đây món cơm cháy lại có nhiều khách ưa dùng hơn trước nên hiện nay quán cơm phở có máu mặt nào ở thị xã Ninh Bình cũng có bán cơm cháy. Tuy nhiên, có quán khách hàng đến ăn cơm cháy rất đông, cũng có nhiều quán vắng khách. Nguyên nhân chủ yếu dẫn đến sự khác nhau trên đây là do chất lượng của món cơm cháy ở các quán khác nhau. Muốn có cơm cháy chất lượng, đúng tiêu chuẩn cũng không phải dễ. Trước hết chủ hàng phải quan tâm nhiều đến quy trình và kỹ thuật khá nghiêm ngặt để tạo ra cơm cháy.

Thứ nhất người ta quan tâm đến việc chọn gạo: thường là gạo nếp hoặc tẻ thơm dẻo, có thể

pha tỷ lệ thích hợp giữa gạo nếp và tám thơm. Khi nấu cơm đồ vừa nước, vừa lửa như bình thường, cơm chín nhừ không khô, không nát sẽ có cơm cháy ngon. Để tạo ra cơm cháy (xém) người ta thường dùng nồi gang dày (vì giữ nhiệt tốt). Khi cơm chín người ta lấy ra, phần cơm dính đáy nồi được tiếp tục cấp nhiệt. Nồi được xoay tròn cho nóng đều, tạo thành lớp cơm cháy mỏng, trắng đều. Thời gian tạo xém khoảng vài chục phút là vừa. Nếu để già lửa và thời gian, lớp cơm cháy sẽ bị quá dày; ngả màu vàng mất ngon. Khi xoay nồi, lớp xém tự bong ra khỏi thành nồi, người ta lấy ra phơi hoặc sấy cho thật khô rồi đem dùng ngay hoặc bọc kín trong túi nilông bảo quản dùng dần. Có một số quán chuyên sản xuất săn cơm cháy nguyên liệu để bán lại cho các quán cơm cháy khác do họ không có điều kiện làm ra. Quán Hương Mai lại tạo cơm cháy bằng ngâm tẩm gạo, bỏ trong khay cho vào lò sấy tạo ra cơm cháy theo cách riêng gia truyền.

Khi khách có nhu cầu, nhà hàng lúc ấy mới cho những miếng cơm cháy vào bát rồi chan món súp vào cho khách ăn. Cũng có quán cho

vào chảo dầu sôi để chưng lên. Những miếng cơm cháy được ngấm dầu và nhiệt độ cao sẽ nở ra, thể tích lớn lên nhanh chóng và miếng cháy sẽ nổi lên. Lúc ấy cơm cháy còn nóng hổi người ta phải vớt ngay ra bỏ vào bát cho khách. Đồng thời người phục vụ phải có ngay món súp (thường bằng tim, gan, cật lợn cũng nóng hổi) chan vào bát cơm cháy sôi lên sèo sèo, khói trắng ngùn ngạt bốc lên tỏa hương thơm ngào ngạt. Cũng là lúc cơm cháy mềm ra, giòn tan. Với những âm thanh, màu sắc, hương vị như trên người ăn cảm thấy khoái khẩu và ấn tượng.

Riêng món súp cũng cần có kỹ thuật cao, liều lượng vừa phải. Cần có ít bột sắn để tạo sự sánh đặc cho nước súp bám chặt và thẩm sâu hơn vào những miếng cơm cháy. Ngoài ra còn có các gia vị như hành mỡ, gừng ớt... và những thứ ăn kèm theo sở thích của khách hàng như rau thơm, rau sống. Điều đáng lưu ý là làm món cơm cháy cần có đầy đủ người phục vụ với những thao tác nhanh nhẹn kịp thời mới đảm bảo được tiêu chuẩn nóng sốt của món ăn này. Nếu công việc này làm chậm trễ thì âm thanh, hương vị, chất lượng món cơm cháy sẽ giảm sút, sẽ bị khách

hàng sành ăn cơm cháy chê bai rất nhiều. Nhà hàng Hương Mai (thị xã Ninh Bình) ngày đông khách tới 300 người dùng cơm cháy, luôn luôn có tới 18 người phục vụ.

Món cơm cháy nhà hàng Hương Mai, thị xã Ninh Bình từ lâu đã rất nổi tiếng. Có nhiều khách ở Hà Nội, Hải Phòng, các tỉnh phía Bắc và miền Trung. Đặc biệt là nhiều người từ tỉnh phía Nam, trong đó có thành phố Hồ Chí Minh khi đi qua thị xã Ninh Bình đã không quên thưởng thức món cơm đặc đáo này.

MÓN HẾN

Cách đây đến mấy chục năm, tôi còn nhớ mãi có lần được ăn món chả hến và cháo hến bán ở các cửa hàng ăn tại thị xã Ninh Bình. Đã được ăn một lần, lại muốn được thưởng thức lần thứ hai rồi lần thứ ba và không quên rủ bạn cùng đi ăn.

Mới gần đây, tôi có dịp được gặp lại các món hến này tại phố Me, huyện Gia Viễn. Gần gũi chủ hàng, tôi mới biết thêm về món hến, sản phẩm của sông nước, vừa rẻ, vừa ngon, rất săn ở Gia Viễn. Người ta đi riu hến ở dưới sông ngòi, dưới đầm, thùng vũng quanh năm ngập nước. Hến có thể mò, vơ bắt bằng tay hoặc dùng giậm nan tre cứng, lõi thưa, miệng giậm phía dưới có lưỡi sắt mỏng, nặng, kéo lấy hến. Người ta buộc dây, thả giậm xuống đáy sông rồi chở thuyền kéo giậm đi theo. Hến nằm lẫn trong bùn sẽ bị dòng nước chảy ngược gạt vào trong giậm, rồi người ta vớt lên, đái sạch lấy hến. Mỗi mẻ được từ 2 đến 3 cân, tùy thuộc vào mật độ hến ở nơi đó. Việc này giống như người ta dùng cái bàn trang gỗ kéo lúa phơi ở sân gọn lên đống.

Hến ở nơi đây không to con lắm nhưng rất

mẩy, múp đậu có màu trắng bạc, vỏ có màu vàng sáng. Nhìn vỏ bề ngoài đã thấy ngon mắt. Vào khoảng tháng hai đến tháng ba, khi nước sông xuống cạn, cũng là mùa hến béo, dễ khai thác. Hầu hết các chợ trong huyện và chợ tỉnh lỵ Ninh Bình đều có bán hến Gia Viễn.

Người ta thường dùng hến để làm món chả hến, sào hến hoặc nấu canh, nấu cháo...

Chả hến: Món này làm giống chả đà: có nhân gồm ruột hến, thịt nạc, hành tươi, rau thơm, thì là, cùng băm nhỏ, tra vừa mắm muối rồi trộn đều với trứng gà hoặc trứng vịt, vỏ ngoài cuộn bằng bánh đa nem, cuối cùng là rán kỹ, giòn, ăn nóng rất thơm ngon, hấp dẫn.

Món canh hến: Ngày xưa, đa số còn đói nghèo nên người ta thường nấu canh hến bằng rau đậu, rau bí, rau cần... Nay có thể nấu với nhiều loại rau củ quả khác nhau như cà chua, bầu bí, su hào...

Canh hến cần dùng cả nước hến mới ngọt. Nếu chỉ có ruột hến, rau, nước lã nấu với nhau thì chưa phải là canh hến. Nước luộc hến sạch đục như nước gạo, “lò lò nước hến”. Canh hến có vị ngọt, hương thơm rất đặc trưng.

Cháo hến: Ngày xưa nhà nghèo thường phải ăn cháo hến. Có nhà quá nghèo, hoặc làm nghề bán ruột hến (cho người làm chả) phải đem hết ruột hến ra chợ bán lấy tiền đong gạo, còn lại nước luộc hến đem nấu cháo để cho cả nhà ăn trừ bữa.

Thật buồn cười, dân gian lại có câu “Khôn ăn cái, dại ăn nước”. Trong trường hợp này (món hến) chưa chắc đã đúng hoàn toàn, bởi canh hến, cháo hến mà không dùng nước hến để nấu thì còn đâu vị ngọt ngon. Muốn có nồi cháo vừa dẻo vừa thơm, người ta cho thêm ít gạo nếp hương, còn cần có rau thì là thái nhỏ đảo đều và ăn nóng mới ngon. Cháo hến không béo ngậy, có vị ngọt lờ lợ, ăn không thấy ngán, thơm ngon chẳng thua kém cháo gà! Còn có tác dụng bổ dưỡng cho người ít sữa để tăng sữa nuôi con.

MIẾN LUƠN BÀ PHẤN

Cơm cháy, tái dê và miến lươn là ba món đặc sản nổi tiếng bậc nhất ở Ninh Bình hiện nay. Riêng món miến lươn, từ lâu nhiều người đã biết đến cửa hàng Bà Phấn. Bà được mẹ chồng truyền nghề và trở thành nổi tiếng nhất thị xã Ninh Bình từ những năm 1960. Bà đã qua đời năm 1996, hưởng thọ 75 tuổi. Bà truyền nghề cho ba người con trai cuối là anh Trần Khắc Tiến, Trần Khắc Dũng và con út là Trần Khắc Mạnh (vợ anh Mạnh trực tiếp làm). Cả ba nhà hàng con Bà Phấn hiện ở liền nhau cùng một vị trí, xưa thuộc thôn Trực Độ, thị xã Ninh Bình, nay là trung tâm thị xã - nơi ngã tư giữa đường Trần Hưng Đạo (quốc lộ 1A), một ngả ra trợ Rồng, một ngả vào Bệnh viện tỉnh. Cả ba hàng này tạo thành một điểm bán miến lươn lớn sầm uất và đông khách nhất tỉnh Ninh Bình.

Miến lươn ở đây có bán quanh năm. Cứ mỗi buổi sớm khoảng sáu, bảy giờ - trước giờ làm buổi sáng, khách đến ăn miến lươn để ô tô, xe máy, xe đạp chật ních cả mặt tiền. Hương thơm của món miến lươn lan tỏa ngọt ngào, chật đầy

cả không gian ngã tư đường phố.

Cửa hàng miến lươn Bà Phấn nếu nhìn bể ngoài so với nhiều hàng khác cũng không có gì nổi trội, biển quảng cáo chỉ đề “Đặc sản miến lươn” rất giản dị trước mái hiên tòa nhà hai tầng khiêm tốn có tán của ba cây bàng cao tuổi mát mẻ suốt ngày.

Được hỏi chuyện, anh Dũng - người con trai thứ tư, thạo nghề miến lươn gia truyền vui vẻ kể rằng: nghề làm miến lươn gia đình anh đã trải qua ba đời và nhìn chung cũng công phu và vất vả lắm. Tuy hàng chỉ bán hai, ba tiếng đồng hồ buổi sáng, nhưng công việc chuẩn bị phải tất bật cả ngày. Khoảng hơn chín giờ thì hết hàng, hết khách, cả nhà bốn người phục vụ luôn tay dọn dẹp. Công việc tập trung làm vệ sinh: kì cọ, đánh rửa bàn ăn, đồ dùng thật sạch. Cái sạch không phải dùng thuốc hoá chất (mĩ phẩm) nhất thời mà chủ yếu là do tác động cơ học, sự tẩy rửa kĩ càng, kịp thời, theo đúng nghĩa câu: “Nhà sạch thì mát, bát sạch ngon cơm”.

Suốt từ mười giờ đến hơn mười hai giờ, cả nhà

tập trung làm lươn: luộc chín, lọc lấy thịt, giã xương chất lấy nước. Riêng thịt lươn được ủ cùng gia vị như riềng, mẻ, mắm tôm, nước mắm... qua ba giờ thảm thấu sâu rồi mới đem rim (sào) kỹ và để nguội, sớm mai dùng tiếp. Ban ngày chỉ được nghỉ trưa chốc lát, chiều bốn người tiếp tục làm nhiều việc khác (như nhặt rau, thái chuối, làm gia vị... và đi chợ mua sắm).

Cái khó nhất là làm sao lựa chọn được những mớ lươn có chất lượng cao. Thường chọn lươn cốm (nhỏ con), béo khoẻ, còn tươi tỉnh, có lưng màu hồng nâu, bụng vàng rộm. Loại lươn này nhỏ xương, thịt rắn và thơm hơn các loại khác. Còn hoa chuối cũng phải chọn được những chiếc bánh té còn tươi nguyên. Khách hàng khoái khẩu nhất là hoa chuối goòng, tuy không được trắng bằng hoa chuối hột nhưng nó mềm, có vị chát, bùi, ngọt vừa phải, muốn trắng khi ngâm nước chỉ cần vắt thêm tí chanh vào là được. Ngoài ra miến cũng cần chọn loại được chế biến từ dong đao nguyên chất, không pha tạp, có sợi nhỏ đều, trong suốt không hề có cát các loại gia vị khác như riềng mẻ, nước mắm, mắm tôm, chanh quả,

lá lốt, hạt tiêu, ớt... đều cần tươi ngon, không dùng của ôi, không tham rẻ thường “của rẻ là của ôi, của đắt nồi là của không ngon”. Tất nhiên miến lươn ngon còn phụ thuộc nhiều vào kinh nghiệm bếp núc gia truyền trong việc chế biến. Đặc biệt đối với việc gia giảm, liều lượng than lửa, các chất phụ gia chủ yếu ở hai khâu: rim lươn (xào) và nước dùng. Sau cùng là khâu làm rau chuối - thứ rất thích hợp - với miến lươn, có vị chát đánh át hơi tanh. Hoa chuối được dùng dao sắc thái mỏng, nhở như sợi thuốc lào. Tuỳ sở thích của khách, đĩa rau chuối có thể thêm rau xà - lách, đậu giá, các loại rau thơm...

Anh Dũng còn cho biết thêm: ở đây còn có bán (theo yêu cầu đặt hàng) món miến lươn xào, không dùng nước mà chỉ xắt khúc lươn ba bốn cm xào khan. Món lẩu lươn ăn kèm với các loại rau tươi nhúng như rau cúc, rau cần... Còn có món lươn gói bung lá lộc mai (còn gọi là lá mài mại): lươn gói đậu phụ, thịt ba chỉ và củ chuối thái sợi, ninh nhừ có thể ăn cùng với bún... Ngày đông khách cửa hàng anh Dũng bán hết tới 30 cân lươn. Khách đến ăn hàng có cả người nước

ngoài, trong số đó có các chuyên gia người Nhật Bản về làm việc ở Ninh Bình cũng thường xuyên đến thưởng thức món miến lươn. Buổi đầu tiên, họ cứ xoè cả năm đầu ngón tay mặc cả giá, thấy chủ hàng gật đầu là họ rút ra năm ngàn đồng tiền Việt ra trả cho mỗi bát miến lươn, cả chủ, khách rất niềm nở, vui vẻ.

Tất cả những công đoạn, những chi tiết làm món miến lươn do anh Dũng kể trên đã là những lời lý giải rõ nhất nguyên nhân vì sao miến lươn gia đình Bà Phấn lại thu hút khách hàng đông đến thế và nổi tiếng xưa nay.

CUỐN TÔM

Ở quê tôi có một món ăn đặc biệt là món cuốn tôm.

Đặc biệt, vì món này thường chỉ ngày tét người ta mới “thể hiện”, mà lại không làm nhiều như món khác. Những gia đình quá nghèo thì ít có cuốn tôm, vì món này cũng cầu kỳ, lại là món ăn để “thưởng thức” là chính, chứ không cốt để no nê, béo bở. Ấy vậy, đây mới là “đặc sản”.

Cuốn tôm là món ăn tổng hợp. Mỗi “cái cuốn tôm” gồm 7-8 loại thực phẩm và gia vị: thịt lợn ba chỉ luộc kỹ, thái lát, tôm rang bóc vỏ bỏ đầu, trứng rán, giò lụa thái sợi (bằng đầu đũa, dài khoảng 3 cm) - tất cả được gói trong lá rau xà-lách và rau thơm, ngoài cùng cuốn cả cây hành luộc, lá xanh, củ trắng nõn. Cái khéo ở đây là tay nội trợ cuốn tôm sao cho gọn, đẹp mắt, mà vẫn “để lộ” các thứ cho sinh động, hấp dẫn, tạo ra vẻ đẹp riêng, nhìn vui mắt: tôm đỏ au, trứng rán vàng rộm, xà-lách xanh non, hành hoa luộc củ trắng nõn nà dọc xanh trông đẹp mắt... Khi được chủ nhân tiếp, gấp bỏ miếng cuốn vào bát cho khách ai chẳng cảm thấy vui vẻ, mát mẻ đến tận tâm can?

Những thứ trên là sản phẩm rất gần gũi của nông dân, cũng dễ kiếm dễ tìm: lợn trong chuồng, rau các loại nơi vườn nhà, tôm ở ngoài đồng, trong ao. Còn gì phấn khởi hơn khi thấy trong mâm cỗ tép nhà mình lại có đĩa cuốn tôm đủ màu sắc, hương quê đến thế!

Giờ đây, nhất là nơi thành thị, kinh tế khá giả, nhiều người chán cả thịt lợn, thịt bò và cá, tìm đến món “khoái khẩu” vẫn tiềm ẩn, cổ truyền nơi dân giã, trong đó có món cuốn tôm. Cuốn tôm ăn không ngán, rất ngon miệng, với vị bùi, ngọt thấm của tôm, vị ngọt ngon của thịt, trứng, những vị mát, ngọt thơm của rau, hành, những vị chua, cay, ngọt, dậy mùi nhanh nhất của nước chấm, đặc biệt là nước chấm có hương vị cà cuống đồng chiêm. Khi ăn người ta dùng đũa hoặc đĩa dấn ngập miếng cuốn vào nước chấm mà ăn một cách ngon lành.

Dân quê tôi truyền bảo: người biết “ăn” cuốn tôm mới biết “làm” cuốn tôm khéo. Miếng cuốn tôm phải sao cho chặt chẽ, đầy đặn để tạo sự cảm giác viên mãn, căng đầy hương vị màu sắc thôn quê.

BÁNH GAI CAM GIÁ

Có lần đi trên tàu Thống Nhất đoạn Nha Trang - Thành phố Hồ Chí Minh, tôi có trò chuyện với một bác đã đứng tuổi, người miền Nam. Bác hỏi tôi ở đâu. Tôi thật thà: ở Làng Cam Giá, tỉnh Ninh Bình. Bác bỗng mở to đôi mắt, vỗ vai tôi như phát hiện ra điều gì thú vị lắm: Nơi anh có thứ bánh gai ngon nổi tiếng phải không? Tôi ngỡ ngàng chưa kịp trả lời, bác đã nói tiếp: Tôi đã được ăn bánh gai Cam Giá và thuộc cả câu tục ngữ: “Bánh gai Cam Giá, bánh lá La Phù” của quê anh đấy.

Gần đây, do tình cờ, tôi lại được đọc đoạn thư từ bên Pháp gửi về. Người viết là thân nhân một gia đình ở làng Cam Giá, xã Ninh Khánh, huyện Hoa Lư. Sau những lời ca ngợi cái thơm ngon độc đáo của bánh gai Cam Giá, người viết nhắc nhở: tết sau (tết Nguyên Đán) khi gửi sang Pháp phải nhớ số bánh gai phải nhiều hơn bánh chưng bốn năm lần ấy nhé, vì ở đây có rất nhiều người thích ăn thứ bánh gai này...

Nghề làm bánh gai ở làng Cam Giá có từ bao giờ chưa ai biết được. Có ba bốn người cao tuổi nhất làng hiện còn sống bằng nghề này cũng chỉ

nhớ rằng gia đình mình có tới bốn năm đời làm nghề bánh gai. Trước kháng chiến chống Pháp nghề bánh gai ở đây phát đạt nhất, có hàng chục gia đình hành nghề, bán lẻ, bán cát khắp nơi. Khi ấy người ta thấy hầu hết những nhà làm nghề bánh gai đều thức khuya, dậy sớm vất vả nhưng có kinh tế khá giả hơn người. Ban đêm tiếng chày cối giã, nghiền gạo nếp và giã lá gai thành bột cứ thình thịch, tối tấp, hối hả bên cạnh những ngọn đèn dầu chong thâu đêm...

Những người thao nghề cho biết khá kỹ về quy trình làm bánh gai. Trước nhất phải nói đến lá gai. Đây là nguyên liệu tạo ra màu sắc, hương vị đặc biệt hấp dẫn. Về gạo nếp, phải là nếp cái hoa vàng còn mới, thơm hương, vo, ngâm kỹ, giã hay xay thành bột rồi trộn thật nhuyễn với bột lá gai có cho thêm mật để tăng độ quánh dẻo. Bánh có thơm ngon hay không phụ thuộc rất nhiều vào chất lượng bột nếp. Tỷ lệ bột gai, nếp khoảng 1/5. Nếu nhiều bột nếp quá bánh gai sẽ không được đen nhánh. Ngoài ra hương vị độc đáo của bánh gai còn do chất lượng của nhân bánh tạo nên, đem đến vị béo, bùi, ngọt rất hấp dẫn. Nhân bánh tùy từng nơi mà có già giảm nhiều ít khác nhau. Song bánh gai Cam Giá thường có

đậu xanh bỏ vỏ, đồ chín giã thành bột, thịt mỡ luộc chín thái hạt lựu, tẩm đường kính cùng vài nhân lạc hoặc hạt sen (mứt sen), ít sợi dừa...

Nguyên liệu cuối cùng làm nên chiếc bánh gai là lá chuối khô bọc ngoài. Loại bánh gai trần chỉ cần một lớp lá ngoài, sau khi đồ chín vớt ra để nguội, dỡ bỏ lớp lá ngoài là thành bánh gai trần thơm ngon đẹp mắt. Bánh gai gói hai ba lượt lá vuông vắn chắc chắn. Muốn bánh được thơm ngon, vệ sinh, đẹp, mắt phải chọn lá chuối thật cẩn thận. Chỉ dùng những lá chuối mới khô còn độ dẻo dai, chưa bị mốc, mục. Tất cả lá chuối khô cần được rửa sạch, luộc kỹ lau khô. Bánh gai làm đảm bảo đúng quy trình kỹ thuật mới thơm ngon, về mùa đông có thể để lâu được hàng tuần lễ mà chưa hỏng.

Trước đây người ta thường dùng bánh gai khi có việc trọng như làm quà biếu, tặng, bày bàn thờ ngày lễ tết, nhất là trong lễ cưới hỏi. Giữa chiếc mâm tròn người ta đặt một xếp bánh gai vuông vắn được thắt chặt bằng sợi lạt giang mỏng nhuộm hồng, bên cạnh là be rượu, đĩa đựng tấm trầu, chẽ cau xanh trông thật trang trọng, giản dị, đáng yêu!

Để có hình thức đẹp, ưa nhìn, những chiếc bánh gai loại này cần được gói vuông vắn, mỏng dày đều nhau, ngoài cùng được thắt ngang sợi lạt nhuộm hồng mỏng mảnh trông như dải lụa bó lấy lưng ong với tấm áo nâu giản dị của những cô thôn nữ thuở xưa. Còn có những gia đình cầu kỳ đặt làm loại bánh gai có các đường nét hoa văn, nét chữ, hoa quả bằng kỹ thuật in dính những hạt vừng trắng sáng lấp lánh nổi bật trên nền đen bóng của những chiếc bánh gai trần.

Bánh gai xưa đã được nhiều người ưa chuộng, quý trọng vì nó có hình thức đẹp, hương vị thơm ngon đặc đáo. Gần đây có một số người quan niệm lệch lạc cho rằng bánh gai có màu đen nên kiêng dùng cho những việc trọng. Mặc dù vậy bánh gai vẫn được nhiều người yêu thích bởi bản sắc, hương vị đậm đà, chân chất, tính đồng quê đầy quyến rũ của nó.

CÁ KHO NIÊU ĐẤT

Cá kho có nhiều loại: kho khô, kho nhát (lat), kho rim, kho hầm, kho tàu... Nếu kể phụ gia thì có kho măng, kho chuối xanh, kho cà, kho mắm, kho tương. Tuỳ theo khẩu vị mà người ta chọn nguyên liệu và kiểu kho như thế nào.

Có thể nói xưa ở nông thôn món mắm muối, tương, cà, dưa, canh, cá kho thường được dùng. Người ta đi kiếm được loại cá nào thì có thể làm món kho cá ấy, nhưng chất lượng nhất với Ninh Bình vẫn là cá rô, cá lóc, cá trê, cá nheo, cá bống, cá chép, cá chày, cá diếc... mỗi loại cho hương vị riêng, còn độ mặn nhạt, phụ gia, gia vị tuỳ theo ý thích của mỗi chủ nhân.

Trong số những món cá kho, người sành ăn thường thích nhất là món cá đồng kho trong niêu đất - món cá kho này có từ lâu đời, là món truyền thống. Nguyên liệu là cá đồng thông thường đã kể ở trên. Cá đồng có chất tanh riêng nên cần phải làm thật sạch và khi kho có thể là quả chuối xanh, gáo, khế, giềng, hành... Thành phần chủ yếu là cá đồng được bỏ trong niêu đất, chã đất để kho. Bởi nồi đất giữ nhiệt tốt lại không thải chất độc hại.

Thông thường trước đây người ta thường kho cá với nước dùng chế biến từ kẹo đắng được chưng cất từ đường. Người ta cho đường vào nồi, thêm ít nước đun kỹ cho đến khi đường chuyển sang chất lỏng, màu hung đen, hơi khen khét, pha thành nước đậm đặc có màu đỏ sậm cho vào niêu đất cùng với các phụ gia khác như nước mắm, hành khô, đảo đều cho ngấm, thấm sâu vào cá rồi mới đặt lên bếp đun thật kỹ. Sau khi nồi cá đã sôi, lửa chỉ cần lom dom đủ độ để nồi cá kho tiếp nhiệt vừa phải, nước cạn dần cá nhừ, đến mức cháy cạnh, ăn được cả xương có vị thơm dịu ngọt, có vị ngọt đậm đà hấp dẫn. Ở nông thôn săn bếp trấu, người ta ngại đun sôi có thể vùi niêu cá kho vào than trấu giữa bếp - giữ được nhiệt bốn, năm giờ đồng hồ, khi lấy ra cũng được niêu cá kho như trên, ăn rất ngon lành và chóng tiêu, không ngán, dễ ăn rất thích hợp với những người già cả, ốm đau hoặc phụ nữ sinh đẻ, nuôi con nhỏ.

Tuy nhiên cá kho niêu đất ở nhà hàng, khách sạn hiện nay về hình thức có vẻ giống món cá kho niêu đất thuở xưa nhưng thực chất lại khác khá nhiều.

Để kịp phục vụ khách hàng lúc nào cũng đông, cũng yêu cầu món cá kho niêu đất, các nhà hàng phải kho hàng yến cá. Nếu dùng niêu đất nhỏ làm sao có thể phục vụ kịp và còn nhiều khâu phiền toái nữa ảnh hưởng đến doanh thu nên hầu như nhà hàng đều kho cá vào nồi nhôm lớn. Họ rất coi trọng gia vị để tăng độ hấp dẫn, màu sắc như hành, mỡ, mì chính, bột cà-ri... Cá kho cùng với canh cua, cà ghém, rau cải luộc đang trở thành món ăn cơm hấp dẫn, ưa dùng của nhiều khách hàng thời hiện đại.

NEM YÊN MẠC

Từ thị xã Ninh Bình, đi theo quốc lộ 1A xuôi Thanh Hoá, đến km số 9 có khách sạn Thanh Sơn thì rẽ tay trái theo đường nhựa lớn - trực chính của huyện Yên Mô (Ninh Bình) bạn đến với xã Yên Mạc - nơi có nghề làm nem chua nổi tiếng.

Khác với những con đường dài thẳng tắp vùng đất mới của huyện Yên Khánh, huyện Kim Sơn con đường đang dẫn bạn đến Yên Mạc có dáng hình đặc biệt. Gần giống với tuyến vào vùng đất Cố đô Hoa Lư thuộc xã Trường Yên. Nó như dải lụa mềm cứ ngoằn ngoèo uốn lượn giữa những cánh đồng rộng lộng gió bát ngát lúa ngô. Vì vậy dù đường quang ô tô xe máy cũng không thể đi với tốc độ cao mà cứ tầm tầm lượn vòng tay lái. Phải chăng những con đường có dáng hình đặc biệt này mang dấu tích của vùng đất rất cổ, trưởng thành từ những lối mòn thuở còn hoang dã.

Nghề làm nem ở Yên Mạc cũng có từ thuở rất xa xưa chẳng ai biết đích xác từ bao giờ, chỉ thấy lớn lên là nem của vùng mình đã nổi tiếng - và chắc chắn rằng nem ở đây được làm từ những

nguyên liệu có sẵn ở địa phương và chất lượng ngày càng cao hơn trước.

Được biết Yên Mạc gồm một số làng, xưa nay có kinh tế khá phát triển so với trong vùng nhờ đồng đất tốt tươi, người dân cần cù chăm chỉ, sớm lấy chăn nuôi làm trọng, đặc biệt nghề làm nem chế biến sản phẩm chăn nuôi (thịt lợn) làm nên một mặt hàng nhiều nơi ưa chuộng, góp phần nâng cao kinh tế của nhiều gia đình và cả địa phương.

Trong nghề làm nem, khâu cẩn trọng đầu tiên là chọn và chế biến thịt lợn - nguyên liệu chính làm nên món nem chua Yên Mạc.

Cũng như nhiều nơi khác, Yên Mạc có nuôi nhiều giống lợn, song thịt lợn dùng để làm nem chất lượng cao vẫn là giống lợn ỉ có độ lớn tối đa không quá bốn, năm chục cân. Nay giờ có giống lợn siêu nạc cho tỷ lệ nạc rất cao nhưng chất lượng không tốt bởi lợn ăn cám có nhiều tăng trọng thịt tích nhiều nước. Để đảm bảo độ khô, tươi... mà vẫn mềm dẻo thơm ngon của nem, người ta chọn thịt nạc ở phần đùi mông sau hoặc phần trên dọc theo sống lưng thịt thăn của con lợn. Thịt nạc phần đùi trước và bộ phận khác của

con lợn có lân nhiều mỡ nhiều xơ gân và màu không hồng. Mặt khác thịt lợn cần tươi nguyên, còn nóng hổi đem chế biến ngay càng tốt, tránh rửa nước hoặc để trong tủ lạnh - thịt nạc được lọc kỹ, thái mỏng ngang thớ đưa vào cối đá giã sẽ chóng nhuyễn.

Trong nem người ta có trộn một tỷ lệ sợi bì lợn theo tỷ lệ thích hợp tuỳ ý khách hàng. Những mảng bì phải được làm kỹ, sạch lông, sạch mỡ, luộc chín cuộn tròn rồi thái mỏng tang, trộn đều kết dính chặt với thịt nạc, nổi nét trên nền hồng hào của thịt nạc trông thật đẹp mắt hấp dẫn. Tất nhiên còn trộn thêm những gia vị gì nữa để thành đặc sản nem Yên Mạc thì đó là bí truyền của địa phương không thể tiết lộ.

Khâu cuối cùng để làm nên chiếc nem là lá gói những quả nem. Lớp lá trong cùng thường được dùng lá ổi có vị bùi, chát thích hợp. Bên ngoài là các lớp áo bằng lá chuối còn tươi, được lau thật sạch bụi, nấm mốc được gói thật chặt chẽ, kín đáo, nem sẽ chống lên men chua và để lâu hỏng. Dùng lá chuối gói nem để tạo dáng vuông vức, lại có màu xanh tươi, bóng bẩy đẹp mắt, bóc bong ra rất dễ mà không nát dính, mới

nhìn đã thấy ngon lành. Những quả nem thường được gói bằng quả chanh to, ngoài cùng buộc chéo sợi lạt giang và được xâu chuỗi với nhau như đôi lứa, như bạn bè tum năm tum ba bên nhau cứ như cười tươi, như mời gọi mọi người.

Nem từ Yên Mạc được đựng trong bì, sọt, trong bao bì, trong túi sách kín đáo, hoặc treo lủng lẳng trên đòn gánh, ghi đồng xe đạp, xe máy đi khắp nơi mời gọi khách hàng.

Cái dáng hình nho nhỏ vuông vắn xinh xinh xanh tươi vui mắt, cái vị giòn, chua thơm thảo ngọt bùi nồng ấm rất riêng của nem, của rượu phải chăng đã được dân gian thi vị và khoa trương trong câu ca về cái thú vui ẩm thực của du khách.

Tay cầm bâu rượu nắm nem

Mãi vui quên hết lời em dặn dò

NUỚC CHẤM VÀ GIA VỊ

Nước chấm và gia vị là hai thứ khác nhau, nhưng trong nhiều trường hợp cần kết hợp để thành món ăn ngon, hợp khẩu vị mà nếu không có nó thì nhiều món ăn trở nên nhạt nhẽo, nhảm chán và ngược lại.

Nước chấm và gia vị làm tăng độ đậm đà, thơm ngon của các món ăn tạo ra cay chua, mặn chát, ngọt bùi, béo ngậy, cay đắng, thực khách ưa thích hay không, đến mức nào phụ thuộc vào khẩu vị mỗi người. Nước chấm và gia vị còn tạo ra hương thơm mời gọi và có đường nét, màu sắc hấp dẫn, làm cho người chưa ăn đã thấy ngon con mắt, ngon trong hương thơm và ngon trong vòm miệng.

Để có nước chấm và gia vị đáp ứng được đa phong cách ẩm thực, từng vùng miền, từng dân tộc, từng địa phương làng phố, thậm chí từng gia đình và từng cá nhân. Người ta đã và đang sáng tạo ra rất nhiều những món, những gia vị có từ truyền thống hay hoàn toàn hiện đại cũng có thể kết hợp hài hòa giữa truyền thống và hiện đại. Ví dụ nước mắm lại được bỏ thêm mì chính. Thịt,

cá kho cũng được làm như vậy, vì người ta đã quen dùng mì chính để kích thích ngon miệng mất rồi.

Nói đến nước chấm, mặc dù có nhiều loại, nhưng ở Ninh Bình thường có mắm cá biển, mắm tép, mắm cáy, mắm cua... nhưng, trước nay thông dụng nhất vẫn là nước mắm cá biển (gọi tắt là nước mắm). Nước mắm nhiều khi trở thành nhất món trong mâm cơm của người lao động. Có thể vì vội vàng, vì bận rộn, cũng có thể vì nghèo túng mà người ta không sắm được món ăn khác. Nước mắm không chỉ quan trọng với cả bữa cơm mà nó còn quan trọng với từng món khác trong mâm cơm bởi nó là nước dùng để chấm, để pha cho nhiều món ăn khác: Món luộc, món xào, món rán, món rim, món kho... đều cần có nước mắm. Tuỳ từng nguyên liệu, pha chế mà người ta có nước mắm chanh, nước mắm ớt, nước mắm gừng...

Nước mắm chanh

Gọi là nước mắm chanh nhưng không đơn giản chỉ có nước mắm và chanh chua hoà lẫn mà còn có nhiều gia vị khác cùng tham gia, tạo nên thứ nước chấm rất hấp dẫn. Nguyên liệu chủ yếu

là nước mắm ngon, thêm ớt, tỏi giã nhỏ, nhuyễn, thêm thia đường, ít bột ngọt, được pha thêm nước lᾶ để nguội, sau cùng vắt chanh khuấy đều. Cần ném thử nước mắm chanh thành phẩm, cảm thấy đủ vị chua, cay, mặn, ngọt là được. Nếu thấy vị nào đó chưa “nét” thì có thể gia giảm, tùy người chế biến. Nước mắm chanh thường dùng cho nhiều món ăn khác nhau kể cả ngày lễ tết và ngày thường như để chấm món cuốn tôm, chả đa, các loại rau sống, rau luộc, các loại bánh (bánh xèo, bánh cuốn), bún...

Nước mắm gừng

Gừng tươi cao sạch vỏ, giã nhuyễn, cho vào một ít dấm chua và nước mắm ngon, ta được món nước mắm gừng hấp dẫn. Có người nói Gừng là thứ gia vị người Hoa (Trung Quốc) hay dùng trong việc chế biến thức ăn. Chẳng hiểu sự ảnh hưởng đến mức nào nhưng miền Bắc, miền Trung trong đó có Ninh Bình là những nơi hay dùng gừng làm nước mắm gừng và gia vị. Ở miền Trung còn có câu ca truyền tụng: “Gừng cay muối mặn xin đừng quên nhau”.

Quả thực, gừng có vị cay hơi ngai ngái. Cái cay của gừng dịu êm hơn, thơm hơn, ấm hơn cái

cay của ớt. Cho nên phụ nữ cũng ưa dùng. Các món nướng hoặc luộc như cá rô, cá trê, cá quả, cua, ốc, thịt vịt... mà chấm với nước mắm gừng có vị cay ngọt, hương thơm sực nức tưởng không có thứ gì thú vị hơn. Ngoài ra, gừng giã nhỏ bỏ vào nấu canh cá rau cải bẹ thì ngon ngọt, dậy mùi đến khó quên!

Món mắm tôm

Có nhiều người không thích ăn mắm tôm vì cái mùi đặc biệt của nó. Đa số người nước ngoài sang Việt Nam không dám đến gần món mắm tôm. Còn loài khỉ thì khiếp sợ ra mặt.

Ninh Bình cũng như nhiều vùng khác, mắm tôm là thứ thường để làm gia vị. Khi xưa thực phẩm còn khan hiếm, nông dân nghèo đã dùng mắm tôm bỗ muối vào trộn đều, rang lên thành món muối mắm tôm để ăn dần như muối vừng, muối lạc, muối sườn... Mắm tôm còn là thứ gia vị không thể thiếu cho nhiều món ăn khác. Trước hết là món thịt cây, mắm tôm cùng riêng, mẻ, nước mắm, mỡ là những gia vị đắt giá cho món dựa mận. Đặc biệt món mắm tôm chanh là nước chấm thích hợp bậc nhất đối với món thịt luộc và nướng. Mắm tôm ngon thường có màu xanh nhạt

hoặc hơi hồng nâu, có hương thơm rất ngát mà không gắt. Mỗi môi mắm tôm vắt vào một quả chanh to rồi dùng đũa quấy đều và kỹ. Bát mắm tôm như được sôi lên nở ra, phồng lên như bọt bia, hương thơm lan tỏa hấp dẫn. Miếng dồi chó nóng giòn nhúng khẽ, mắm tôm đã bắt ngay, chẳng biết ai đã nói quá “sống trên đời được ăn miếng dồi chó” là thế.

Mắm tôm không chỉ cần cho món thịt cầy mà còn cần hơn cho món “giả cầy” đây là sự sáng tạo của những người sành điệu. Không có thật thì làm giả mà ăn có kém gì đâu. Món giả cầy mà hương vị lại giống món cầy thật. Nếu không có mắm tôm, riêng, mẻ thì đến thịt cầy thật cũng không ra hồn. Thậm chí chỉ cần thiếu mắm tôm thôi thì cả hai món cầy thật, giả đều không ra gì.

Ngoài ra mắm tôm còn là thứ gia vị ngọt ngon dậy mùi cho món canh suông, canh cua, riêu cua... cũng như thịt cầy, món lươn, ốc, ếch rất cần đến mắm tôm. Mắm tôm không chỉ giàu chất đậm, mà hương vị của nó có khả năng trung hoà hoặc đánh át mùi tanh, hoi khó chịu của nhiều thực phẩm khác. Mắm tôm chanh còn cần cho ăn bún, bánh đúc và nhiều thức ăn dân dã khác.

Mắm tôm là một điển hình về tác dụng vừa là nước chấm vừa là gia vị.

Ngoài nước mắm, mắm tôm, xưa nay ở Ninh Bình còn thường thấy mắm cua, mắm cáy, tương, mắm tép... đều là những thứ nước chấm có nhiều chất đậm, tiện dùng và khi đóng vai trò gia vị nó góp phần làm cho các món ăn thêm màu sắc, hương vị nâng cao chất lượng thực phẩm đã dành còn làm cho thực khách toại nguyện sở trường.

Bên cạnh những món nước chấm, còn có những món chỉ làm đồ gia vị. Chỉ là gia vị thôi nhưng không thể xem thường. Nó là thứ khoái khẩu của nhiều người ẩm thực sành điệu. Gia vị tuy số lượng không nhiều, có thể chỉ chút xíu thôi vậy mà nó có sức thâm đậm, lan tỏa, tăng cao độ hấp dẫn, thơm ngon từ màu sắc, đường nét đẹp mắt đến vị đậm, hương thơm mời gọi của các món ăn dù đã quen thuộc hay mới lạ. Nó như sắc đẹp và cái duyên, bí quyết của người phụ nữ luôn hấp dẫn phái mày râu.

Cũng tuỳ từng món ăn mà cần thứ gia vị này hay thứ gia vị khác và tỷ lệ thế nào là vừa đủ. Hơn nữa, có thứ gia vị dùng cho món này thì được, dùng cho món khác thì ngược lại. Như

món chanh chua tra vào riêu cua (dấm cua) thì được chứ vắt vào bát canh cua thì vô cùng dở! Ông cha ta từ xưa đã là những người sành điệu và vui tính:

Con gà cục tác lá chanh

Con lợn ủn ỉn mua hành cho tôi

Con chó khóc đứng khóc ngồi

Mẹ ơi mẹ hối mua tôi đồng riêng

Trong vô số những đồ gia vị, quả chanh tươi có vị trí nhất định trong những món ăn của nhiều người, nhiều gia đình. Ngày nay, để có vị chua hương chanh qua công nghệ hiện đại, người ta có bột chanh để dùng làm gia vị, còn có cả trà chanh để thay thế nước chanh đường... Tuy vậy, quả chanh tươi dùng để làm gia vị trực tiếp vẫn được trọng dụng và dùng ngày càng rộng rãi trong dân chúng.

Quả chanh ngon thường có vỏ màu xanh sáng, nhẵn bóng, nổi múi, nếu bóp mạnh múi chanh bị núng. Chanh để trong tủ lạnh sẽ tươi lâu. So với giấm, mẻ, chanh có vị chua gắt hơn. Chanh chua mà vắt vào nước rau muống luộc, nước rau muống chuyển từ đục sậm, xỉn sang trong trẻo

có màu vàng chanh, dùng chan cơm có vị ngọt mát, thơm hương chanh rất dễ chịu, chẳng thua kém canh cua. Các món luộc cần nước chấm rất cần có chanh làm gia vị (chanh muối, chanh mắm, chanh bột ngọt...). Có khi dùng chanh vắt trực tiếp vào bát phở, bát bún, bát miến, bát xào, tăng độ chua ngọt hấp dẫn.

Ngoài chanh quả, ở Ninh Bình còn dùng nhiều thứ rau quả, củ khác làm gia vị như hạt tiêu: nghiền nhỏ làm gia vị thích hợp cho nhiều món, nhân bánh chưng, cháo cá, thịt gà, các món nêm cần có hạt tiêu. Món ớt quả xanh hoặc đã chín có màu vàng hay đỏ đem đến vị cay và màu sắc gợi cảm cho các món ăn. Ngoài ra còn có loại quả gop chua như khế, chắp, sấu; vị chát như chuối xanh, sung xanh dùng cho các món tái và thịt cầy...

Gia vị còn có nhiều loại lá như: tía tô chỉ dùng nấu cà, nấu lươn, ốc; lá sung, lá lộc vừng, đinh lăng, mơ lông... có vị chát, hơi đắng thường dùng ăn gỏi, ăn tái (như: gỏi tôm, cá, tái dê, tái bê...). Còn có nhiều loại rau thơm khác như húng quế (húng chó), húng láng để ăn phở, bún và rau sống. Lá lốt để nấu: lươn, ốc, ếch mới thích hợp.

Rau răm làm gỏi tôm, làm dưa cần. Rau thì là tốt nhất là dùng cho các món hến, trai; đặc biệt là các món cháo hến, cháo trai, cháo cá không thể thiếu thì là. Còn các loại củ làm gia vị cũng rất nhiều, thường dùng hành xào món nào cũng phải bỏ sau khi đã được phi hành mỡ cho dậy mùi. Có thứ thức ăn khi chế biến cần hành khô như cá kho, thịt kho... Có thứ cần hành tươi: nhân bánh chưng, các món xào có món dùng cả củ, dọc, lá hành như: phở, canh, bún, miến các loại.

Còn có các loại củ như tỏi, riềng, gừng, nghệ đều có những tác dụng riêng làm gia vị cho nhiều món ăn khác nhau.

Thời bao cấp, thực phẩm cũng phân phối, các cửa hàng ăn chǎng phải chiêu khách nên ít quan tâm đến món gia vị. Còn bây giờ cơ chế thị trường, các nhà hàng, khách sạn, quán ăn đua nhau mọc lên như nấm và ra sức cạnh tranh. Để chiêu khách, có cửa hàng dùng đến năm sáu món nước chấm trên cùng một mâm tiệc, nào là tương, nước mắm chanh, xì dầu, mắm tôm, giấm chua, giấm ớt... Còn đồ gia vị cũng không kể hết.

Các đầu bếp ra sức trổ tài ở các nhà hàng còn các bà chủ của nhiều gia đình kiêm luôn đầu bếp

cũng có dịp để thể hiện tài hoa nội trợ của mình thông qua các món nước chấm và đồ gia vị. Các tủ để dụng cụ, chai lọ đựng đồ nước chấm, gia vị của chủ bếp cứ tăng lên và thay đổi mỗi ngày. Nhiều đức ông chồng còn nói chẳng biết có quá hay không rằng cái đức “nữ công gia chánh” của giới nữ có hay không thể hiện rõ nhất ở khâu chế tác nước chấm và gia vị cho mỗi bữa ăn thông thường và nhất là những ngày lễ tết, có khách của gia đình.

Cách thức chế biến nước chấm và đồ gia vị rõ ràng là công việc nghệ thuật đầy sáng tạo, đòi hỏi đầu bếp có nhiều kinh nghiệm, vốn hiểu biết nhất định về văn hoá ẩm thực, khẩu vị của thực khách và cần có đôi bàn tay khéo léo mới có thể tạo nên những gì tốt đẹp nhất cho sự ăn uống. Và như vậy văn hoá ẩm thực được thể hiện rất rõ qua nghệ thuật chế biến và sự sành điệu trong thưởng thức món nước chấm và các gia vị.

XÔI ĐÂM

Làng Cam Giá thuộc xã Ninh Khánh, huyện Hoa Lư nay thuộc thị xã Ninh Bình. Ở đây có Đền Voi đá, Ngựa đá cổ kính. Trước cửa đền có hồ Sen hình bán nguyệt, có cây lộc vừng lớn trường tồn, có bia đá rêu phong ghi công đức các vị Thần Hoàng làng. Tất cả đều ở ngay bên lề đường tại km số 3 - Quốc lộ 1A - đường Ninh Bình - Hà Nội.

Ngoài những cảnh quan, hiện vật mang nhiều dấu tích văn hoá lịch sử kể trên, làng Cam Giá còn có một tục lệ khá độc đáo: hàng năm dân làng tổ chức làm món xôi đâm để tế lễ Thần Hoàng làng vào ngày 12/10 âm lịch. Làng có một số ruộng tốt, hàng năm dùng hoa lợi công quỹ để tế lễ Thần Hoàng.

Từ xưa tục cúng tế ở đình ngày 12/10 âm lịch bằng món xôi đâm được dân làng ở đây rất coi trọng, nên tổ chức tế lễ linh đình và trang nghiêm. Sản phẩm đem tế lễ chủ yếu là món xôi đâm. Số ruộng đã có của làng được chia cho các giáp. Các giáp này có trách nhiệm quản lý số hoa

lợi để hàng năm mua sắm đồ tế lễ, trong đó chủ yếu là gạo nếp hương hoa vàng để làm món xôi đâm. Theo các cụ cao niên trong làng cho biết: số lượng xôi đâm ở đây xưa kia được giao cho từng giáp. Sau tế lễ là cuộc thi có thưởng cho giáp nào đảm bảo được tiêu chuẩn cao nhất. Cách làm xôi đâm cũng rất công phu. Người ta phải chọn gạo nếp mới, hạt trắng bóng, mẩy đều, không lᾶn thóc hoặc gạo tẻ, có hương thơm ngọt. Gạo nếp được vo, ngâm kỹ rồi đem đồ chín đúng độ (không bị khô hoặc nát). Sau đó, xôi được dỡ vào các thúng tre vừa to vừa cứng có lót mo cau ngâm mềm, sạch. Rồi người ta dùng chày đứng dài khoảng 1,5 m làm bằng những khúc tre đực rắn chắc cứ thế mà đâm mà thúc mạnh vào thúng xôi. Bao giờ các hạt xôi dính nhuyễn vào với nhau (dùng tay không để bứt rời ra được) thì dừng. Xôi đâm được đắp đầy trên các mâm tròn, trên cùng đặt các thủ lợn hoặc các khối thịt lợn luộc vuông vắn đẹp mắt để đem vào đình tế lễ. Sau tế lễ người ta dùng dao lớn xắt mâm xôi ra từng phần, từng suất nhỏ để phân phát về các gia đình theo các suất định. Mỗi lát

xôi đậm giống lát chả mịn màng thơm ngon có màu trắng tinh khiết. Sau tế lễ, các vị chức sắc và các cụ cao tuổi thì lưu lại thụ lộc ở đình làng, cách ăn xôi đậm rất đơn giản chỉ có bàn tay sạch cầm những lát xôi, miếng thịt mà ăn rất ngon lành. Sau đó thì bình thơ, chơi cờ, có khi thuê cả gánh hát về hát rất vui vẻ.

Món xôi đậm được dân làng Cam Giá trước đây gửi đi rất xa đến các tỉnh Bắc, Trung, Nam cho những người con xa quê hương nhưng vẫn hướng về đất tổ được thụ lộc của làng. Rất may là món xôi đậm do đặc điểm chọn lọc và cách thức chế biến nên để được khá lâu không bị ôi thiu. Nếu xôi đậm để lâu bị khô có thể đem đồ lại hoặc rán lên ăn vẫn rất thơm ngon. Xưa kia xôi đậm là món cao lương của con nhà lính. Xôi đậm ngày xưa được phân phối theo chức vị, công lao của các thành viên trong làng như ông tiên chỉ (đứng đầu một làng) được hưởng bằng năm suất định bình thường. Ngày nay, với tinh thần dân chủ, sự phân phối thường ngang bằng giữa các hộ vì các hộ đều có đóng góp như nhau ở mức tối thiểu.

Tục làm xôi đâm ngày nay ở đây không còn được quy định chặt chẽ, nghiêm ngặt như trước kia nữa, mà nhiều khâu được “thoáng” hơn do tình hình kinh tế - xã hội đã khác xưa nhiều. Có thời kỳ tục lệ này bị xao nhãng hàng chục năm, gần đây mới được khôi phục lại, được dân làng rất tán đồng, nhiệt tình hưởng ứng. Hàng năm cứ gần đến ngày 12/10 âm lịch, nhà nào cũng vui vẻ góp năm, bảy ngàn đồng cho việc làm xôi đâm tế lễ ở đình. Mặc dù có nhiều thức ăn ngon nhưng mỗi khi có xôi đâm thì trẻ già, trai gái ai ai cũng muốn nếm thử, cảm thấy ngon lành, thảo thơm.

GIẢ CẦY

Từ xưa ở miền quê tôi đã có thứ thức ăn gọi là món “giả cây” được rất nhiều người ưa thích, thường thì chỉ khi nào có cỗ bàn thịnh soạn hoặc tiếp đãi khách thân quen, quý hoá người ta mới làm món giả cây. Bởi làm được món giả cây này khá cầu kỳ, tốn kém.

Cái tên “Giả cây” đã nói thẳng cái thực chất của món ăn này rằng không phải là món thịt cây thật mà là món thịt cây giả đầy thôi. Riêng cái tên gọi là “cây” có lẽ để chỉ chung giống cây, cáo sống hoang dã và cả giống chó rừng, chó nhà được người ta gọi là “cây” có vẻ nhẹ nhàng hơn gọi là con chó như: “quán thịt chó” thay bằng “quán thịt cây” hay “quán cây tơ” chẳng hạn:

Những món chế biến từ thịt cây nói trên có hương vị rất đặc biệt rất dậy mùi, vị đậm đà, gây ấn tượng mạnh. Có lẽ vì vậy mà người ta rất thích thường thức. Nhất là khi có điều kiện thời gian, ngồi lai rai với nhau bên chai rượu trắng nút lá chuối cùng bát thịt cây thơm thật là tuyệt! Thịt cây (thịt chó) là món ăn đặc sản không săn có thường ngày. Để khắc phục được tình trạng

khan hiếm này cũng có thể do có sở thích riêng mà người ta đã chế biến ra một món ăn gần giống như thịt cầy được gọi là món “giả cầy”. Có thể nói đây là một sự sáng tạo biến không thành có của con người trong nghệ thuật ẩm thực. Sự sáng tạo này góp phần làm đa dạng, phong phú thêm các món ăn ngon, đáp ứng mọi nhu cầu khoái khẩu rất khác nhau của mỗi người.

Tuy nhiên để có món giả cầy chất lượng, nhiều khi cần công phu khéo léo, cao hơn bình thường trong việc chế biến. Trước tiên cần chọn thực phẩm để làm món giả cầy thật chuẩn. Người ta thường dùng thịt lợn lấy bộ phận chân giò hoặc thủ hay phần thịt ba chỉ để làm món giả cầy rồi đem nướng kỹ, tốt nhất là qua than củi, đến mức độ phần bì lợn vàng rộm giống da thịt cầy thuỷ. Sau đó thịt lợn được rửa sạch, thái miếng vuông vắn vừa phải rồi tẩm, b López, ngâm kỹ cùng các thứ phụ gia như: riềng giã nhỏ, mẻ lọc kỹ, mắm tôm dậy mùi, nước mắm ngon, bột ngọt...

Để tạo màu và độ keo sánh giữa cái và nước người ta có thể cho thêm bột nghệ hoặc cà - ri màu, ít bột sắn và ninh thật nhù. Ngoài ra khi ăn tùy sở thích mà cho thêm gia vị như ớt, tỏi, rau

thơm ... Với món giả cầy, gia vị có vai trò rất quan trọng không chỉ để xác định mức độ gần giống thịt cầy thật đến mức độ nào mà còn quyết định cái hương vị thơm ngon sực nức đậm đà rất khác biệt của món giả cầy - một món ăn vừa giống mà lại không giống thịt cầy, là món ăn có bản sắc, tiếng nói rất riêng và rất ấn tượng.

Đây là món ăn nóng, có thể ăn với cơm, với bún, với bánh mì; đặc biệt làm món nhấm rượu thì thật thú vị. Cái vị cay cay, chua chua, ngòn ngọt, béo ngọt ám áp đến tận chân răng của món giả cầy, tuy là món “giả” nhưng rất nhiều người lại ưa thích “thật” cũng là điều dễ hiểu.

RƯƠI KIM SƠN

Có nhiều người ở Hà Nội sành điệu về ẩm thực thường nhắc nhở đến món chả rươi, bánh rươi có từ vùng đất nhiều rươi ở Kim Sơn - một miền biển của Ninh Bình. Nhưng ở Kim Sơn, ngoài chả rươi, bánh rươi người ta còn có mắm rươi, xào rươi...

Có điều hơi kỳ lạ ngay ở Kim Sơn và vùng lân cận cũng có nhiều người từ chối ăn các món rươi, cũng như có một số người nhìn thấy con rắn rất khiếp sợ nên không bao giờ ăn thịt rắn. Dân miền biển đã nhiều lần nhìn thấy con rươi dài ba bốn phân từ đất ngoi lên, mềm nhũn giống như con giun, con rết cứ nhoài nhoài đua nhau trên mặt nước đục ở cửa sông, lạch sông, dong đất ven biển. Có người còn gọi rươi là sâu đất. Việc thích ăn các món rươi hay không do cảm giác, ấn tượng ý thích của từng người. Nhưng nếu ai chưa nhìn thấy con rươi ra sao mà được ăn các món chế biến từ rươi thì hầu hết tấm tắc khen ngon.

Ăn rồi lại muốn có lần gặp lại! Chẳng thế mà giá bán rươi xưa nay lúc nào cũng cao hơn hẳn

thịt lợn, thịt gà, cá ngon. Giá gốc (nơi khai thác) hiện nay ở Kim Sơn lúc đang mùa cũng phải 3-4 chục ngàn một cân.

Không phải tháng nào, ngày nào cũng có rươi. “Tháng chín đôi mươi, tháng mười mồng năm”. Những ngày tháng này được gọi là nước rươi. Chỉ có thời gian tháng 9, tháng 10 (âm lịch) mới có săn rươi.

Rươi đất đỏ không chỉ vì nó là một món ăn bổ dưỡng, nhiều chất đạm có hương vị đặc biệt lạ miệng mà còn do việc khai thác rươi không phải dễ dàng. Muốn khai thác rươi phải nắm vững quy luật thời tiết. Rươi lên nhiều hay ít không chỉ phụ thuộc vào mùa, tháng mà còn phụ thuộc vào chất đất, môi sinh môi trường. Rươi thường có nhiều hơn ở vùng đất bồi ven biển Kim Sơn, nơi có nước lợ và nước ngọt. Màu sắc của rươi cũng thay đổi theo không gian, thời gian và các yếu tố trên. Rươi thường có màu hồng, trắng, vàng nhạt có khi màu xanh tía ...

Các chi tiết này chính dân bản xứ cũng có nhiều điều chưa tường tận. Do rươi có cấu tạo thân nhỏ, mảnh mỏng, nhũn mềm như bún, lại di chuyển dưới nước nên người ta vớt rươi cần hết

sức nhẹ nhàng, khéo léo, nếu động mạnh rươi sẽ lặn mất, hoặc va chạm mạnh rươi sẽ vỡ nát thành nước. Rươi nguyên liệu cần phải tươi, nguyên vịen, sạch sẽ thì chế biến thành các món ăn mới ngon lành.

Trước hết xin nói về món xào rươi. Rươi được băm nhỏ xào cùng các loại rau quả phụ như lá sắn (sắn củ), lá lốt, lá gừng, vỏ quýt cùng gia vị và hành mỡ, nước mắm, xào khan, ăn nóng có hương vị bùi ngọt thơm ngon với hương vị rất riêng.

Mắm rươi các công đoạn chất phụ gia gần giống làm mắm tép, cho thêm ít vỏ quýt cho dậy mùi, cách ăn cũng giống mắm tép. Có thể ăn sống hoặc phi hành mỡ ăn với rau sống có phần ngon hơn mắm tép.

Một món nữa làm từ rươi rất ngon, đó là món *chả rươi*. Rươi còn tươi nguyên sau khi đã làm sạch nếu ít thì bỏ vào bát, nếu nhiều bỏ vào nồi, xoong... tra vào nước mắm ngon và các chất phụ gia đã được băm nhỏ như thịt nạc vỏ quýt, trứng gà, mộc nhĩ, nấm hương, hạt tiêu và các gia vị khác tùy khẩu vị. Tất cả khuấy đều cho nhuyễn rồi đổ vào chảo, nồi có lót lá chuối tươi dày kín

vung, đem đốt bằng lửa rơm, than trấu cho thật kín, khô rắn rồi lấy ra từng miếng mà rán kỹ là ăn được.

Chả ruơi thường được ăn kèm với rau sống, rau thơm như rau diếp, xà - lách, đậu giá, rau mùi, kinh giới, húng lá... và có nước chấm là nước mắm ngon chế đủ gia vị như gừng, tỏi, chanh, ớt tuỳ khẩu vị từng người, lại có kèm theo chai rượu Kim Sơn chính hãng Lai Thành, thì món rượu, ruơi Kim Sơn ai muốn quên cũng không dễ.

THỊT KHO

Ninh Bình có khá nhiều món kho được dùng phổ biến trong dân chúng đó là các món cá kho, tôm kho, thịt kho, thường cho đậm muối hơn các món khác. Thịt kho không chỉ có ở Ninh Bình mà ở nhiều địa phương khác cũng thường dùng.

Món thịt kho ăn được dài ngày hơn các món khác, chỉ thua món mắm muối - món này chế biến khá đơn giản lại cũng không cần kén chọn thực phẩm lăm nêm nên dân nghèo một tháng cũng có ăn đôi ba lần. Tuy vậy, cũng là món thịt kho nhưng ở mỗi địa phương món này có hương vị riêng. Ngay trên cùng một địa bàn, mỗi nhà lại chế biến món thịt kho ít nhiều có khác nhau. Có người kho thịt với nước “hàng” chế qua kẹo đắng để lấy màu hồng cánh gián, hoặc xì dầu, có người lại kho thịt với tương, với nước dừa, có người cho gia vị như đường, mỳ chính, bột ngọt, thậm chí còn kho tổng hợp với thực phẩm khác vốn là động vật hoặc thực vật. Sự khác nhau như vậy tất dẫn đến màu sắc, hương vị của món thịt kho ở mỗi trường hợp cụ thể có khác nhau.

Trong số những món thịt kho ở Ninh Bình, thông dụng hơn cả vẫn là món thịt lợn kho, có nơi gọi là món thịt lợn rang. Món này thường được kho với mắm tép, nước mắm hoặc tương làm món ăn bình dân. Món thịt rang này - trước đây khi thực phẩm còn khan hiếm ở vùng nông thôn, trong mâm cỗ, vẫn có bát thịt kho để ăn cơm, nhưng sau những năm 80 của thế kỷ XX món này đã rút lui dần khỏi các mâm cỗ thịnh soạn - bởi thực chất nó là món ăn nhiều mỡ, giàu đạm. Nay có nhiều người sợ béo phì nên xa lánh món này.

Trong món thịt lợn kho, có món thịt lợn kho tàu lại là món ăn khá hấp dẫn cả xưa đến nay. Gọi là thịt kho tàu có lẽ món này xuất phát điểm từ người Tàu du nhập vào, sớm được Việt Nam hoá. Ngày xưa món thịt lợn kho tàu thường chỉ được dùng trong những ngày đình đám, lễ tết linh đình sang trọng. Nay thịt lợn kho tàu có thể được dùng ở mọi nơi, mọi lúc, mọi hoàn cảnh nếu như người ta thích. Sở dĩ được như vậy vì món thịt lợn kho tàu có màu sắc, hương vị rất hấp dẫn, hợp khẩu vị nhiều người. Người ta thường chọn thịt lợn ba chỉ hoặc thịt dơi thái

vuông khá to rồi đem kho với nước “hàng” chế biến từ kẹo đắng, hoặc kho với nước xì dầu được ninh lâu, ngâm sâu nhuộm miếng thịt có màu đỏ rộm trông rất hấp dẫn ngon lành. Do được kho kỹ nhừ đến mức không thể dùng đũa gấp được, chất ngọt của đường và chất thơm gia vị khác thấm sâu vào trong nên thịt kho tàu ăn rất mềm ngập cả chân răng, có vị béo ngọt dịu, có vị thơm mỡ màng, đậm đà - quả là món ăn với cơm rất thú vị.

BÁNH ĐA VÙNG QUÊ TÔI

“Ôi quê ta bánh đa, bánh đúc” câu hát trong bài “Về quê” của nhạc sĩ Phó Đức Phương cứ vang vọng mãi trong tôi cứ như thôi thúc tôi hãy nói và viết về hai thứ bánh gần gũi, thân thương với quê hương xứ sở vốn nhiều lam lũ và nghèo khó. Riêng tôi vẫn thích bánh đa hơn. Đến bây giờ bánh đúc đã dần vắng bóng nhưng bánh đa vẫn cứ thịnh hành. Có lẽ bởi bánh đa có những ưu thế riêng thích ứng với cả đời sống hiện đại.

Người ta dùng bánh đa tráng để thái thành sợi làm phở, rồi tráng thật mỏng làm bánh đa nem (còn gọi là chả đa) hoặc ăn kèm với tái dê chấm tương chua ngọt, bánh đa nướng còn có thể ăn kèm với thịt mỡ, người ưa cay chấm với giấm ớt. Ở Vinh (Nghệ An) dùng bánh đã nướng kẹp giữa là đường đúc với lạc, gừng ăn vừa bùi vừa ngọt lại cay cay gọi là bánh “Cu đơ”. Nhưng có lẽ phổ biến hơn cả vẫn là bánh đa vùng nướng chín giòn - người ta có thể ăn bất kỳ trong hoàn cảnh nào, rất gọn nhẹ.

Xưa kia bánh đa còn khan hiếm, đắt đỏ, các mẹ, các chị đi chợ hoặc đi đâu xa về có mấy chiếc bánh đa vùng làm quà chia cho con em là đã thấy vui thích lắm rồi. Bởi bánh đa vừa với túi

tiền, dễ chia phần. Khi nhiều người cùng ăn, âm thanh giòn giã của bánh đa phát ra liên tiếp nghe rất vui tai.

Bánh đa vùng còn là món “nhắm” tiện dụng thường xuyên nhất của những người hay lấy chén rượu làm vui cùng gia đình hoặc bằng hữu. Dù mâm cao cõi đầy nhưng có khi không khí thế, vui vẻ ấm cúng, chan hoà, gần gũi bằng lúc tất cả ăn chung cùng một chiếc bánh đa. Thật là rất dân dã và thú vị.

Tuy nhiên để có được những chiếc bánh đa vùng thật sự chất lượng, khoái khẩu rất cần sự “sành điệu” trong cách chế biến, sử dụng bánh đa vùng. Để có bánh đa vùng, vừa giòn, vừa thơm ngon, tinh khiết cần làm từ bột gạo còng mới, thơm ngon. Tuỳ màu của bột gạo và độ non già của than lửa mà chiếc bánh đa có những gam màu khác nhau như trắng ngà, hồng nâu, vàng nhẹ ... Chất lượng bánh đa vùng còn phụ thuộc rất nhiều ở kỹ thuật nướng bánh. Thường người ta hơ bánh đa trên bếp than củi đang hồng, dùng quạt quạt than và luôn tay lật đi lật lại hai mặt chiếc bánh đa cho chín đều. Người quạt bánh không chỉ biết nướng bánh đủ độ chín giòn mà còn biết tạo dáng cho chiếc bánh sao cho hai mặt

của tấm bánh nổi nhiều nốt phồng to, nhỏ nhưng không bị cháy xém. Bề mặt chiếc bánh không phẳng lì không để áp sát vào nhau được mà thường lồi lõm, cong vênh, gồ ghề, có vẻ vênh vang mới đẹp, mới vui con mắt.

Người nướng bánh đa khéo là chiếc bánh đa chõ nào cùng giòn chín đều như nhau, không có đám nào bị “sương” cứng nhắc. Bánh đa nướng càng có độ dày, càng có nhiều vừng thì càng bùi ngày đậm đà và thơm phức. Người ta có thể dùng vừng đen hoặc vừng vàng nhạt, loại mẩy hạt mới thơm ngon hấp dẫn.

Nếu bánh đa để lâu một, hai ngày hoặc ở nơi có độ ẩm cao, bánh sẽ hút ẩm và mất đi độ giòn tan thơm ngon vốn có của nó, trở thành iu xiù chẳng ai muốn ăn, có ăn thì cũng chẳng khác gì phải ăn dưa khú, cà thảm và mắm tép trở mùi.

Ngày nay săn túi ni lông người ta dùng để bọc kín bánh đa vừng đã nướng có thể để được thời gian lâu hơn - bánh đa vừng nướng còn độ giòn tan là còn cái hấp dẫn nhất của bánh đa, còn cái ăn tượng thân quen, và là nguồn cảm hứng dồi dào của thi ca nữa.

MẮM TÉP GIA VIỄN

Ngày nay khi thực phẩm đã dồi dào, nhiều món ăn cao cấp, ngon lành, giàu chất dinh dưỡng được ưa chuộng trong đó có những loại nước mắm đặc biệt ngon nhưng cũng khá đắt tiền, nên cũng ít người được dùng thường xuyên. Vậy mà trước đây ở nông thôn có một thứ thức ăn thơm ngon, giàu chất đậm không kém lại dễ kiếm, ai đã ở quê đều biết đó là món mắm tép.

Dù đã rời quê ra sống ở thành phố nhưng ta vẫn không quên được món mắm tép nên thỉnh thoảng lại phải nhắc nhở con cháu ra trợ mua về để thưởng thức cái hương vị đồng quê thơm ngon dịu ngọt. Mắm tép là thức ăn thường nhật mà nhiều khi là duy nhất của một bữa cơm gia đình, nhất là trong những ngày mùa bận rộn. Mắm tép mua ở chợ bây giờ khác nhiều mắm tép của bà ta, mẹ ta, chị ta tự tay làm lấy năm xưa. Để tiện cho việc mua bán, di chuyển, người ta thường đựng vào can nhựa, chai lọ thuỷ tinh hoặc trong túi ni lông - những thứ không giữ nhiệt ổn định và hương vị của mắm tép như đựng trong hũ, trong vại sành Hương Canh hoặc gốm sứ Bát Tràng, Hải Dương. Do lấy lợi nhuận làm mục

đích tối cao nên mắm tép mua thường bị chua, bị nhặng, đắng hoặc nhiều nước đắng đoảng, cái đi kèm cái, nước đi kèm nước (để tiết kiệm tép, người ta cho nhiều nước, nhiều thính, thậm chí cho cả cháo, cơm nguội vào); đây là chưa kể các công đoạn khác họ làm có ai dám chắc là đảm bảo vệ sinh sạch sẽ? Còn mắm tép nhà mình làm lấy nếu đúng kỹ thuật thì thật tuyệt vời. Các mẹ, các chị thường đảm nhận việc này. Người ta còn cho rằng có người “mát tay” làm mắm tép sẽ đỏ đắn, ngọt ngon. Ở Ninh Bình, nổi tiếng nhất vẫn là mắm tép Gia Viễn - Gia Viễn là một huyện có diện tích đồng chiêm trũng nhất tỉnh, có xã Gia Trung thấp hơn mặt nước biển 0,3m - nơi mà các cụ xưa nói rằng: “Sông ngâm da, chết ngâm xương”. Về mùa úng lụt dân thường sống bằng nghề bắt cá, mò cua, đơm đó tép - đặc biệt là nghề riu tép - vì đồng ruộng ít ra có 6 tháng ngập nước, rong rêu, cỏ dại, phù du có nhiều là môi trường thuận lợi cho các thú thuỷ sản trên phát triển . Tép ở đây nhiều vô kể, nhiều như vốc được, chứ không như bây giờ trên đồng ruộng, kể cả ở thùng vũng cá tép đều trở nên khan hiếm, bởi chúng không thể sinh sôi, phát triển trong điều kiện môi trường nước bị nhiễm thuốc sâu và các loại phân hoá học khác. Khoảng tháng chín,

mười, tiết trời se lạnh là người ta đua nhau đi riu tép. Nghề riu tép kể cũng hay thường có hai người một nam, một nữ (chồng đun riu, vợ dãi tép). Đun riu là một công việc vất vả nặng nhọc, dân người dưới nước suốt buổi, gò lưng ráng sức mà đẩy cái riu tre to kềnh càng lướt trên rong rêu, cỏ đại. Nhiều khi trời giá rét, nước lạnh giá người cầm riu vẫn phải dâm mình trong nước, da tái nhợt, chân tay run rẩy, hai hàm răng va vào nhau lập cập. Còn người dãi tép cũng không hơn, phải đứng dưới nước ngập cả hai chân, còng lưng để dãi, chắt lọc, bới rác lấy từng dum tép sạch sẽ, công việc này đòi hỏi phải kiên nhẫn, luôn tay luôn mắt, phải nhẹ nhàng để tép được tươi nguyên mới bán được giá.

Gia Viễn là nơi có nhiều diện tích đồng chiêm trũng, nhiều người làm nghề riu tép và làm mắm tép ngon - thứ mắm mặn mòi, dân dã nhưng đậm đà tình nghĩa của người mẹ từng chắt chiu, dành dum từng hạt gạo củ khoai nuôi con trưởng thành. Mảnh đất khi xưa nghèo khó là vậy mà vẫn có nhiều người xuất chúng, cống hiến tài năng cho đất nước như Đinh Bộ Lĩnh, Nguyễn Bặc, Đinh Điền, Trịnh Tú, Lưu Cơ... ở đây có những phụ nữ không chỉ “mát tay” làm được thứ

mắm tép đỏ tươi ngon nổi tiếng mà còn nổi tiếng “mát tay” nuôi con trở thành những người anh hùng. Từ xưa đến nay mắm tép Gia Viễn được gửi đi Hà Nội và nhiều nơi khác, được khách hàng rất ưu chuộng.

Hiện có một số gia đình cha truyền con nối làm nghề đi riu tép và làm mắm tép bán buôn, bán lẻ. Những người thạo nghề cho biết một số nét kỹ thuật cơ bản để làm được mắm tép ngon. Trước hết cần chọn đúng loại tép riu (tép nhỏ con), thân tép căng tròn, có màu xanh lam, chứng tỏ tép già đanh. Nếu dùng tép riu vào tháng bảy tháng tám thì tép thường còn non (chưa đủ tuổi), mắm tép sẽ bị nhạt chất nhạt màu không có màu đỏ tươi ngon ngọt đậm đà như tép đủ độ tuổi. Tất nhiên các phẩm chất này còn phụ thuộc ở nhiều yếu tố khác như khi muối, hũ, vại có được rửa sạch hay không. Nếu ta muối quá tay thì mắm bị thâm, mặn gắt, nhạt muối quá mắm dễ bị thối. Trước khi muối, tép vẫn còn tươi, được rửa sạch bằng nước sạch. Khi làm mắm tép người ta thường cho thính gạo, rang vừa độ xuê vàng, theo tỷ lệ khoảng 10 tép + 2 thính + 1 muối. Nếu liều lượng, công đoạn, kỹ thuật thật chuẩn ta sẽ được một vại mắm tép toả hương

thơm ngào ngọt, ngon lành. Ngày mùa bận rộn
vất vả hiếm thức ăn mà lại được bưng một bát
cơm gạo mới trắng phau có chan một thia mắm
tép đỏ au, hương thơm cơm mới sao mà ngọt
ngào hấp dẫn đến thế. Sức trai xài liền một tua
hết 7 - 8 bát. Còn nếu có thêm rau diếp, ngồng
cải bẹ, ngọt rau lang, rau muống non luộc chấm
với mắm tép thì dù người cao tuổi cũng ăn được
2 - 3 bát cơm đầy. Cao cấp hơn nếu được kho kỹ
với thịt lợn ba chỉ thái nhỏ thì mắm tép óng ánh,
mỡ màu vừa ngọt ngào vừa béo ngậy kia ai
chẳng thích dùng.

Với người nông dân xưa, mắm tép là thứ thức
ăn thường nhật, cũng như món nước mắm bây
giờ. Khi khan hiếm thức ăn nó có vị trí độc tôn,
bát mắm tép bao giờ cũng được đặt giữa mâm
cơm. Khi có nhiều món, nó cũng là một món ăn
góp đậm đà, gần gũi. Hiện nay ở thành phố,
mâm cơm đã có nhiều thịt, cá, giò chả, rau quả...
đôi khi người ta vẫn cần có món mắm tép nhè
quê để được trực cảm, hoài niệm về một thời đã
qua mà những ai đó đã cùng ăn chung một mâm
cơm chỉ có rau mắm và hình như thời gian đang
làm tăng thêm sự thơm ngon, hấp dẫn của món
mắm tép quê nhà.

Phần III

ĐÔI ĐIỀU BÀN VỀ ÂM THỰC

MỘT THỜI ĐÁNG NHỚ

“Vô cổ bất thành kim” nên thi thoảng có “Ôn cố tri tân” thiết nghĩ cũng là điều cần thiết với văn hoá ẩm thực. Hơn nữa thực tế ở nhiều quán ăn, nhà hàng, khách sạn hiện nay không ít thực khách đã chán đồ ngoại, chán cả “giò nem ninh mọc” và nhiều món ăn cao xa khác và lại thích quay về với các món dân tộc, mang cốt cách bình dân (như cá kho niêu đất, canh cua cà ghém, ốc luộc chấm mắm gừng...) thì việc điểm lại những món ẩm thực dân dã xưa kia của ông cha cũng chẳng phải là thừa.

Ngày nay ai cũng biết ông cha ta xưa sống trong nghèo đói và vất vả lăm. Để làm ra hạt lúa, củ khoai, con giống, vật nuôi đâu có dễ. Ở giữa vùng duyên hải bão lụt, hạn hán, dịch họa liên tiếp, kỹ thuật canh tác lạc hậu kéo dài, riêng lương thực trung bình có tới bảy tám mươi phần trăm nông dân thiểu đói hàng năm tới sáu bảy tháng. Vùng đồng chiêm trũng như Gia Viễn, Nho Quan, Hoa Lư, Yên Mô... chỉ cấy được một vụ, còn một vụ rất bấp bênh. Lương thực tại chỗ không đủ tự cung, tự cấp, đa số người dân phải

lấy rau màu để bù đắp vào sự thiếu hụt của lúa gạo. Có nhiều gia đình đặc biệt là các gia đình đông con, có hoàn cảnh khó khăn thường phải ăn khoai lang, sắn củ, ngô tẻ trừ bữa hoặc độn thêm vào cơm mà ăn cho đỡ đói.

Khoai lang được coi như thứ lương thực chống đói thứ hai sau lúa gạo ở Ninh Bình. Có lẽ bởi khoai lang dễ trồng, nhanh thu hoạch, tiện dùng nên được nông dân nghèo quen dùng. Có nhiều gia đình phải ăn khoai lang trừ bữa, một bữa khoai một bữa cơm hoặc cháo độn khoai, mà khoai vẫn chiếm tỷ lệ lớn gấp bốn năm lần gạo. Nhiều cô cậu học trò đi học về đói vàng cả mắt, được gia đình phân cho mươi củ khoai luộc nhỏ để ăn trừ bữa. Đối tượng này thường được ưu tiên có số lượng khoai nhiều hơn so với người khác trong gia đình. Ăn khoai trừ bữa đâu có phải no nê thoái mái cho cả nhà. Thường người mẹ phải nhường nhịn cho các con.

Ngoài ăn khoai lang luộc, nhiều gia đình còn ăn khoai lang khô. Khoai lang được sắt miếng mỏng phơi khô bỏ vào vại, cóng, chum để ăn dần. Cũng như khoai lang tươi, khoai lang khô để độn vào cơm hoặc bung nhù ăn trừ bữa. Ăn

kiểu này để đỡ ngán, người ta có thể cho thêm đường hoặc đậu đen, khoai lang bung sẽ có vị ngọt, bùi dễ ăn hơn. Ở Nho Quan - Gia Viễn có giống khoai Hoàng Long củ to, nhiều bột, ruột vàng cho năng suất khá cao, một thời đã nổi tiếng ở Ninh Bình.

Ngoài ra khoai lang còn được nông dân hái lá và ngọn non để nấu canh hoặc luộc chấm nước mắm cáy hay dấm mẻ, mắm tép... cũng rất thú vị. Có những gia đình quá thiếu đói phải bữa ăn rau lang luộc trừ bữa hoặc ăn độn thêm vào cơm, thay lang củ vì chưa đúng vụ.

Nói về cảnh đói ăn lang luộc thương nhất là con chó. Chó vốn rất trung thành, gắn bó thuỷ chung với chủ. Nó chẳng biết chê chủ nghèo bao giờ. Chẳng may sống cùng các gia đình nghèo thì nó chẳng bữa nào được ăn no chứ chưa dám nói đến ăn ngon. Vì chủ nhân khoai lang cũng không đủ mà ăn nên chỉ thường bóc vỏ và vứt đầu mẩu củ khoai luộc cho chó. Chó vẫn ăn ngon lành. Chó cũng ăn rau trừ bữa như người. Nhưng chủ đi đâu về vẫn mừng rỡ vãy đuôi. Thật đáng thương! Quê tôi các cụ kể, xưa có một bà già độc thân mù loà, có nuôi một con chó đen rất khôn.

Cứ ngày ngày dẫn chủ đi ăn xin. Chủ nói tên, đến nhà ai là con chó dẫn đến đúng nhà ấy. Xin được thứ gì bà cũng sẻ chia cho con chó. Nó luôn nằm cạnh bà. Một ngày kia chẳng may bị bệnh đột ngột, nó chết. Bà già quá thương nhớ, đau ốm có vài ngày rồi cũng “đi” theo con chó về thế giới bên kia, mang theo cuộc đời cùng khổ và nỗi tiếc thương vô hạn...

Có thể nói ngày xưa cùng cực, khoai lang là lương thực của nhiều gia đình. Nay thóc gạo đã đổi dào vẫn còn có nhiều người thỉnh thoảng vẫn thèm nhớ, mua khoai luộc mà ăn như để nhớ lại một thời đáng nhớ. Còn những con chó vẫn cứ trung thành và tình cảm với chủ như những con chó xưa. Nhưng nay ăn uống của nó cũng đã khác (ở thành phố) nếu thức ăn không có là nó không chịu ăn, dù cơm có ngon đến mấy. Thậm chí có con chó còn kén ăn, biết chọn cả bát, đĩa.

Mới biết hoàn cảnh thay đổi, nhiều điều biến đổi theo nhưng cũng còn có những điều không thể thay đổi, đấy là lẽ của tự nhiên!

Cảnh đời khổ xưa, không chỉ có phải ăn khoai lang mà còn nhiều khi phải ăn sắn củ. Thức ăn này phổ biến ở vùng đồi Nho Quan, Tam Địệp và

những vùng lân cận. Các vùng khác mua về để ăn độn giống như dùng khoai lang. Củ săn tươi được ăn độn cơm. Nhiều khi gạo ít, cơm chỉ bậu trên những khúc săn. Còn săn khô cũng dùng độn cơm như khoai lang khô. Có nhiều gia đình dân tộc thiểu đói phải dùng cả những đầu mẩu của củ săn đã được loại ra mốc xanh rồi còn đem rửa, cao sạch vỏ, bỏ vào cối tán nhỏ chắt lọc lấy ít bột để ghé cơm khi ăn thấy có vị hơi đắng và nhặng. Ngày nay lương thực đã săn, người ta ít dùng săn để độn (trừ miền núi). Và dùng nhiều trong công nghệ chế biến thực phẩm, đặc biệt là sản xuất mì chính.

Ngoài săn, khoai, ngô ở Việt Nam được coi là loại lương thực quan trọng thứ hai sau lúa. Có nhiều vùng dân tộc thiểu số miền núi ăn ngô thay cho lúa gạo.

Ở Ninh Bình xưa không thiếu gia đình phải ăn ngô bung trừ bữa. Món ngô bung được đun kỹ qua bếp lửa hoặc vùi trong than trấu qua đêm, hạt ngô nở bung ăn rất mềm. Nếu ngô bung lẩn với đậu đen hoặc đậu trứng quốc lại có phi hành mỡ chan vào thì bùi ngọt, thơm ngon rất dễ ăn.

Ngoài ngô bung, người ta xay ngô nhỏ ra

mảnh, ngâm, vo cùng gạo nấu cơm, ăn chắc dạ. Ngoài ra ngô tươi còn được nướng, luộc, rang, có hương thơm, vị ngọt bùi hấp dẫn. Những thứ này ban đêm trên các vỉa hè, đường phố người ta thường bán rong, có nhiều người nhất là những cô gái rất ưa dùng.

Xuất phát từ cảnh nghèo nàn, khó làm ra đồng tiền, bát gạo, nhiều gia đình đã hết sức tằn tiện với phương châm: “ăn lấy chắc, mặc lấy bền”. Đây là những biện pháp bất đắc dĩ của nhiều người, bởi ai chẳng muốn ăn ngon, mặc đẹp. Nhưng do hoàn cảnh thiếu thốn bắt buộc người ta phải “chắt bóp” với chính mình. Trước tiên vẫn là lương thực, nhiều gia đình không dám ăn gạo ngon, cho rằng “tốn kém” vì giá thành cao mà lại chóng đói nên chỉ dùng các loại gạo không ngon để được “rẻ” mà còn ăn chắc dạ - đó là gạo tép đỏ. Đã vậy còn kén gạo giã không kỹ lăm, sợ gạo trắng quá ăn “hao” cơm! Mới chỉ cách đây vài chục năm thôi, nhiều gia đình còn thích ăn gạo mặn là thứ gạo được tàng trữ lâu trong kho ăn khô khan, kém độ dẻo, thơm do mặn dịch bán. Thật là cơ cực!

Cũng do tiết kiệm lương thực nên nhiều nhà

phải ăn cháo thay cơm. Gạo ít thì cho thêm nhiều nước cho có thể đầy được dạ dày. Người ta thường nấu cháo ăn trừ bửa. Đó là cháo hoa. Gọi là cháo hoa có lẽ vì do nhiều nước ninh kỹ nên các hạt gạo rất nhừ, nở bung ra như những cánh hoa. Cháo loãng ăn bằng thìa hoặc húp trực tiếp.

Dù nấu cháo đã mất ít gạo nhưng vì còn muốn ít gạo hơn nữa người ta lại có “sáng kiến” nấu cháo ngô, cháo cám, cháo đậu, cháo bí ngô, cháo rau má. Các loại cháo cao cấp hơn không phải mục đích tiết kiệm gạo đó là cháo hến, cháo cá, cháo gà, cháo sườn, cháo kê.

Đáng chú ý là cháo cám. Có nhiều người nghèo đã phải ăn cháo cám. Cám là vỏ bột gạo được loại bỏ hết trấu gianh cám to, còn lại cám nhỏ đem quấy vào nồi cháo hoa thành ra cháo cám. Cảnh nghèo ăn cháo cám, lúc quá đói ăn cứ thấy ngon nhưng hơi lưng lửng rồi thấy chán ngán ngay. Nhưng lần sau vẫn phải ăn bởi cảnh nghèo luôn níu kéo!

Còn cháo rau má nữa. Rau má là loại thân cỏ leo lan trên mặt đất, lá xanh, khá tròn có vị hơi đắng, ngọt mát và thơm, tính hàn, rất dễ ăn. Người ta thường luộc, nấu cháo, làm dưa, giã

nhỏ chắt lấy nước uống giải nhiệt... Ngoài ra để đỡ gạo, người nghèo còn có cháo bắp cải, cháo su hào...

Khi đói kém thì cái gì ăn được cũng thấy ngon, cũng có thể trở thành thứ quà bánh quý. Bởi vậy xưa mẹ về chợ đồng quà tẩm bánh có gì cao sang đâu mà con trẻ vẫn sung sướng hả hê đón nhận. Quà có thể chỉ là mấy củ khoai luộc, mấy khúc săn hoặc mấy bắp ngô luộc hay mấy xuyên táo, đắn mía...

Cái tần tiện không chỉ được thể hiện qua lương thực, mà còn được thể hiện trong việc chế biến các món mắm muối để ăn được ra, được lâu đỡ tốn kém. Vị mặn, hương thơm đó là muối mắm tôm.

Vị đậm, có hơi thịt, hương thơm là muối sườn.

Vị đậm, béo, sắc vàng đẹp hương thơm hấp dẫn là muối gạch cua.

Ngoài ra còn có thịt muối: thịt miếng to vùi vào vại muối để lâu, ăn dần - có vị mặn, mỡ béo ăn ra. Cà muối (cà ghém muối mặn) chỉ cần hai ba quả đã hết một bát cơm.

Cà muối mặn để được lâu, da quả cà đã nhăn nheo nhưng không bị ủng, ăn vẫn giòn.

Mắm muối là những món ăn điển hình đáp ứng mục tiêu tiết kiệm hay nói đúng hơn là do hoàn cảnh bắt buộc của những gia đình nghèo.

Cái khốn cùng của nông dân xưa không chỉ có đồ ăn mà còn cả nước uống. Nước uống các cụ xưa do thói quen nên già trẻ lớn bé thường cứ uống nước lã mà không việc gì. Tất nhiên nguồn nước xưa không bị ô nhiễm như bây giờ. Song chủ yếu cũng do kinh tế hạn chế mà người ta không thể lo được thức uống khá hơn - Nguồn nước dùng chủ yếu dựa vào có sẵn trong thiên nhiên như nước hồ ao, sông suối và nước mưa. Vật dụng đựng nước ăn của nhiều gia đình rất nghèo nàn thường là chum, vại, hũ, vò... Thường, xóm, làng, bản ở gần sông thì ăn nước sông, không thì dùng chung ở một vài giếng tự cộng đồng đào trong thôn xóm (giếng làng). Có những làng nhiều người mắt toét hay nói ngọng hoặc có tiếng nói nặng, nhẹ khác nhau, người ta đổ tại do nước giếng làng. Cũng ít nhiều có cơ sở. Cho mãi đến những năm sáu bảy mươi của thế kỷ XX một số nơi ở huyện Kim Sơn vẫn còn ăn nước ở

ao hồ, một số làng ven sông còn ăn nước sông.

Điều trên chứng tỏ, cái vất vả cực khổ của sinh hoạt ăn uống do đói nghèo đã dành nhưng còn do bản thân mỗi người chưa ý thức được đầy đủ điều kiện, khả năng cải thiện, sinh hoạt ăn uống của mình và gia đình. Một trong những lý do rõ nhất của sự nghèo khổ là do gia đình đông con, nhưng trước đây đã mấy ai ý thức được. Cũng như muốn ăn gạo tép đỏ, ăn gạo mậu để đỡ tốn kém thì thật là thiếu cơ sở khoa học.

Vậy là con đường để đưa ta thoát khỏi sự cùng cực trong ăn uống rất cần sự hiểu biết không ngừng nâng cao trình độ mọi mặt trong đó có văn hoá ẩm thực.

ÂM THANH ÂM THỰC

T Trrước đây, khi có bạn bè, khách quý đến nhà, thế nào cha tôi cũng tìm ra được món gì đó để cùng khách thưởng thức tiệc rượu. Gọi là “tiệc” cho sang chứ thực ra rượu cũng không có nhiều, hai, ba ông mới có một be hoặc một cút nút bằng lá chuối (bằng 1/4 lít). Đồ nhắm cũng rất đơn giản, có thể là mấy quả sung xanh hoặc chuối xanh bứt ở ngoài vườn. Cũng có khi ông sai tôi đi mua chiếc bánh đa nướng hay nhà có thì rang ngô, rang lạc đai khách. Tiệc rượu chỉ có thể thôi mà mấy ông cứ tí tách nhâm nhi, xuýt xoa chuyện trò râm ran suốt buổi.

Những bữa thường, cha tôi hay uống một hai chén rượu (chén mắt trâu) để ăn cơm cho ngon miệng. Món nhắm thường là cuộng dưa cải bẹ muối chua, cua đồng bỏ yếm rang nhạt hoặc cà ghém muối xổi, khi ăn nghe cứ rau ráu, giòn tan.

Cảnh nghèo túng đúng là không còn gì hơn thế!

Tuy vậy cũng có lần săn cá ăn, cha tôi đai khách rượu bằng cá rô rán hoặc cá nướng, vừa

thơm ngon vừa giòn. Còn khi nhà có giỗ chạp, tết nhất, cha tôi thường chú ý nhiều đến các món như dưa hành, xương sụn, chân gà, lòng lợn... - những thứ khi nhai người ăn cảm nhận được cụ thể những âm thanh sùn sụt, rau ráu, cẳng cắc... rất vui tai!

Khi uống nước cha tôi còn có thói quen quẹt dài cái đít chén vào miệng đĩa (khay) có tiếng kêu rèn rẹt nhẹ nhàng rồi mới đưa chén lên miệng uống, có vẻ thú vị lắm!

Có lần mẹ tôi bảo: *Sao khi uống rượu bao nhiêu thứ ngon lành ông không nhắm, lại cứ thích những món xương xấu, rau quả rẻ tiền ấy?* Cha tôi cười bảo: *Bà biết không, uống là phải nhắm những thứ ấy, nó không chỉ khoái khẩu mà còn vui cái tai nữa chứ!*

Do còn nhỏ nên lúc ấy tôi chưa hiểu hết lời nói của cha tôi. Sau này trưởng thành dần dần chiêm nghiệm, tôi mới thấy lời của cha tôi thật chí lý và biết rằng các cụ ta xưa rất sành điệu trong nghệ thuật ẩm thực. Tôi càng hiểu sao bây giờ trong tiệc tùng người ta hay chạm ly, chạm

cốc đến thế. Chạm trước khi vào tiệc, chạm trong khi tiệc và chạm kết thúc bữa tiệc. Cũng phải thôi vì nó có âm thanh - tín hiệu chào mời: rượu đầy ly, để tiếp tục cuộc vui. Rượu với dân và lần cuối cạn ly để già từ. Ngoài ý nghĩa thông báo, chào mời, xã giao, thực sự những âm thanh khi chạm ly, chạm cốc phát ra các tác dụng kích thích sự hưng phấn để người trong cuộc chân thành, tự nhiên, vui hết mình, vui lây sang cả những chung quanh. Rượu quả là đã biết nói.

Có người nói không “ngoa” rằng ăn thứ gì đó bùi ngậy tận mang tai. Phải chăng thính giác (tai nghe) đã hỗ trợ cho vị giác. Thức ăn được đánh giá là ngon cần có sự tham gia của thị giác, khứu giác. Do vậy món ăn hàng ngày của ta cần phải trang trí, bày biện sao cho đẹp mắt, có hương thơm hấp dẫn, hợp với khẩu vị, lại có âm lượng khi nhai, thấy sảng khoái vui vẻ và khi cần có thể cầm trực tiếp bằng tay mà thưởng thức. Có những món nếu dùng đũa hay thìa, nĩa, chẳng những buồn cười mà còn mất ngon như khi ăn các món xôi vò, bánh đa, lạc rang, chân gà, xương sụn, xương hầm, hoa quả...

Tuy nhiên cũng cần loại trừ trường hợp vô ý tạo ra âm thanh khiếm nhã khi ăn uống như húp nước canh soàn soạt, thổi thức ăn cho chóng nguội, phù phù, nuốt nước ừng ực, chép miệng tóp tép tỏ ra uể oải hoặc bốc bải cầu thả, xô bồ. Đó là những hành vi thiếu tôn trọng người khác, trái với truyền thống văn hoá ẩm thực Việt Nam.

Như vậy xem ra việc ăn uống không đơn giản chút nào. Ăn uống thế nào để được ngon lành, mang lại nhiều khoái cảm cho mình đã dành, lại cần biết hoà đồng những khoái cảm, niềm vui đó cho gia đình, cho mọi người chung quanh. Như vậy mới thật là người biết thưởng thức. Một trong những khoái cảm đó thuộc về thính thực.

ĐÔI ĐIỀU BÀN VỀ SỰ ĂN

Từ xưa, tiền nhân đã dạy “có thực với vực được đạo”. Ta có thể hiểu nôm na: có ăn mới có sức để hoạt động trí, lực đáp ứng được những nhu cầu phát triển về thể chất và tinh thần của mỗi người. Quan niệm về “ăn” ở đây có tính thực tiễn và khoa học sâu sắc.

Tuy nhiên khi bàn đến sự ăn, thật không đơn giản chút nào. Vì sẽ chạm đến một loạt vấn đề về thực phẩm, khẩu vị, đặc sản vùng, miền, cách thức, ứng xử trong ăn uống...

Cứ mỗi năm một lần, theo truyền thống của dân tộc Việt có một cái Tết cổ truyền lớn nhất và thiêng liêng nhất được gọi là “Tết Nguyên đán”. Cái Tết (tiết) kết thúc mùa đông lạnh giá mở đầu cho mùa xuân ấm áp. Lời nói thông thường của nhân dân xưa nay là “ăn tết”, chứ ít ai nói là “chơi tết”. Hiện nay dân ta giàu có hơn xưa rất nhiều, có thể nói nơi này, nơi kia có nhiều gia đình sung túc thì việc “ăn tết” không đáng lo l้า, mà cái chính là lo “chơi tết” như thế nào cho sang hơn và vui hơn. Mặc dù vậy vẫn không ai nói “chơi tết” để thay cho “ăn tết”.

Vậy xem ra việc “ăn” là gốc, là quan trọng hàng đầu. Có thể nói nó là yếu tố đầu tiên, để có được tất cả những cái gì sinh ra sau đó của con người. Ví như sự lớn lên về sức vóc “ăn vóc, học hay” hoặc “thực túc bình cường”. Tiên nhân cũng đã dạy “mè không ăn mè cũng chết”, huống chi là người! Ai đó coi thường việc ăn, cho bữa ăn là tầm thường thì dễ sa vào duy ý chí. Do miếng ăn quan trọng như vậy mà tiên nhân còn dạy rằng “trời đánh còn tránh miếng ăn” - quả là một lời cảnh báo đầy nhân tính.

Tuy nhiên sự ăn chỉ quan trọng khi nó có tác dụng tốt để phát triển thể chất và tinh thần cho mỗi người. Nếu không sẽ có tác dụng xấu (như “bội thực”). Cần biết ăn đúng lúc: “ăn khi đói, no khi tĩnh”. Ăn ngon, bổ không chỉ là “nem công chả phượng”, hay “cao lương mỹ vị” mà nhiều khi chỉ cần đủ chất, đủ vi lượng có trong các món ăn bình thường hàng ngày: “ăn cơm không rau như đau không thuốc”.

Việc ăn không đơn thuần chỉ có ý nghĩa thể chất mà còn biểu hiện những giá trị của truyền thống văn hoá của một dân tộc, một địa phương. Từ đó định giá được phẩm chất tốt, xấu, sang

hở, khinh trọng, sành sỏi, hay vụng về, v.v... Các cụ xưa dạy con cháu cần phải “ăn lấy chắc mặc lấy bền” chớ có “ăn theo nói leo” và phải biết “ăn trông nồi, ngồi trông hướng”. Phải biết tự kiềm chế bản năng vì “miếng ăn quá khẩu thành tàn”. Các cụ phê phán kiểu ăn tham lam, vội vàng, xô bồ “ăn sống nuốt tươi” và những kẻ chuyên “múa mép khua môi”, “ăn như rồng cuốn, nói như rồng leo, làm như mèo mửa” chỉ biết “sấp mặt xuống ăn”. Những gia đình có nền nếp gia giáo thường dạy con cái “nết ăn nết ở” sao cho phải đạo, phải “ăn ngay nói thẳng”, chớ có “ăn ốc nói mò, ăn cò nói điêu”, với nhân cách “đói cho sạch, rách cho thơm”. Cần trọng danh dự, biết suy nghĩ trách nhiệm “ăn đã vậy múa gậy làm sao” hoặc “ăn có mời làm có mượn”. Mình phải có lòng tự trọng, đừng coi thường việc ăn uống. Kiểu “ăn xó mó niêu”, “ăn tro vỏ trấu” bị người ta khinh rẻ nên dù sao ăn uống cũng phải cho đĩnh đạc, đàng hoàng: “Một miếng giữa làng hơn một sàng xó bếp”. Các cụ còn dạy cách “đói nhân xử thế” sao cho phải phép: “ăn đưa xuống, uống đưa lên” chứ không nên “tùm lum” tùy tiện. Đây là nói về phép tắc, còn nói về tình

nghĩa thì phải biết “ăn quả nhớ người trồng cây, “chớ nê” “ăn cháo đá bát”, phải biết yêu thương, san sẻ: “một con ngựa đau cả tàu bỏ cỏ”.

Ăn uống không chỉ để no nê, thoả mãn cơn đói khát có tính bản năng mà còn cần thoả mãn cái đẹp do yêu cầu của bản thân và nhiều người khác, tức là ăn có văn hoá. Muốn vậy mọi người cũng cần phải “ học ăn học nói, học gói, học mở”, phải biết “nhai kỹ no lâu” chớ có vội vàng thiếu chín chắn “ăn không nhai nói không nghĩ” sẽ chẳng ra gì. Các cụ còn dạy: “Khéo ăn thì no, khéo co thì ấm”. Xem ra việc ăn uống cũng cần phải “khéo”, có nghệ thuật. Nghệ thuật thường thức nâng lên trình độ sành điệu như Tân Đà, Nguyễn Tuân của làng văn sỹ. Tân Đà nêu 4 điều cần quan tâm về ăn: ăn cái gì (sở trường), ăn lúc nào (thời gian thích hợp), ăn ở đâu (môi trường), ăn với ai (tình cảm). Quả là miếng ăn thật đáng quý trọng vì nó không chỉ có giá trị dinh dưỡng mà còn ẩn tàng những giá trị văn hoá, nghệ thuật rất phong phú. Ngược lại ai đó để cho sự tham lam, tồi tệ lấn át thì miếng ăn trở thành “miếng xấu”. Từ xa xưa, cha ông ta đã có những câu: “ăn hàng thúng uống hàng thùng”,

“nồi bảy quăng ra, nồi ba quăng vào”, “ăn trên ngồi trốc”, “ăn trắng mặc trơn”, “ngồi mát ăn bát vàng”, “ăn theo nói leo”, “theo đóm ăn tàn”, “ăn lọc nói lừa”, “ăn gian nói dối”, “ăn xổi ở thì”, v.v... để mỉa mai, lên án những thói hư tật xấu của con người đã và đang tồn tại trong xã hội.

Những thành ngữ, tục ngữ có chứa đựng tiếng “ăn” trên đây có thể chỉ là cái cớ để tác giả dân gian nói sang nhiều lĩnh vực khác của đời sống xã hội như đạo đức, nhân cách, trí thuệ, lối sống... Có khi chỉ để nêu lên một hoàn cảnh để lựa chọn: “ăn thịt bò lo ngay ngáy, ăn mắm cáy ngáy o o”. Hoặc nêu lên một thực tế: “giành nhau bát gạo, chào nhau ăn cơm”, và hoàn cảnh lao động vất vả của người nông dân: “nuôi lợn ăn cơm nầm, nuôi tằm ăn cơm đứng”, hay sự tần tiện quá đáng “ăn mắm mút dòi”. Có khi nói chuyện ăn nhưng lại là chuyện tình cảm “ăn nầm với ai” (ngoại tình). Những thành ngữ, tục ngữ này đã góp cho lời nói cửa miệng của nhân dân thêm phong phú sinh động và súc tích trong khi giao tiếp. Nội dung những thành ngữ, tục ngữ được diễn đạt bằng lối tư duy dân tộc rất khúc

chiết, ngắn gọn, tinh lọc, cấu trúc có đối có vần về dễ nhớ, dễ thuộc với nhiều hình ảnh, ví von gợi cảm sinh động.

Cùng những thành ngữ, tục ngữ nói trên với mục đích sử dụng và cảm nhận của mỗi người, mỗi ngữ cảnh khác nhau dẫn đến sự hiểu, cách lý giải khác nhau, vì ở mỗi câu có tiềm ẩn nhiều tầng bậc ý nghĩa. Có điều chắc chắn rằng trong kho tàng thành ngữ, tục ngữ Việt Nam còn hàng “tấn” tiếng “ăn”, mỗi tiếng như những tinh thể muối chắt lọc trong biển cả bất tận mà chúng ta cần tìm hiểu, khai thác, giữ gìn và phát huy tác dụng để phục vụ đời sống thường nhật của chính bản thân và cả cộng đồng.

BẾP LỬA

Khi chưa biết dùng lửa để làm chín thức ăn, con người còn sống trong cảnh mông muội; ăn sống nuốt tươi, rét mướt, không có công cụ lao động sắc bén. Đời sống sinh hoạt và sản xuất của loài người thay đổi hẳn, văn minh hơn nhiều khi con người bắt đầu biết giữ lửa và dùng lửa, Lửa mang lại sức mạnh diệu kỳ. Con người quý lửa, thần thánh hoá ngọn lửa bằng những câu chuyện và bằng việc tôn thờ thần lửa.

Chẳng rõ từ bao giờ nơi lưu giữ lửa, dùng lửa để làm chín thức ăn được gọi là “bếp” - bếp lửa. Dần dần bếp lửa được gắn với từng gia đình. Cho đến tận bây giờ, những thường phật, phân chia của một cộng đồng ở một số nơi vẫn còn lấy hộ gia đình hoặc lấy “đầu bếp” làm đơn vị định lượng. Thời kì đầu, bếp lửa đơn giản là những hốc đá, hốc đất hay hốc cây. Sau con người chế tác ra nồi niêu thì bắc bếp bằng các viên gạch, hòn đá rồi nặn ra các “ông đồ rau” bằng đất, sau tiến tới làm kiềng ba chân bằng sắt...

Cùng với sự phát triển của đời sống xã hội, bếp lửa được tạo dáng và dùng các nguyên liệu khác nhau rất đa dạng, phong phú và ngày càng

hiện đại, tiện dụng. Đó là bếp rơm, bếp củi, bếp than, bếp dầu, bếp điện, bếp ga. Trong kháng chiến chống Mỹ, để giữ được bí mật, bộ đội ta dùng bếp lửa Hoàng Cầm...

Riêng bếp được cấu tạo bằng ba “ông đồ rau” ở Việt Nam ta tồn tại khá dài và phổ biến rộng rãi nhiều nơi, nhiều dân tộc. Ở Trung Quốc và một số nước Châu Á trong đó có Việt Nam còn tục lệ ngày 23 tháng Chạp (âm lịch) làm cỗ cúng tiễn ông Táo (ông bếp) lên trời. Tục lệ này còn được lưu truyền và gắn với câu chuyện khá cảm động về sự tích “Hai ông một bà” nhà bếp: thuỷ chung, son sắt, tận tuy hết lòng, sống chết có nhau, tình yêu thương lúc nào cũng đỏ hồng, rực cháy như ngọn lửa.

Con người tồn tại trước nhất là phải có ăn, muốn ăn chín, ăn sạch, ăn ngon cần có bếp để chế biến thức ăn. Không chỉ giúp việc ăn mà bếp còn có ảnh hưởng trực tiếp đến môi trường, khí hậu của một gia đình và vùng lân cận qua tác động của nhiệt, khói và bụi toả ra từ bếp lửa. Nếu bếp cấu tạo hợp lí sẽ làm cho cả ngôi nhà mát về mùa hè, ấm về mùa đông. Bếp ít hoặc không có thì bụi, khói ô nhiễm gây tổn hại sức khoẻ con người. Cách thức tổ chức, sắp xếp, bài

trí bếp còn thể hiện rõ nếp sống văn hoá, văn minh của chủ nhân, người sử dụng...

Bếp có vai trò quan trọng ảnh hưởng trực tiếp đến con người như vậy mà trong thực tế đời sống, nhất là xưa kia, có ít người quan tâm đến nó một cách đúng mức. Mặc dù nhà cửa làm khá rộng rãi, khang trang, nhưng riêng cái bếp lại được làm tạm bợ, cách biệt, thấp bé, chật hẹp, ẩm thấp, dột nát, thiếu ánh sáng, thường kề sát với công trình thiếu vệ sinh (như chuồng trại chăn nuôi, hố tiểu, hố tiêu...). Trang thiết bị cho bếp thì quá đơn sơ, thiếu thốn. Bếp thường chỉ có ba “ông đồ rau” làm bạn với mấy cái cọc tre trên vách đất để treo nồi niêu một đám tro trấu, rác củi trông rất tuềnh toàng, nguội lạnh. Nhà văn Ngô Tất Tố đã có đoạn văn miêu tả bếp nhà chị Dậu (trong tác phẩm *Tắt đèn*) buồn cười chảy cả nước mắt: “*Đối với buồng ấy là bếp dun, cảnh tượng lại càng bê bờn. Dưới từng mái trái thấp hẹp, những luồng ánh sáng xanh tía thông thoáng kéo thẳng từ nóc đến nền, cố hun cho khô những chỗ đêm qua mưa dột. Cảnh bó củi giong ẩm úớt, đoàn vung sút miệng hênh hêch nằm giữa trong những cái rế tre, như muốn cười với lũ niêu đất thư nhàn, lồng lốc lăn nghiêng lăn*

ngửa. Trên bãі tro trấu tanh bành, nguội lạnh, mẩу hòn gạch vỡ chāu đầu vào nhau, nghiêng mình nằm theo thế chân vạc, đương chờ đến lúc đội nồi”...

Bếp núc như vậy ở nông thôn xưa không phải chuyện hiếm. Ngay cả cuối thế kỷ XX, ở nông thôn vẫn còn nhiều cái bếp đầy bụi, khói lan tràn tự do và cách xa nguồn nước. Tôi nhớ cách đây mới năm chục năm, làng tôi có đến 95% là nhà mái rạ, mái tranh. Mùa hanh khô thường xảy ra hoả hoạn do bếp lửa không an toàn. Bếp cháy, nhà cháy, cháy lan sang cả hàng xóm. Nghe tiếng tù và hoặc tiếng kẽng báo động, già trẻ, lớn bé tay cầm nồi, chậu, thùng, xô cá làng chen nhau chạy tới, lao vào chữa đám cháy. Có nhà xa nguồn nước nên chỉ sau 30 phút, tất cả nhà cửa bị cháy, trụi còn lại đám tro tàn và chờ vơ mẩy cái cột đèn thui cháy dở. Cảnh tượng bị thương ấy ngày nay hầu như không còn nữa, vì nhiều làng, xóm nhà ở đã được ngói hoá hoặc bê tông, mái bằng...

Rất đáng mừng hiện nay đa số ở thành thị và nhiều nhà ở nông thôn đã ý thức được vai trò của bếp núc nên có đầu tư xây dựng và trang bị nội thất tương đối không kém kém gì công trình chính.

Phân bếp được chủ nhân tận dụng không gian phía dưới và trên để làm các tủ kín đựng đồ, vừa thực dụng, vừa có tính chất trang trí cho gian bếp đẹp và lịch sự. Nhiều gia đình có điều kiện đưa vị trí bếp núc lên ngang tầm với nhà ở, có chung không gian sinh hoạt, liền với phòng khách rộng rãi, khang trang vừa thoáng mát vừa thuận tiện. Khách khứa, bạn bè đến chơi có thể quan sát được tài nghệ hoặc giao lưu một cách tự nhiên với người làm bếp mà chủ yếu là người thân trong gia đình như mẹ, vợ, chị, em gái của ta, tạo nên không khí gia đình vui vẻ, ấm cúng biết bao. Không chỉ có thế, kiểu bố trí, kiến tạo bếp núc như vậy còn có ý nghĩa xã hội và nhân văn sâu sắc. Bởi chứng tỏ chủ nhân đã quan tâm nhiều đến người làm bếp, đặc biệt là giới nữ, tạo điều kiện giải phóng họ thoát khỏi cảnh làm việc trong điều kiện chật hẹp, tối tăm, thiếu thốn đủ bề. Bởi quan niệm xưa coi thường công việc bếp núc, người ta coi thường luôn cả những người làm công việc ấy (mà chủ yếu là phụ nữ). Dân gian đã có câu “*Một miếng giữa dàn hơn một sàng xó bếp*” hay “*Dàn ông cái nhà, dàn bà cái bếp*”...

Trong khi đó thực tế cho thấy, phụ nữ có vai

trò hàng đầu trong việc lo ăn, lo mặc cho mọi thành viên trong gia đình. Chính các mẹ, các chị là những người trực tiếp sắm sửa, chế biến, bày biện, làm lẽ nghi và luôn động viên, khích lệ mọi người chung vui. Những bữa cơm gia đình rất thiêng liêng như bữa cơm tất niên (ba mươi tết), bữa cơm mừng năm mới (sáng mồng một tết) bữa cơm tiễn tổ tiên (trưa mồng ba tết)... Do vậy, đáng lẽ công việc bếp núc cần được coi trọng hơn trong cuộc sống gia đình. Bởi công việc này lo toan toàn bộ việc ăn uống của mọi thành viên trong gia đình và cũng là công việc đòi hỏi có kỹ thuật, nghệ thuật cao góp phần quan trọng nhất cho sức khoẻ của mỗi người. Có người nói không quá rằng người làm bếp (mẹ ta, chị, em ta) là những thầy thuốc, bác sĩ hằng ngày chăm lo dinh dưỡng chăm sóc sức khoẻ cho gia đình. Chế độ ăn uống có tác dụng lớn trong việc phòng và chữa trị bệnh tật cho mọi người. Có mâm cơm vừa ngon vừa đẹp mắt, hấp dẫn, cả gia đình được vui vẻ, sang trọng hẳn lên. Sang hay hèn, nếp nhà, nếp văn hoá có hay không chính là từ bếp núc mà ra. Trong đời sống sinh hoạt hiện đại, đồ hộp, cơm quán, cơm bụi, cơm hộp... phát triển, nhiều gia đình (ở thành thị) để bếp núc nguội lạnh, nguội lạnh luôn cả tình cảm ấm cúng vốn

có của gia đình giữa các thế hệ ở chung một mái nhà. Như vậy có nên chăng? “Cơm ngon cạnh ngọt” không chỉ phụ thuộc vào vật chất tạo nên nó mà trong đó còn hàm chứa tình cảm, hoà thuận yêu thương, gắn bó đến ngọt ngào trong cảm giác, kiểu như:

*“Râu tôm nấu với ruột bầu
Chồng chan vợ húp gật đầu khen ngon”*

Cái “ngon” ở đây do bàn tay nội trợ khéo léo đã dành, nó còn nằm ngoài “râu tôm, ruột bầu” nằm trong lòng người thưởng thức vậy...

Nhất là những ngày lễ tết, mọi người thân trong gia đình có dịp sum họp, cùng xúm nhau vào bếp, cùng sắm sửa, cùng nấu nướng, bày biện, rồi cùng ăn uống chúc tụng nhau thật tình cảm, hạnh phúc. Nhất là trong ba ngày tết quán xá còn đóng cửa, công việc bếp núc của phụ nữ được phát huy tối đa. Tất bật, vất vả mà vẫn vui. Ngày tết cũng như ngày thường người phụ nữ tạo được không khí gia đình ấm cúng, vui vẻ, làm cho mọi thành viên khoẻ mạnh, hạnh phúc. Phải chăng trước tiên là do công việc từ bếp lửa, từ bàn tay cần mẫn khéo léo của người phụ nữ trong gia đình từ ngọn lửa tình yêu bất diệt?

DÂN GIAN NÓI VỀ UỐNG RƯỢU

Tết đến đắng mà râu thường có ly rượu cùng nhấm nháp, chúc tụng nhau rất vui vẻ và thú vị. Cái men say, cay cay, tê tê, ngọt ngào thơm nồng nàn của rượu làm cho bạn bè, khách khứa hứng khởi, hoạt bát cởi mở hẵn lên, tình cảm trở nên chân thành, dễ gần biết mấy. Đến người ngoài cuộc cũng vui lây. Ly rượu lúc này mang lại những niềm vui và cả sự cao sang, đúng là “nam vô tửu như cờ vô phong”

Thế nhưng nếu ai đó dùng quá đà thì rượu lại gây nên không ít những phiền toái, buồn bực, thậm chí còn gây gỗ đánh nhau thành thương tích. Nếu không biết dùng rượu đúng mức thì ngày Tết vui sẽ hoá buồn. Từ xưa trong kho tàng thành ngữ, tục ngữ của ông cha ta đã có nhiều câu chỉ bảo về sự lợi hại của việc uống rượu. Rượu không chỉ giúp cho quá trình tiêu hoá: ăn ngon, ngủ kỹ, khoẻ lên về thể chất mà còn giúp người ta phấn chấn về tinh thần, dồi dào cảm xúc. Rượu từng là người bạn tri kỷ, đồng hành với không ít thi sĩ: “bầu rượu túi thơ”. Nhà thơ Tân Đà còn nhấn mạnh: “không thơ, không rượu, sống như thửa”. Dù là tiểu lẽ hay đại lẽ, rượu là

thứ không thể thiếu vắng. Trong ẩm thực, rượu là thứ men say rất đặc biệt. Bạn rượu và thơ có thể nói là bộ ba gắn bó nhiều giao cảm. Với chén rượu kết nghĩa vườn đào mà Lưu, Quan, Trương trở thành những nhân vật trung nghĩa nổi tiếng ngàn thu!

Cái hay, cái đẹp của rượu là như vậy nhưng chỉ đúng với những người xử được rượu, chứ không để rượu xử người. Người sành rượu biết rằng: “rượu cổ be, chè đáy ấm” là ngon hơn, còn biết rõ: “rượu ngon bởi vị men nồng, người khôn bởi vị giống dòng mới khôn”. Người sành rượu không chỉ biết “rượu ngon bất luận be sành” mà còn xác định được thời điểm nào uống rượu thích hợp hơn: “rượu sớm trà trưa” hay “rượu sớm cờ trưa”. Hơn nữa để đánh giá đúng được hương vị, mức độ ngon lành của rượu thì người uống cần thực hiện “tứu tam, trà nhị” (ba tuần rượu). Cũng cần lưu ý, xưa các cụ thường dùng chén mắt trâu để uống rượu chứ không như bây giờ có một số người dùng cốc, chai, can nhựa... để uống rượu cho đỡ. Nếu dùng đến 3 lần như vậy e rằng không còn tinh táo mà định được rượu ngon hay không! Người biết dùng rượu còn chỉ rõ cách bảo quản rượu. Nếu rượu để hả hơi lâu sẽ mất chất: “rượu để lâu, rượu nhạt, chàm để lâu

chàm phai”. Điều này khác hẳn với trường hợp rượu được đóng thật kín hơi để dài ngày dưới hầm sâu ở nhiệt độ thích hợp thì càng giá trị. Quan trọng hơn cả là tần suất lượng cần vừa phải, nài ép quá mức đều là không tốt: “rượu ép quá không tốt, việc ép quá chẳng hay”.

Rượu có tác dụng kích thích sự hăng hái, bộc trực, người uống rượu say thường “dốc bầu tâm sự”, có khẩu khí bất thường, “rượu vào lời ra”. Vậy nên người uống rượu cần có sự tỉnh táo, kìm chế nhất định. Có không ít trường hợp “rượu vào”. Người say quên cả những điều cần bí mật, dễ bỏ qua những nguyên tắc cần thiết. Người Đức có câu tục ngữ nói về vấn đề này rất xác đáng: “Cái miệng say phản bội lại tất cả những điều bí mật”. Bất luận là gia đình hay tập thể, cơ quan đều có điều cần bí mật, nếu bị tiết lộ có thể tai hại khôn lường. Tác hại của việc uống rượu quá mức còn là phát ngôn không chuẩn, hành vi không đẹp, dễ hạ thấp nhân cách, biến thành người “rượu chè bê tha”, “rượu chè be bét” và bị người đời coi thường cho là: “rượu cheo, cháo thí, nghe hát nhờ” và cũng xếp loại “rượu chè, cờ bạc”, là “bác thằng bần”. Thật chẳng ra gì và được coi là gánh nặng cho gia đình và xã hội.

Tệ nạn nghiện rượu có lẽ ở nước nào cũng có. Ở nước Nga mặc dù luật pháp rất nghiêm khắc với những người say rượu, nhất là đối với lái xe. Cảnh sát giao thông có máy đo chính xác nồng độ rượu trong máu, nếu ai có quá mức bị phạt rất nặng vậy mà những con ma men rượu đây đó vẫn còn hoành hành. Tại đây còn lưu truyền nhiều câu thành ngữ, tục ngữ cảnh báo tác hại của việc dùng rượu quá mức: “rượu vang làm vui trái tim, nhưng làm hỏng con người”. Hay nước Anh cũng có câu: “Khi rượu vang đang ở trong người thì trí thông minh đã ở ngoài nó”...

Vậy là uống rượu quá liều đã làm tổn hại con người về quá nhiều phương diện như sức khoẻ, tình cảm, nhân cách, lý trí và sự cống hiến. Có một câu tục ngữ phản ánh một hiện thực đầy ý nghĩa sâu sắc, ý vị, muốn nhắc nhở mọi người, nhất là tuổi trẻ hãy tỉnh táo trước sự cám dỗ: “Chủ quán rượu thích người nghiện rượu, nhưng không muốn anh ta làm rể nhà mình” thành ngữ, tục ngữ (Nga).

Những câu thành ngữ, tục ngữ trên của Việt Nam và cả nước ngoài quả thực là những lời răn dạy bổ ích và lý thú đối với những ai đó trước khi cung ly uống rượu.

NẾP NHÀ TRONG ĂN UỐNG

Trong một gia đình xưa thường có ba bốn thế hệ cùng chung sống dưới một mái nhà: ông bà, cha mẹ, các con và các cháu. Tất cả đều phải tuân thủ chuẩn mực: “ăn trông nồi, ngồi trông hướng”. Do nghèo khó, nhiều gia đình thiếc ăn, bữa cơm không dồi dào. Ở gia đình nền nếp có sự tự giác nhường nhịn, ưu tiên một số người, với tinh thần “nhiều no, ít đủ” như người già, trẻ nhỏ được ăn cơm không, ít độn, được ăn món ngon, nhiều chất tinh hơn... Ngay vị trí ngồi bên mâm cơm dường như cũng có quy ước. Ông bà, cha mẹ thường được ngồi nơi tĩnh tại, thoảng rộng (nhà giàu thường ngồi riêng ở mâm trên), gần những món ăn sở thích. Không chỉ người cao tuổi, người bê trên được coi trọng, ưu tiên mà các cháu nhỏ cũng được đặc biệt lưu ý, được ngồi cạnh người lớn đáng tin cậy nhất.

Đáng chú ý là vị trí của người con dâu, con gái trong gia đình thường rất khiêm tốn. Đó là nơi dễ chuyển dịch, đứng lên, ngồi xuống phục vụ bữa ăn, như : xới cơm, múc canh, bỏ sung thêm các đồ ăn khác. Gia đình có đông con, những người này thường phải tất bật, vất vả,

thậm chí trong bữa ăn chịu nhiều thiệt thòi. Nhưng do nếp nhà, người phụ nữ thấy đó là trách nhiệm, là lẽ phải nên rất vui vẻ, tự nguyện làm nhiệm vụ, không hề suy bì, so hogn tính thiệt. Nếu phải đi ăn cơm nơi đình đám cũng vậy. Mỗi người phải biết tự sắp xếp cho mình, cho người khác một vị trí thích hợp, thường là bằng vai phải lứa, cùng giới, ngang tầm vị trí xã hội, gia đình, dòng tộc. Khi ăn uống phải nhớ theo nguyên tắc “ăn đưa xuống, uống đưa lên”. Tối kỵ người bè dưới ngồi đối diện với người bè trên, không hướng vào mâm cơm mà ngoảnh mặt đi nơi khác. Còn khi ăn phải từ tốn, không gẩy đũa tìm thức ăn, không dùng món ngon trước, khi ăn không cúi mặt, tránh va chạm mạnh vào bát đũa, tránh ăn uống xô bồ, chép miệng tép tép, uống nước roàn roàn... Khi thấy ông bà, cha mẹ, hoặc những người khách, người cao tuổi đã ăn xong thì con cháu trong nhà có ý tứ, dù còn đang ăn chưa xong cũng vui vẻ tạm thời đứng lên lấy tăm, lấy nước mời thật ân cần, chu đáo. Còn nếu bữa cơm trong gia đình vắng thiếu ai chưa về kịp thì cũng được để phần tử tế theo định suất. Cơm thường được dùng hai bát to úp vào nhau, gần

chắc như cơm nắm, kèm theo thức ăn dễ ở mâm, có bát đũa sẵn, được đây điệm cẩn thận. Người đi xa về chỉ việc mở ra ngồi ăn, không cần phải đứng lên đi lấy thêm thứ gì...

Bất kỳ ai khi ăn xong, bát đũa phải để gọn gàng, nhẹ nhàng. Đặc biệt: “trời đánh tránh miếng ăn” dù là người trên cũng không được xúc phạm người đang ăn uống. Đây là nền nếp nhân ái, truyền thống nhân văn của một gia đình có giáo dục, có hiểu biết. Đó là những điều tốt đẹp trong bữa cơm gia đình thuở xưa mà ngày nay nhiều gia đình vẫn giữ được những nền nếp gia phong ấy. Những bữa cơm như vậy đã lặp đi lặp lại nhiều lần thường ngày, đi sâu vào tiềm thức của người dân. Đây cũng là những nét đẹp văn hoá ẩm thực của rất nhiều gia đình bình dân trên đất Ninh Bình nghèo khó mà nghĩa tình.

“ĐỤNG THỊT LỢN”

Cách đây không lâu, mới chỉ mấy chục năm thôi Cở quê tôi có tục lệ được gọi là “đụng thịt lợn”. Chẳng biết tục lệ này có từ bao giờ, nhưng cứ thấy một hai tháng trước Tết người ta đã rục rịch bàn nhau đánh đụng thịt lợn ở nhà này, nhà nọ. Do thực phẩm khan hiếm, nhất là người nghèo không có tiền để ra chợ mua sắm theo ý muốn; và lại đụng thịt lợn có thể nợ lại trả sau bằng lúa. Hơn nữa, có dùng ít đến đâu một đùi ($1/4$ con lợn), nửa đùi ($1/8$), thậm chí một phần ba đùi ($1/12$) con lợn vẫn hơn ở chợ vì có đủ các bộ phận của con lợn như thịt thủ, thịt mông, vai, mỡ, nạc, chân giò, lòng lợn, tiết canh (thậm chí tim, đuôi lợn cũng có phần).

Có nhiều thứ phải chia như vậy nên làm xong được con lợn năm sáu chục cân cũng phải mất đầy buổi với sự tham gia và chứng kiến của hàng chục người già cỏ, trẻ cỏ, phụ nữ, trẻ em đều có. Đám đụng thịt lợn nào cũng rất đông vui.

Thường vào ngày 28, 29, 30 Tết, nghe tiếng lợn kêu eng éc ở xóm nào, người làng có thể biết được lợn bị giết mổ ở nhà ai, thậm chí biết rõ cả những tên ai “đánh đụng” con lợn ấy. Do người cùng thôn xóm hàng ngày biết rõ nhau lắm. Ngày Tết nhà nào sắm những gì, có ai về chơi,

ăn gì... xóm giềng đều thông tỏ, chứ không như một số nơi ở thành phố “đèn nhà ai, nhà ấy rạng”.

Lợn chung được cắt tiết, làm thịt ở nhà nào thì cả nhà, cả xóm ấy cứ vui như Tết đã đến. Trẻ em thì nhảy tảng tảng, người lớn thì chuyện trò rôm rả lục tục kéo đến xem từ khâu bốc củi, bắt lợn, kê bếp đun nước, đến việc múc nước đang sôi bằng gáo dừa dài chuôi, dội vào con lợn, khói bốc lên ngùn ngụt. Những tay dao cạo lấy cạo để soàn soạt. Chỉ một loáng con lợn đã bị trút hết lông và lớp da ngoài, còn lại lồ lộ màu da trắng bóng, nõn nà, hồng hào ngon mắt. Cả con lợn to được đặt gọn trong nền lá chuối tươi hoặc trong một cái nia lớn... Người ta bắt đầu mổ xẻ, chia phần. Đây là công đoạn vui nhất, mọi người xúm xít cả lại vừa xem vừa bình phẩm: lợn béo, lợn gầy, lấm nạc, ít mỡ, hao cân, chắc thịt, v.v...

Riêng trẻ con thì đua nhau xin bong bóng lợn để xát muối, gio bếp cho mỏng rồi rửa sạch làm bóng bay chơi. Thường thì con chủ nhà được ưu tiên, nếu không chúng sẵn sàng tranh cãi, giành giật ẩu đả. Người lớn phải đứng ra can thiệp mới xong. Lúc đầu tranh giành như vậy về sau chúng lại chơi chung với nhau, thi nhau thổi hơi cho quả bóng lợn căng phồng rồi truyền tay nhau,

tung lên đuối bắt vui vẻ hò hét, nói cười như nắc nẻ. Nhưng vui nhất vẫn là tiết mục nhận phần thịt lợn.

Thịt và xương lợn được mổ xé chia đều cho các suất đã dành, lòng lợn chín và tiết canh cũng được chia đều. Riêng món nước xuýt thường nhà ai thích dùng thì tự lấy. Chia xong, ông chủ sự phát lệnh được nhận phần. Lũ trẻ được sai khiến, chạy ào về nhà lấy rổ, rá, bát tô, liền sành sang. Trẻ con được giao việc này rất thích thú, tự hào, áp sát tới và hoàn toàn bằng cảm tính, nhận ngay phần mà mình thích nhất rồi hớn hở bê chạy về nhà.

Sau khi việc phân chi đã hoàn tất, mấy ông tay dao, tay thớt và chủ nhà thường nán lại đánh chén: Đồ nhắm là chai “quốc lủi” nút lá chuối và phần lòng lợn tiết canh đã được giành lại. Tất cả được bày ra, mấy ông cùng khè khà vẻ mẫn nguyên... Nhưng cuộc vui ngày giáp Tết thường vội vã, ngắn ngủi, các ông chủ phải về vì phần thịt lợn đựng được đang nóng chờ sự phán quyết!

Việc đựng thịt lợn đã phải trải qua nhiều công đoạn từ bàn bạc kéo dài hàng tháng, đến khi vất vả, bận rộn và vui vẻ mổ lợn chia phần và cái vui nhất là “nghèo thì nghèo, ba mươi tết có thịt treo trong nhà”, khiến mọi người thấy toại nguyện,

trước công sức của mình bỏ ra chung quanh việc “đụng thịt lợn”. Cũng chính tục lệ này, tự nhiên đã gắn kết những con người ở cùng chòm xóm với nhau và trong tâm thức mọi người nhất là lũ trẻ cảm thấy mỗi lần như vậy được thân thiết gần gũi hơn, cùng chung vui và với chúng dường như Tết nào cũng đến sớm mà tín hiệu đầu tiên rộn ràng nhất là tiếng lợn kêu eng éc vang cả làng trên xóm dưới.

Do xuất phát từ nền kinh tế còn thấp kém, lương thực, thực phẩm chủ yếu tự cung tự cấp, việc “đụng thịt lợn” là tất yếu và đã có từ lâu đời, không chỉ ở quê tôi mà còn có ở nhiều nơi khác. Đến những năm 70 - 80 của thế kỷ XX, tục lệ này không chỉ có ở các gia đình làng xóm mà còn có ở các cơ quan nhất là phong trào chăn nuôi lợn tập thể tại các cơ quan phát triển. Nhưng rồi cả phong trào và tục lệ này đã lùi dần vào dĩ vãng khi cơ chế thị trường mở ra. Lương thực, thực phẩm tăng nhanh, trong đó có thịt lợn không còn là thứ hàng phải phân phối và khan hiếm như trước nữa. Ngay ở nông thôn tục lệ này cũng mất dần, tuy vậy, mỗi khi Tết đến, những ai đã trải qua thì vẫn còn nhớ như in cái thời “hoàng kim” đó thời mà trẻ em làng xóm chơi trò bóng bay bằng những cái bong bóng lợn.

ĐÔI ĐỮA

Ấn cớm bằng đũa là tập quán của người Việt Nam và một số nước ở Châu Á. Tuy nhiên do cấu tạo, tính chất của thức ăn ngày càng phong phú, đa dạng nên đũa không còn là phương tiện lấy thức ăn duy nhất mà người ta thường dùng kết hợp với thìa, dĩa, dao, kéo... Với người Việt Nam đôi đũa vẫn là phương tiện chính của bữa ăn. Chỉ khác bấy giờ do kinh tế, công nghiệp phát triển nên chất liệu làm nên chiếc đũa không chỉ đơn thuần bằng tre, luồng, hóp như trước. Người ta có thể làm đũa bằng nhựa, gỗ, sừng... ngay đũa gỗ cũng có nhiều loại khác nhau. Có gỗ thơm như dáng hương, mun, vàng tâm... và nếu như có dịp đến thăm rừng Cúc Phương (Nho Quan, Ninh Bình) bạn sẽ được rừng nguyên sinh này tặng đũa Kim Giao loại đũa này xuất phát từ (vốn có một chuyện tình cảm động còn tương truyền loại đũa quý này có khả năng kháng độc, thường dùng tiến vua quan).

Ngày xưa kiểu dáng của đũa đơn giản hơn: thân tròn, có hai đầu thon nhỏ bằng nhau gọi là đũa “đòng đòng” (giống dòng dòng cây lúa). Cũng có loại đũa đầu to, nhỏ phân biệt hoặc có nửa trên hình khối vuông... Ngày nay đũa có nhiều kiểu dáng vuông, tròn, ngắn, dài vẽ hoặc

tiện. Màu sắc rất đa dạng. Có câu ca dao:

Đôi ta làm bạn thong dong

Như đôi đũa ngọc nằm trong mâm vàng,

Đũa ngọc, mâm vàng hoạ chǎng chỉ vua chúa mới có, còn thường dân chỉ là ước mơ. Tuy nhiên vẫn có một hiện thực được đem so sánh đó là tình yêu lứa đôi hoà hợp đẹp đẽ. Cái đẹp cơ bản, cốt lõi của đôi đũa là sự bằng bận, cân đối, hài hoà vừa phải cả về chiều dài, độ to, nhỏ... Một chiếc đũa tre ghép đôi với một chiếc đũa nhựa, gỗ, hay sừng, chiếc cao với chiếc thấp dù chúng có được trang điểm như thế nào cũng thấy kệch cỡm và xấu xí. Người ta rất kiêng dùng đũa lệch đôi. Cho nên động tác so đũa trước khi ăn là điều cần thiết của bữa cơm gia đình (trước đây nhiều gia đình không dùng một loại đũa có độ dài bằng nhau).

Đôi đũa nào đẹp nhất, bằng bận trước nhất phải giành cho ông bà, cha mẹ người bề trên hoặc khách khứa.

Đôi đũa làm đẹp mắt chúng ta bởi kiểu dáng thon thả, xinh xắn của nó. Ai cũng dễ nhận thấy tác dụng của đôi đũa là nối dài cánh tay mỗi người trên mâm thức ăn. Khác với Tây Âu bữa ăn của gia đình họ thường chia theo khẩu phần trên bàn, của ai người ấy dùng. Còn với người

Việt Nam bữa ăn thường chung một mâm, một bát hoặc đĩa thức ăn. Đôi đũa giúp người ăn với tới những món ăn ở vị trí xa hơn. Đôi đũa có thể thay dao kéo để thái, cắt, xắt thức ăn mềm. Người Việt Nam hay ăn rau luộc, rau sống, rau xào, cá thịt thái thành lát nhỏ thì không có phương tiện nào làm việc được gọn gàng, nhanh nhẹn thuận tiện bằng đôi đũa. Dùng đũa còn tránh được nhiệt độ thức ăn đang còn quá nóng. Ngoài những đôi đũa con dùng cho mỗi cá nhân còn có đôi đũa cả (đũa to) dùng chung cho cả gia đình. Thường người mẹ hay dùng đũa cả nhất, bởi công việc bếp núc: ghế cơm, đảo thức ăn, xới cơm cho cả nhà thường qua bàn tay mẹ. Thường thì các bà mẹ giữ gìn đôi đũa cả rất cẩn thận, ít khi xảy ra thất lạc như đũa con. Người mẹ dùng đũa cả được lâu và nhiều lần đến mức nó nhẵn bóng như sừng nơi tay cầm, còn phần chính giữa mòn vẹt bởi nhiều lần cọ sát với miệng nồi, miệng xoong. Cứ nhìn đôi đũa cả nhẵn bóng, gây guộc, rắn chắc, hàng ngày cần mẫn phục vụ cơm cháo cho mọi người mà hình dung ra những năm tháng tận tuy, chắt chiu, chịu nhiều vất vả hy sinh của những người mẹ, người chị giàn dị chất phác, tảo tàn trong gia đình.

Tuy nhiên dùng đũa trong bữa ăn cũng có một

vài hạn chế như dễ bị mốc nếu không được bảo quản ở nơi khô ráo. Một số tập thể kỹ tính (thường thấy trong quân đội) còn quy định ăn đảo đũa: một đầu chuyên gấp thức ăn chung, còn đầu kia để và cơm cho mình. Đũa cũng dễ vương vãi, thất lạc nên phải bổ sung luôn. Tết nào các gia đình cũng phải sắm thêm một loạt đũa mới. Xưa kia, nhà nào kha khá mới có đũa son (sơn đỏ) dùng trong những ngày lễ, tết. Lúc còn thơ bé và khi đã già cả ốm đau, việc sử dụng đũa để ăn rất khó khăn. Người nước ngoài chưa quen, dùng đũa để ăn rất lúng túng ngượng ngardu. Có một số món ăn không thể dùng đũa như các món canh, xúp... Hơn nữa khi ăn, dù vô tình hay cố ý tay cầm đũa quá thấp hoặc quá cao đều không đẹp mắt; gõ đũa vào bát, gảy đũa tìm thức ăn, chỉ đũa vào mặt người khác đều bị coi là bất lịch sự.

Với người Việt Nam, ăn cơm bằng đũa bao giờ cũng thích hợp hơn cả. Đôi đũa chẳng những là một phương tiện thuận lợi cho từng bữa ăn của mỗi người, mỗi gia đình mà cùng với mâm với bát, đĩa, nó gợi lên mối quan hệ gần gũi, thân thiết giữa các thành viên trong đời sống sinh hoạt và tình cảm mỗi gia đình - mỗi đơn vị có tính cộng đồng truyền thống lâu dài và bền chặt nhất của người Việt Nam.

ĂN TẾT

Ngoài tết Nguyên đán, theo năm âm lịch, Việt Nam còn có tết rằm tháng giêng (lễ cả năm không bằng rằm tháng giêng), có tết thanh minh (khoảng tháng 2 -3, người ta tập trung gia đình, họ tộc để đi rẫy cỏ, thắp hương thăm viếng chăm sóc phần mộ). Người tham gia việc này rất đông vui nên được coi là những ngày “hội đạp thanh” (đi trên cỏ xanh). Khoảng giữa năm ta có tết Đoan ngọ vào ngày mùng 5 tháng 5 thường ăn hoa quả (chiết sâu bọ), còn rằm tháng bảy gọi là tết Trung nguyên (xá tội vong nhân). Ngoài ra còn có tết Trung thu dành cho trẻ em vào ngày rằm tháng tám, thường ăn bánh trái. Đặc biệt quan trọng và thiêng liêng nhất vẫn là tết Nguyên đán. Thường được ăn cỗ 3 ngày liền. Có thể nói đây là tết cả, thể hiện đậm nét nhất bản sắc văn hoá ẩm thực của dân tộc. Do hoàn cảnh điều kiện khác nhau, người ta có thể quên hoặc nhớ, thờ ơ với một số cái tết nào đó trong năm nhưng riêng tết Nguyên đán thì điều ấy đối với người Việt Nam không thể xảy ra. Thậm chí nó cứ vang lên mỗi ngày, mỗi tháng với bao lần nhắc nhở: “để đến Tết”, “Tết đến sê...”, “bao giờ đến Tết?”, “Tết sắp đến rồi!” “ăn tết to không?”...

Ngày xưa khi nói đến thứ đặc trưng của ngày tết là người ta có thể đọc ngay câu đối: “Thịt mỡ dưa hành câu đối đỏ. Cây nêu tràng pháo, bánh chưng xanh”.

Đôi câu đối đã phản ánh khá đầy đủ sinh động những điều cơ bản và đặc trưng nhất về vật chất và tinh thần trong ngày tết cổ truyền của dân tộc.

Ngày tết có một tập quán độc đáo với người Việt Nam đó là có bánh chưng, bánh dày (tượng trưng cho trời tròn đất vuông) để cúng tổ tiên và ăn tết. Phong tục này vẫn còn nguyên giá trị, tuy khả năng kinh tế mà số lượng nhiều, ít khác nhau song nhìn chung nhà ai cũng có bánh chưng ngày tết nên nhiều khi được mời cũng chẳng muộn ăn: “Dừng dừng dừng như bánh chưng ngày tết”. Trước đây trong điều kiện kinh tế thấp kém muộn có một cái tết tươm tất không phải dễ. Nhiều gia đình phải lo toan chạy vạy suốt ngày tháng mới tạm đủ, vì tết là thời gian cao điểm, tập trung nhất tiềm năng kinh tế của mỗi gia đình. Nhà ai giàu hay nghèo ngày tết sẽ rõ cả: “Khôn ngoan đến cửa quan mới biết, giàu có ba ngày tết mới hay”. Chính vì vậy mà nhiều người nghèo rất lo lắng khi thấy “năm hết tết đến”. Tết

đến cũng có nghĩa là phải trả hết những món nợ nần trong năm, phải lo ăn, lo mặc nhiều hơn, còn phải chi tiêu nhiều thứ cần mua sắm kể cả đồ dùng lê. Vậy nên “tết đến sau lưng, ông vái thì mừng, con cháu thì lo”. Tết đến không bất ngờ nhưng vì khốn khó quá, nên hết năm rồi mà nhiều gia đình vẫn chưa làm được gì đáng kể và biết trông cậy vào đâu. Họ cảm thấy mặc dù Tết đến chỉ có ba ngày nhưng tiêu tốn công của đến ba vụ: “Đi cày ba vụ không đủ ăn ba ngày tết”, hoặc “No ba ngày tết, đói ba tháng hè”. Cách nói này hơi quá lên nhưng dù sao vẫn phản ánh được hiện thực quá nghèo khổ của người lao động xưa kia và phần nào cũng nói lên sự chênh lệch quá mức chi tiêu ăn uống giữa ngày thường và ngày Tết...

Lo ăn đủ ba ngày tết rồi, còn bao ngày sau đó sinh sống bằng gì, người nông dân đã hình dung được nghịch lý này: “Mồng ba ăn rốn, mồng bốn ngồi trơ”. Tuy nghèo khổ nhưng người nông dân vốn có lòng tự trọng: bụng đói nhưng miệng vẫn ngậm tăm để tỏ ra mình ăn cơm. Họ bảo nhau: “Đẹp tốt phô ra, xấu xa dậy lại”. Nhưng dù giàu kín đến đâu, đến mùa đông và nhất là ngày tết cái nghèo sẽ lộ rõ: “Có, không mùa đông mới

biết. Giàu, nghèo ba ngày tết mới hay”. Không gì tủi cực hơn khi người ta tự ý thức được cái nghèo túng của mình. Làm ngơ sao được khi thấy con người có áo mới, con mình thì không, nghe rõ nhà bên cạnh khách khứa ra vào, tiệc tùng linh đình, nói cười vui vẻ, nhà mình thì “im hơi lặng tiếng” không âm thanh cũng chẳng màu sắc, hương vị tết nhất... Cũng rất may dân tộc ta vốn có truyền thống nhân ái sâu sắc. Biết cảm thông, sẻ chia. Mọi người sẵn sàng “nhường cơm sẻ áo” giúp nhau bát gạo, đồng tiền lúc khó khăn đói kém, chưa có tiền người nghèo vẫn được đựng thịt lợn ăn tết đến mùa sẽ thanh toán sau. Ngày tết ai nỡ không cho cơm người ăn xin, ai nỡ làm ngơ trước những đứa trẻ lang thang cơ nhỡ, bơ vơ ngoài đường? Ai nỡ để người nghèo bên cạnh đang đau ốm mà không hỏi han cứu giúp... Với người Việt Nam xưa nay, ngày Tết không chỉ có niềm vui được sung túc, vui tươi, mà còn cả niềm vui làm được nhiều việc thiện theo đạo lý “thương người như thể thương thân”. Các nhà triết học Trung Hoa đã cho rằng “làm việc thiện là có phúc” và việc thiện đã góp phần làm vơi bớt nỗi tủi cực và mặc cảm của người nghèo khổ. Tuy có lo toan vất vả nhưng về cơ bản Tết mang lại niềm vui lớn lao, tràn đầy ước

mơ và hy vọng cho mỗi người, mỗi cộng đồng sức mạnh và niềm tin hướng tới tương lai.

Mỗi khi có việc gì thật vui mừng người ta đều nói “vui như Tết”, tưởng như không có gì vui hơn để so sánh. Người ta có nhiều lý do để vui trong những ngày Tết. Câu “ba mươi tết hết sự lo toan” đã góp phần nào khẳng định sự mãn nguyện trong lo toan của mỗi gia đình sau một năm vất vả để có một cái Tết - “nghèo thì nghèo, ba mươi tết có thịt treo trong nhà”. Do điều kiện kinh tế xưa kia kém phát triển nên chỉ có cân thịt lợn trong nhà là có mỡ, có thịt để chế biến ra nhiều món ăn ngon lành khác trong ngày Tết. Thậm chí chỉ có bánh chưng, thịt kho, dưa hành, câu đói đỏ cũng có hương vị Tết lắm rồi. Do phong tục, thường thì “đói cho chết, ngày Tết cũng no”. Nếu đến ngày Tết đói là cả năm ấy đói. Đến ngày giỗ cha con cháu trong nhà chưa chắc đã được no đủ bởi ngày này thường mời khách, cơm cỗ chẳng có nhiều nên người nhà thường phải nhường cho khách. Còn ngày Tết nhà ai cũng có cơm cỗ chẳng thiết ăn uống gì nhiều. “Đói ngày giỗ cha, no ba ngày Tết” là vì vậy.

Vậy là với ngày Tết cổ truyền của dân tộc mỗi

người mỗi gia đình không chỉ có nỗi vất vả, lo lắng, buồn phiền vì thiếu thốn nghèo túng mà còn nhiều niềm vui được sum họp, hoà đồng, vật chất và tinh thần dồi dào hơn hẳn ngày thường. Hơn thế nữa, mỗi độ Tết đến xuân về, cây cối lại nẩy đầy chồi non, lộc biếc, hứa hẹn cho nhiều hoa thơm quả ngọt. Trong mỗi con người, mỗi gia đình không chỉ được no nê mà còn đầy niềm tin yêu và hy vọng về một ngày mai may mắn và tốt đẹp hơn. Chính điều này đã tạo nên sức mạnh mới để mỗi người liên tục phấn đấu vươn lên mà trước nhất thoát cảnh đói nghèo. Bởi lẽ sống như trên và bao điều khác nữa tết Nguyên đán mãi mãi là ngày vui nhất của dân tộc.

MÓN CUA ĐỒNG

Cua đồng có thể chế biến thành nhiều món ăn khác nhau như cua rang, mắm cua, riêu cua (dấm), cua om, canh cua... Tất cả các món ăn từ cua đồng đều xuất phát và phổ biến từ nông thôn. Đây là những món ăn ngon mà đơn giản thường xuyên, rẻ tiền từ lâu trở thành món ăn chính trong mâm cơm của nhiều gia đình nông dân, có thể người ta chỉ dùng một hoặc nhiều món chế biến từ cua đồng.

Trước nhất nói đến món cua rang. Người ta thường chọn những con cua cái mẩy, béo rồi vặt còng, bỏ yếm, cho mắm muối vừa phải, có thể thêm hành mỡ, ít mẻ hoặc thia đường. Món cua rang sẽ có vị bùi ngọt, chua ngọt, rất ngon miệng. Đối với người khoẻ răng, hay uống rượu mà có một đĩa nhắm cua rang thì thật là khoái khẩu. Trong mâm cơm có cua rang bên này nghe tiếng nhai rau ráu, bên kia cũng rau ráu nhai, đôi bên cả cười, nghe thật vui tai, ngon miệng.

Còn món mắm cua được chế biến bằng cách cua già nhỏ, lọc lấy nước, tra muối và thêm thính, đựng trong hũ, chai vài ngày, nước cua lên men dậy mùi thơm hấp dẫn, là ăn được. Mắm

cua được coi như một món nước chấm các loại rau luộc hoặc chan cơm. Nó có vị chua chua, ròn rốt dễ ăn. Tuy nhiên mắm cua nhiều và dễ chế biến chứ vị không thể đậm sắc bằng mắm cáy, mắm tép cũng thường có ở nông thôn.

Ngoài món ăn mắm cua tiết kiệm, rẻ tiền, còn có món muối gạch cua cũng rất hay dùng. Người ta dùng muối tán nhỏ trộn với gạch cua phi lên cùng hành mỡ, có màu vàng tươi, thơm phức để dành ăn dần như ăn muối vừng, muối lạc, muối sườn, món ăn này dùng khi khan hiếm thức ăn, và vì nó được coi là lành nên thường dùng cho người ăn kiêng.

Phổ biến nhất vẫn là món canh cua và riêu cua. Canh cua và riêu cua về quá trình làm thì công đoạn đều như nhau. Chỉ khi có nước cua rồi, nếu nấu riêu, người ta phải cho thêm chất tạo chua như quả chấp, me, cà chua hoặc mẻ. Có lẽ thích hợp nhất, ngon nhất vẫn là nấu riêu cua bằng mẻ. Món riêu cua có vị chua nhẹ, ngọt dịu. Riêu cua thường ăn kèm với bánh đúc thái lát mỏng, bún hoặc chan cơm, nhưng ăn cách nào cũng phải thêm rau sống vừa ngon, lại rất mát lành dễ tiêu.

Tất cả các món cua đồng kể trên đều không

thể thay thế được món cua đồng quan trọng nhất. Đó là canh cua. Canh cua là món ăn thông dụng nhất, lâu bền và phổ biến nhất ở các vùng nông thôn. Trong ngày có thể ăn canh cua hai ba bữa liền mà không chán. Tất cả các ngày lễ, tết, hoặc khi đau yếu đều không phải kiêng cạnh cua. Về mùa hè nóng bức bữa ăn có canh cua là hấp dẫn nhất. Từ nhà nghèo đến nhà giàu đều như vậy. Canh cua trở thành món ăn khao khát của biết bao người; do nhiều lý do khác nhau, phải xa quê - như đi bộ đội, đi công tác xa, ra ở thành phố hoặc đi nước ngoài... Nhớ về quê, nhớ về món canh cua quen thuộc qua tay người mẹ hiền chế biến thành thạo, rồi tự tay bà lại chan vào bát cơm của mỗi đứa một muỗi đầy, không quên múc thêm tí cái cua đặt lên trên cùng, trông bát cơm chan canh cua vừa hấp dẫn vừa ngon lành, ấp đầy tình mẹ. Ôi! chỉ mới nghĩ thôi mà nước mắt đã rưng rưng, càng nhớ nhà, nhớ quê da diết.

Món canh cua như vậy, nhưng không phải hễ có cua là có thể làm nên bát canh ngon vừa ý. Có một bát canh cua là cả một quá trình lao động vất vả tỷ mỷ, khéo léo và khoa học. Ai đã từng qua thời thơ ấu ở nông thôn, hoặc đã thấy cái vất vả ngay từ đận mò cua bắt ốc. Chỉ lấy một hoàn

cảnh bắt cua giữa trưa tháng sáu nắng chang chang mà Trần Đăng Khoa đã miêu tả: “cua ngoi lên bờ, mẹ em xuống cấy”; mới thấy được phần nào cái gian khổ của người đi bắt cua nắng cua ngôm, leo lên những gốc cỏ, gốc rạ vì không chịu nổi nước đang quá nóng.

Khi có cua rồi, người ta cần chọn cua để nấu canh. Thường thì phải chọn những con cua béo, to, chuẩn mực nhất phải là cua bắt được ở ruộng ít nước. Khi rửa sạch đất cát, ta thấy loại cua này có càng nhỏ, ngắn, thân dày dặn, chắc khoẻ, màu vàng rộm, khi giã, lọc ra nước có màu nâu sẫm, sánh đặc. Còn nước cua mà có - màu nhợt nhạt, đênh đoảng là do cua không chọn, tạp nhам, có nhiều cua đực, mình gầy xác ve, có màu trắng bợt. Tuy nhiên nước cua đặc hay loãng còn phụ thuộc vào số lượng cua và khối lượng nước sử dụng. Nhà đông con khó có một nồi canh cua đậm đặc vì phải cho nhiều nước mới đủ ăn. Tuy gọi là “của không ngon, nhà nhiều con cũng hết”, nhưng dù loãng canh cua vẫn cứ ngon.

Sau khi có nước cua rồi, cần tra muối vừa đủ, nếu bỏ quá tay bị mặn thì coi như nồi canh đã hỏng. Nồi canh khi bắc lên bếp, nước nóng đến đâu, cái cua nổi lên đến đấy, liên kết với nhau

tạo thành từng mảng. Những mảng cái cua này rất có giá trị về mặt dinh dưỡng vì có 100% là thịt cua. Nó còn tạo nên sự đẹp mắt hấp dẫn khi trên màu xanh tươi mát của bát canh cua là những mảng cái cua màu nâu hồng, chung quanh lốm đốm, óng ánh như những cánh hoa vàng do gạch cua tạo nên. Vì vậy nghệ thuật nấu canh cua là khi nước canh sôi thì nhẹ nhàng bỏ rau vào từ từ, trúng chỗ nước đang lùng lên, tránh đè lên những mảng cái cua để bảo vệ sự toàn vẹn của nó, chỉ dùng đũa ấn nhẹ rau xuống chứ không quấy sẽ làm cái cua tan, dun nhỏ lửa khi rau tới chín là được. Nếu dun già lửa canh bị trào hoặc dun sôi quá lâu, canh sẽ mất chất trở nên “xác” và nồng. Cũng cần lưu ý thêm, ngày xưa các cụ dùng chày gỗ, cối đá cối sành để giã cua là rất tốt. Ngày nay người ta sáng chế ra máy nghiền thịt ta dùng nó nghiền cua thành bột có - nhanh gọn thật, nhưng nước cua sẽ không cho các mảng cái cua mềm mại, hấp dẫn kiểu giã cua cổ điển vì thịt cua tan biến, lẫn cả xác cua cũng bị nghiền nhão.

Món canh cua mà chỉ nói đến cua đồng, không nói đến rau gì để nấu canh thì coi như mới chỉ được một nửa. Rau nấu canh cua có thể tùy

từng nơi, ý thích từng người mà có sự lựa chọn, sử dụng khác nhau. Tuy nhiên đa số thườn nhận thứ rau thích hợp hơn cả là rau tập tàng, rau đay, rau mồng tơi. Riêng rau đay và rau mồng tơi có đặc trưng là nước của nó có chất “nhớt” như chất dầu lỏng gắn kết liên tục hài hoà giữa nước và cái, không dễ dàng “nước đi天堂 nước cái đi天堂 cái” như khi ta nấu canh cua bằng rau muống, rau cải... Để cho nồi canh cua dậy mùi, người ta có thể cho thêm vài ngọn rau rút, vài lá xương xông, lá lốt hoặc có ít lát mướp hương, chỉ loáng thoảng thôi, càng tuyệt hảo.

Nhin chung canh cua nói riêng, món cua đồng nói chung là món ăn truyền thống, nguyên liệu lại là những thứ dễ kiếm từ đồng quê, ao hồ, vườn tược, nếu biết cách, ai cũng có thể tự làm được một bữa cơm canh cua vừa ý.

Nói là dễ kiếm, rẻ tiền có lẽ chỉ đúng với trước kia, cách đây hàng chục năm, chứ bây giờ càng ngày món cua đồng càng trở nên khan hiếm đắt đỏ. Ở các chợ thị xã rẻ cũng trên ngàn đồng một lạng, mùa hè, lúc đắt lên đến trên hai ngàn đồng đắt ngang thịt cá. May mắn gần đây, biết dân sành ăn hay kén chọn cua bắt từ đồng cạn, để tránh phát hiện cua gầy, nhợt nhạt, một

số người đã nhúng cho cua lấm bùn đất nhầm hoá trang biến cua gầy thành cua béo để bán, đánh lừa người chưa có kinh nghiệm. Nhưng rồi làm dối cũng chỉ thoát được một đỗi lần!

Cua hiện nay là một loại thực phẩm ngày càng khan hiếm bởi nhiều lý do. Thứ nhất là do số người thích ăn các món cua đồng ngày càng nhiều lên. Xưa kia chủ yếu là vùng nông thôn, ngày nay dù cá, thịt săn ăn nhiều cũng chán, nên ở thành thị người ta lại thích ăn món cua đồng dân dã. Đến mức các khách sạn, nhà hàng bây giờ cuối mỗi bữa tiệc thường có bát canh cua cùng dăm ba quả cà ghém để khách ăn cơm cho ngon miệng. Canh cua cà ghém cùng với các món ốc, ếch, lươn... đã trở thành đặc sản! Có điều người sành ăn canh cua không thích canh cua ở nhà hàng, khách sạn, quán cơm bụi, vì họ xay bằng máy, canh ít cua, muốn có vị ngọt người ta dùng quá nhiều mỳ chính. Canh cua kiểu ấy sao bằng canh cua tự tay mẹ ta, vợ ta chị em ta tự nấu. Ngoài vấn đề vệ sinh thực phẩm, còn hơn hẳn vị ngon ngọt của canh cua chính hiệu và cả chất thuần phác đậm đà tình cảm yêu thương.

Cua đồng ngày càng khan hiếm còn bởi lẽ

môi trường sinh thái của nó ngày càng bị thu hẹp bởi sự phát triển của đô thị, của công nghiệp và những chuyển đổi mục đích sử dụng đất đai, đồng ruộng và giống cây trồng. Diện tích lúa nước, nơi cư trú tốt nhất của loài cua đang bị thu hẹp. Hơn nữa việc lạm dụng thuốc trừ sâu, phân hoá học cho đồng lúa đang ảnh hưởng trực tiếp đến sự sinh sản - phát triển của cua đồng. Rồi đến một lúc nào đó có thể cua đồng lại là một vật nuôi mới, như người ta đang phát triển nuôi tôm chǎng? Khi ấy đâu còn là cua đồng tự nhiên và thuần phác nữa?

Tuy vậy, bát cơm canh cua ngon ngọt rất lâu nữa vẫn còn được nhiều người ưa thích cho dù cái chất “hương đồng gió nội” có “bay đi ít nhiều”.

BÁNH QUÊ

Chẳng hiểu vì sao mỗi khi nghĩ đến mẹ, tôi lại nhớ về một gia đình, một miền quê lam lũ, nghèo khó, nhớ về những thứ bánh quê mà người mẹ đi chợ thường mua về con trẻ.

Xưa ở nông thôn các gia đình rất đông con. Gia đình tôi có 11 anh chị em. Nhà nghèo, mái tranh vách đất nhưng mỗi lần về chợ mẹ đều có đồng quà, tấm bánh cho đàn con thơ đợi. Niềm vui đầy áp cả mái tranh.

Mẹ tôi thường phải đi chợ rất sớm. Nhiều buổi mặt trời đã lên cao khỏi ngọn tre hai ba con sào rồi, trông chờ đến đó cả mắt lũ trẻ chúng tôi mới thấy mẹ đội thúng về. Vừa thấy bóng dáng từ ngoài ngõ, lũ trẻ đã reo ầm lên, chạy túa ra, túm lấy áo, váy của mẹ. Chân vừa bước tới đầu hè mát dưới mái hiên, mẹ mới hạ nhanh chiếc thúng đội trên đầu xuống và lật chiếc nón rách ra để cho đàn con đang xúm lại tận mắt nhìn thấy những thứ gì mà mẹ mua sắm. Mẹ bán lung thúng thóc và mấy bơ đậu, có tiền mua được kha khá. Con dao rựa cho bố chặt tre, bổ củi, vài chiếc khăn mặt nho nhỏ, chục bát ăn cơm và ba bốn chiếc dải rút sợi vừa săn vừa mềm có màu

xanh, đỏ, tím, vàng... Mẹ bảo đứa nào dải rút đã cũ nát, đứt ngăn thực sự sẽ được nhận cái mới. Cu út chẳng nghe mẹ nói gì, chỉ thấy những chiếc dải rút màu sắc sặc sỡ đẹp mắt là nó vơ về phần mình tất cả, miệng cười toe toét thật dễ thương. Bố cứ mân mê con dao rựa mới. Quà hôm nay có mấy xuyên táo và hai chiếc bánh đa vừng chia cho bốn đứa trẻ. Để dễ chia phần, mẹ tôi thường mua các thứ như ổi, táo, mía, lạc luộc; cao hơn là bánh đa vừng, bánh đa quế, nhỏ và mỏng hơn nhưng có màu hồng, vị ngọt. Bánh xèo thì mềm, mỏng có pha bột nghệ màu vàng chanh đúc với tép ăn bùi ngậy, thơm ngon. Cũng có khi lũ trẻ được mẹ mua cho bánh khúc, vừa dẻo vừa thơm, hoặc bánh dày, bánh lá và nhiều thứ bánh khác. Thường thì người mẹ đứng ra phân chia bánh rất công bằng cho con trẻ. Công bằng không phải là đứa con nào cũng được phần quà bằng nhau, mà thường bé út hoặc bé hơn hay già yếu hơn được ưu tiên hơn phần ngon, phần nhiều.

Mẹ thường mua bánh đúc cho bố. Tôi thấy phiên chợ nào mẹ đi dù có mua bánh quà ngon đến đâu, bố cũng không màng, chỉ đòi ăn bánh đúc. Bố thường chấm bánh đúc với mắm tôm vắt chanh hoặc mắm tép cho thêm vài lát ớt cay rồi

ngôi ăn rất ngon lành. Theo đề nghị của bố hoặc mẹ, thỉnh thoảng cả nhà được thưởng thức một bữa bánh đúc riêu cua thật ngon. Mẹ bảo món riêu cua bánh đúc ngon mà rẻ nhất vì cua bắt được ngoài đồng, còn bánh đúc là bột xay ra từ gạo, chế biến đơn giản nên rẻ nhất trong các loại bánh.

Vậy là bây giờ nói đến bánh đa bánh đúc, quả thực trong tôi nó không chỉ gợi nhớ về những đồng quà tám bánh của mẹ khi về chợ, mà còn gợi nhớ về một gia đình, một miền quê nghèo khó nhưng đậm đà tình cha nghĩa mẹ, đã đắp đầy cho đàn con mau khôn lớn trưởng thành. Và cũng cho đến giờ, tôi thấy càng nhiều hơn về cái ngon lành thảo thơm của đồng quà tám bánh do mẹ đi chợ mua về. Nó thơm ngon không chỉ vì chân chất hương đồng gió nội (gạo, thịt, rau, lá cây quả...) quê nhà, quan trọng là khi ấy bụng trẻ đang đói mềm, chờ mãi mẹ mới về chợ, có quà là quý lắm.

Những tấm bánh quê mẹ đi chợ mua cho bao giờ cũng rất ngon lành, thơm thảo, ăn rồi lại muốn ăn nữa. Chờ mẹ đi chợ rồi lại chờ về chợ lần nữa. Cứ thế không biết chán để đến tận bây giờ, chẳng ai quên được câu “*Mong như mong mẹ về chợ*”.

ANH ĐI ANH NHỚ QUÊ NHÀ

Dã từ lâu, ông cha có câu tục ngữ “Cơm không rau như đau không thuốc”. Điều đó muốn khẳng định ăn cơm cần có rau mới ngon mới tốt cho sức khoẻ.

Thật vậy, đại đa số nhân dân ta đều có nhận xét: bữa cơm dù có nhiều cá thịt, “cao lương mĩ vị” đến đâu mà thiếu món rau đã mất ngay cảm giác ăn ngon miệng. Đặc biệt ở vùng nông thôn rộng lớn có thể nói món ăn chính của bữa cơm gia đình thường là rau, mắm muối rang, nấm thì mười hoạ có thêm đĩa tép, bát canh cua. “Cơm rau” là lời chào mời khách phổ biến và khiêm tốn của nhiều người. Chúng tỏ hai thứ này không thể thiếu vắng trong một bữa ăn và chúng thường được đồng hành. Theo các thầy thuốc, rau xanh không chỉ có tác dụng bổ dưỡng do có chất bột, đường, các Vi-ta-min, khoáng chất và các vi lượng cần thiết khác cho con người. Rau còn giúp kích thích quá trình tiêu hoá, giải độc, giải nhiệt, điều hoà lượng chất tinh và chất xơ rất cần cho sự tiêu hoá.

Chính vì tác dụng nhiều mặt và không thể thiếu trong bữa ăn, mà ngày nay, mặc dù có

nhiều thực phẩm cao cấp như thịt, cá, đồ hộp, sinh tố, nhưng không thể thay thế vị trí của món rau tươi trong mâm cơm hàng ngày. Một trong những nỗi khổ của người xa gia đình, xa quê, đi bộ đội, công tác ở vùng rừng núi, hải đảo, là bữa ăn rất thiếu rau tươi. Đôi khi được ăn thì coi như món đặc sản cao cấp. Thật vậy, ở Nga, ngay giữa Mát-xcơ-va, có thời gian giá 1 kg dưa chuột gấp 4 lần 1 kg thịt lợn.

Do trình độ khoa học và kỹ thuật ngày một nâng cao, do kinh tế thị trường mở rộng, thị trường rau xanh ngày càng phong phú, chất-lượng cao (rau sạch), đáp ứng nhu cầu ngày càng tăng của nhân dân. Trong hàng chục thứ rau xanh nội địa cũng có, lai tạo du nhập cũng có, nhưng thường xưa kia bày bán ngoài thị trường hai rau truyền thống được phổ biến lâu đời, sử dụng rộng rãi nhất đó là rau lang và rau muống.

Trước nhất nói về rau lang: loài rau cơ bản lá khá to, cuống lá khá dài (khoảng 10-20 cm) ngày xưa được trồng và dùng làm rau ăn phổ biến ở vùng nông thôn, đồi rừng. Người ta có thể cho nhau loại rau này để chăn nuôi. Rau lang có thể thái nhỏ nấu canh thông dụng nhất vẫn là rau lang luộc. Những ngọn rau lang mập mạp, xanh-

non, lá còn thừa, nhỏ đưa ra mềm mại tươi rói, hoặc hái lắn với những lá lang đang xanh non mơn mởn tốt tươi lờm lợp, tất cả được hái về rửa sạch, luộc tới chín, rồi canh ra giá hoặc rổ cho khỏi bị bết, nồng, giữ được màu xanh nguyên thuỷ mới ngon.

Rau lang luộc được chấm với nước cáy ngon, cho thêm tí tỏi thì thật là tuyệt phẩm. Cũng có thể rau lang luộc chấm với nước mẻ chưng hành mỡ, sẽ đem lại cảm giác mềm mại tươi mát, ngon miệng. Các thầy thuốc khuyên rằng rau lang mát, nhuận tràng nhưng cẩn thận đừng ăn quá nhiều dễ bị “Tào Tháo đuổi”.

Ngày nay nhân dân ta đã trồng được nhiều rau muống, một loại rau có nhiều ưu thế hơn nên rau lang ít được ưa chuộng đôi khi người ta có muốn ăn một bữa rau lang luộc chỉ là để thưởng thức lại cái hương vị “rau lang nước cáy” đã “vang bóng” một thời nơi đồng nội.

Có thể nói, từ xưa đến nay rau muống đã chiếm vị trí số một trong các loại rau tươi ở bữa ăn của mỗi gia đình từ thành thị đến nông thôn. Đây là loại rau có lẽ lúc đầu được dùng nhiều ở thành phố, sau mới lan toả về thôn quê. Vì so với rau lang, rau muống kén chọn điều kiện sống

hơn, không dễ gì ai cũng trồng được, đa số phải mua mới có. Nhưng cái chính vẫn là rau muống rất tiện dùng, lành tính không phải kiêng khem, và có những ưu điểm mà các loại rau khác không thể có, nó đang rất phù hợp với túi tiền người tiêu dùng. Có thể nói ở miền Bắc thì không đâu có rau muống xanh, non như Hà Nội. Ngọn rau muống ở đây lá vừa nhỏ, vừa thưa còn thân ngọn lại mập mập, trắng xanh, nuột nà, mềm mại đến mức người ta so sánh “mềm như bún”. Tất nhiên ở đây chưa kể đến các loại rau muống khác như rau muống đỏ (màu tím, thường bò trên mặt nước ao hồ) loại rau muống hạt lá to dày, ăn nhão thường để chǎn nuôi ...

Ở Hà Nội và các thành phố khác như Sài Gòn, Đà Nẵng còn có cái hay là rau muống về mùa nào cũng săn và cũng xanh non. Tuy nhiên có nhiều và đặc biệt ngon về mùa xuân, nhất là mùa hè - mùa của món rau muống luộc. Bởi thời tiết lúc này thường nóng nực kéo dài, nhu cầu ăn rau, uống nước giải nhiệt tăng lên. Những trưa hè nóng bức người ta có thể chán món nấu, món xào, món rang, món nướng và chán nhiều thức ăn đắt tiền khác, nhưng lại rất thích thú và khoái cảm khi được ăn bát cơm canh cua hoặc bắt nước rau muống luộc vắt chanh.

Muốn có bữa rau muống luộc ngon miệng, người ta phải chọn được ngọn rau xanh non, để nước sôi hẵn mới bỏ rau vào, đun đều lửa, không dày vung, giờ đều, rau sẽ không bị nồng, nhã. Khi vớt ra tốt nhất là đổ vào rá hoặc rổ sạch cho chóng bốc hơi, mới giữ được màu xanh non hấp dẫn. Còn nước rau muống nếu đang nóng dùng vội vắt chanh, nước sẽ có vị đắng hoặc nhăng nhặng. Nên để nước rau gần nguội mới vắt chanh, nước sẽ biến hoá thành xanh trong, màu ngọc bích. Rau muống luộc thường chấm nước mắm (kèm theo gia vị chanh, gừng, tỏi, ớt tùy thích). Ăn bát nước rau muống luộc với vị chua ngọt, mát thơm khoan khoái chẳng kém gì canh cua chính hiệu.

Do vậy nhiều gia đình thích ăn nước rau muống luộc đến mức thường luộc rau để lấy nước chan, còn cái rau phi hành, mỡ hoặc thêm các phụ gia khác như thịt bò trộn lăn làm món xào rau muống... Như vậy việc cả hai món nước rau muống luộc và rau muống xào thì món nào cũng tuyệt hảo. Món rau muống ngon như vậy khiến ai xa quê vắng nó mà chẳng nhớ nhung. Một sự nhớ nhung bởi cảm giác và tình cảm từng trải trong quá khứ mà ca dao đã khơi gợi:

Anh đi anh nhớ quê nhà

Nhớ canh rau muống nhớ cà dầm tương

Như vậy cùng với canh cua, cà ghém, mắm tép, tương bần, rau lang, rau muống luộc mắm mặn là món ăn nhớ đời của những ai đã một thời gắn bó và thưởng thức khi phải sống xa quê hương. Có những thức ăn ấy trên mâm cơm sẽ gợi nhớ cho ta về một vùng quê, xứ sở cụ thể, về nỗi vất vả gian truân của cha mẹ ta cùng bao người thân (ở một thời điểm nào đó) khiến lòng ta thêm bồi hồi xúc động.

BÁNH CHƯNG VỚI BÉ

Từ khi học lớp 1 bé đã được đọc và học truyện bánh chưng, bánh giầy tiến cung vua cha của vợ chồng Lang Liêu. Đến nay bé đã lên lớp 5 rồi nhưng còn nhớ mãi và yêu thích lăm lá mầm thứ bánh dẻo thơm, ngọt lành, tượng trưng cho trời đất (bánh chưng, bánh dày).

Hơn hẳn mọi khi, tép này bé sà vào nơi bố đang ngồi gói bánh chưng. Chiếc chiếu hoa trải trên nền nhà trở nên chật hẹp, nào thúng gạo nếp trắng tinh thơm phức, nào lá dong xanh xếp từng chồng cao, lớn, nhỏ, nào rổ rá, bát đĩa đựng đầy các thứ như đậu xanh, thịt lợn ba chỉ thái miếng to, củ hành tươi thái lát, hạt tiêu, tất cả dùng làm nhân bánh. Thứ nào cũng sực nức mùi thơm. Bé phải len vào một khoảng trống bé tí tẹo để được ngồi bên bố xem gói bánh chưng. Bé thấy bố lấy một chiếc lạt giang mỏng đặt xuống chiếc mâm, lần lượt, xếp mấy lớp lá dong lên trên rồi đổ bát gạo nếp vào giữa, dàn đều, lại đặt lên chính giữa nắm đậu xanh đã được đồ chín, kèm theo hành, thịt lợn, bột hạt tiêu... Bố bảo phải dàn đều các thứ nhân bánh này không chỉ để cho đồng bánh chưng phẳng đều, đẹp mắt mà khi ăn bánh người

nào cũng được thưởng thức cái chất bùi ngậy, thơm ngon của phần nhân chiếc bánh. Bố còn bảo bé muốn có đồng bánh chưng đẹp, đôi bàn tay phải khéo léo biết vuốt lá dong thành góc cạnh vuông vức, mịn màng đầy đặn chặt chẽ. Cả mười ngón tay cùng lúc có nhiệm vụ khác nhau góp phần gói được chiếc bánh như ý.

Dù mới được buộc sơ hai lạt chéo giữa, có thể ném đi, ném lại mà đồng bánh vẫn còn nguyên vẹn. Khi bố gói đến cái bánh thứ hai, thứ ba, bé mới lanh tranh đòi đưa từng lá dong cho bố. Nhưng bố không ưng và giải thích việc đặt lá dong cho mỗi chiếc bánh không thể tuỳ tiện mà cần có sự lựa chọn cho thích hợp: Những lá to, lành lặn, đẹp nhất đặt trước để vừa dễ gói vừa tạo cho chiếc bánh có cái áo ngoài lành lặn, bóng bẩy trông đẹp mắt. Còn lượt lá xếp sau cùng tức lớp áo lót trong cùng của chiếc bánh cũng cần phải lựa chọn kỹ càng. Cần chọn những chiếc lá dong còn non, có màu xanh tươi dịu dàng để khi bánh chín in được đầy đủ màu sắc đường nét của chiếc lá vào thân bánh. Nếu lá không được lựa chọn kỹ, bánh dễ bị loang lổ nhiều màu hoặc vàng sạm trông mất cảm tình.

Thì ra việc gói bánh chưng rất khó nhưng lại

rất vui. Từ lần sau Bé có làm theo lời bố dạy nhưng vẫn còn lóng ngóng rất nhiều. Thấy bố buộc lạt cho những đồng bánh rất nhanh thành các ô vuông đều đặn, vui mắt, bé cũng bắt chước tí toáy làm thử. Bé cứ loay hoay mãi mà những sợi lạt dù mỏng manh kia vẫn không theo ý bé được, Bố cười hiền hậu mắng yêu và lại kiên trì giải thích cách buộc bánh chưng cho Bé. Bé nghe là hiểu ngay nhưng làm được theo ý bố còn nhiều lúng túng khó khăn lắm... Cuối cùng Bố không quên gói cho Bé 2 chiếc bánh rùa con con. Với Bé đó là phần thưởng tuyệt vời mỗi khi Tết đến.

Đêm hôm ấy Bé ngồi cạnh Bố bên nồi bánh chưng. Bố giục Bé đi ngủ, sau khi tắt bật dọn dẹp xong, mẹ cũng đến tận nơi để đưa Bé lên giường ngủ nhưng Bé vẫn không chịu cứ ngồi bên bếp lửa có nồi bánh chưng đang sôi lục bục toả hương thơm ngào ngạt chào mời. Ngọn lửa bập bùng, củi than nở vui tí tách. Bố kể chuyện ngày xưa cho Bé nghe nhiều lắm, trong đó nhớ nhất chuyện gia đình ngủ quên để nồi bánh chưng thức một mình sôi đến cạn nước cháy nồi, thậm chí đêm 30 tết cũng có kẻ gian rình mò lấy trộm cả nồi bánh chưng mang đi. Nhà ai gặp cảnh ngộ

Ấy thì buồn lăm chẵng những ngày tết mất vui mà cả năm làm ăn lo lắng xúi quẩy. Thế đấy, cho nên Bé phải ngồi canh chừng nồi bánh chưng cùng bố là đúng lăm rồi!

Thỉnh thoảng bé lại hỏi bố liệu bánh đã được chưa? Bố bảo để bánh được chín rền, ngon cần phải luộc kỹ từ 8 tiếng đến 10 tiếng đồng hồ, riêng bánh rùa có thể vớt ra trước. Nói đoạn, bố vớt ra một chiếc bánh rùa, bóc ra nóng hổi, hương thơm của gạo nếp, đậu xanh, lá dong, thịt, hành hoà quyện bốc lên thơm ngon ngào ngạt. Bố mẹ cùng Bé thưởng thức những miếng bánh đầu tiên. Ai cũng tấm tắc khen ngon. Riêng với Bé có bánh chưng là Tết và tết là bánh chưng.

Có nhiều gia đình xưa kia do thiếp thốn hoặc ngày nay do tham công tiếc việc, ngại mất thời gian mà có ý định ngày tết không gói bánh chưng thường bị chính lũ trẻ nhà mình phản đối. Có nhiều cháu Bé cứ khóc lóc đòi bố mẹ phải gói bánh chưng, bánh rùa. Nếu không chúng cứ suy bì với hàng xóm nghe thật tội nghiệp. Vậy là do yêu thương con trẻ vui với niềm vui của chúng nên nhiều gia đình đã cố gắng giữ lệ tự gói bánh chưng để gia đình được ăn tết vui vẻ.

DƯA CHUA

Thức ăn của mỗi người, không chỉ cần các vị mặn, ngọt, bùi béo... mà còn có các vị chua, cay, đắng, chát... Người ta hái lượm những thứ có sẵn trong tự nhiên hoặc đã qua chế biến mà tạo ra những thực phẩm hợp khẩu vị như trên. Trong số đó món ăn có vị chua được nhiều người ưa dùng, nhất là đối với những cô gái, phần vì hợp khẩu vị, phần vì muốn chống béo, giữ “eo” cho đẹp. Thức ăn có vị chua thì nhiều lầm, nhưng gần gũi, thân quen và có từ lâu đời tận thuở hàn vi của ông cha đó là món dưa chua. Dưa chua cũng có nhiều loại, có loại thường được dùng trong những ngày lễ tết vì nó sang trọng hơn đó là món dưa hành (xem bài Dưa hành ngày tết).

Nếu không có dưa hành, ngày tết cũng như ngày thường người ta có thể dùng các loại dưa chua khác. Trong những bữa ăn đậm bậc của người nông dân xưa, nhất là những ngày mùa màng bận rộn, những ngày quá rét không có điều kiện đi mò cua bắt ốc làm thức ăn, thì trong nhà đã có hũ mắm tép và vại dưa đầy là các mẹ, các chị nội chợ yên tâm lầm rồi. Khi xưa người nông

dân (chiếm 80 - 90% dân số) còn nghèo khổ đến mức phải ra bến sông vớt lấy những lá cải bắp già người ta vứt trôi nổi trên sông, rửa thật sạch rồi thái nhỏ làm rưa có khi phải tận dụng những cây, lá, quả, củ khác để làm nên món dưa chua. Về củ có dưa hành, dưa kiệu, dưa cải củ, dưa xu hào... Về quả thường muối cà ghém, dưa chuột... Nhưng phổ biến nhất vẫn là dưa cần và dưa cải bẹ. Các thứ dưa này đều làm đúng kỹ thuật vừa giòn vừa có vị chua ngọt, cay cay thơm mát. Để dậy mùi, khi muối dưa người ta có thể cho thêm những thứ phụ gia như hành tươi, tỏi, riềng, rau răm... Ngon miệng nhất là món dưa có độ chua vừa phải (còn tuỳ thuộc vào khẩu vị mỗi người), có độ cứng giòn, sáng bóng, nếu món dưa đã bị thâm đen, mềm nhũn là đã bị hỏng người ta thường gọi là dưa “khú”. Mà đã là dưa khú thì chỉ nên đổ đi, ca dao có nói về dưa khú: “Bây giờ dưa khú, bầu già, trước là đầm thăm sau ra lạnh lùng”. Đặc biệt thi sĩ Tân Đà đã than thở với “Người tình không quen biết”:

... Mình đi, ta ở lại nhà

Miếng dưa thì khú, quả cà thì thâm.

Bất kể món dưa gì khi bị tra muối quá tay đều

bị mặn, cứng mất chất ngọt ngon - món dưa chua cần kèm theo nước chấm có chất lượng mới ngon miệng. Món dưa chua còn có thể kết hợp với nhiều thứ thực phẩm khác để tạo nên các món ăn chua ngọt như dưa chua nấu canh cá, canh thịt, canh xương... Đây là những món canh có vị chua ngọt, dịu mềm đỡ ngán, chan cơm dễ ăn và ngon miệng nhất là về mùa hè.

Thường thì cứ giữ nguyên một tư thế nào đó người ta cảm thấy mỏi mệt, cần có thay đổi động thái để tránh buồn ngủ, lấy lại sự khoan khoái, hưng phấn. Ăn uống cũng vậy, món ăn ngon lành đến mấy ăn mãi cũng chán ngán, trừ có “cơm té mẹ ruột”. Vậy nên sự hiện diện của đĩa dưa chua giữa mâm cỗ thịnh soạn là điều dễ hiểu.

Có chua cay mới thấy đầy đủ cái giá trị của ngọt bùi và ngược lại. Món dưa chua xứng đáng là người bạn đồng hành của những món ăn ngon như thịt, cá và nhiều thứ cao sang khác góp phần cho sự ẩm thực của ta thêm đầy đủ, phong phú về chất, giàu có hơn trong cảm xúc và trong tâm hồn.

XÔI GẤC

Xôi gấc có màu đỏ vàng tươi, mới nhìn đã thấy đẹp và ngon mắt. Ngoài hương thơm sực nức của nếp cái, nếp hương, xôi gấc còn có hương thơm đặc biệt quyến rũ của hoa quả. Được ăn xôi gấc, ngoài sự cảm nhận đầy đủ sắc hương ta còn thấy được vị ngọt ngào, béo ngậy đậm đà chất hương đồng gió nội của nó. Trong những ngày giỗ tết mà có đĩa xôi gấc để cúng tổ tiên, thiết đãi khách thì thật là sang trọng. Đặc biệt trong các đám hỏi, xôi gấc đỏ cũng biểu hiện một niềm vui hy vọng về một sự may mắn sẽ đến.

Xưa kia xôi gấc thường có nhiều ở nông thôn vì nơi đó có sẵn gạo nếp, gấc đỏ. Hiện nay vừa sẵn có lại lưu thông dễ dàng nên ở thành thị cũng dùng nhiều xôi gấc. Cũng có những nơi, những lúc hiếm, gấc đất đỏ, người ta đã phải làm giả xôi gấc bằng cách tạo chất phụ gia cho xôi có màu đỏ.

Mâm cỗ có những thức ăn phong phú về màu sắc, đa dạng về dáng hình thì đĩa xôi gấc đỏ tròn xoe nổi bật lên như một đoá hoa rực rỡ và ngọt ngạt hương thơm, tạo nên không khí vừa trang trọng vừa ấm cúng tình quê.

Để có được những đĩa xôi gác đỏ ngon lành như thế, các mẹ, các chị nội trợ đã phải làm nhiều khâu khá tý mỉ, cầu kỳ và khéo léo. Đầu tiên phải chọn nguyên liệu gạo nếp và gác chín thật chuẩn. Tốt nhất là gạo nếp cái, nếp hương còn mới, gác đã chín, vỏ đỏ tươi căng cứng, tỷ lệ trọng lượng gác, gạo khoảng 1/3, ngoài ra còn ít mỡ lợn, đường, rượu và muối. Tất nhiên tỷ lệ trên thay đổi theo điều kiện và ý thích của từng chủ nhân muốn màu sắc, hương vị đậm nhạt tùy thích. Thông thường người ta vo, ngâm gạo sau một đêm vớt ra để ráo nước rồi xóc muối trộn đều với ruột gác hoà với ít rượu rồi đem đồ thật chín. Lúc này ta thấy hạt xôi nở mọng bóng lộng (vì trong gác có cả chất dầu làm bóng) và xôi gác có màu đỏ hơi vàng. Người ta tưới thêm ít đường và mỡ nước đánh đều. Có thể ăn xôi gác lúc nóng hoặc để nguội. Ngoài xôi gác, người ta còn làm xôi vò gác hoặc xôi gác đậu xanh. Riêng xôi gác đậu xanh làm khá cầu kỳ. Người ta đánh tơi xôi gác rồi đóng vào khuôn to nhỏ, dày mỏng tùy ý, lượt bột đậu xanh chính giữa, trên cùng có thể rắc thêm sợi cùi dừa, thịt nạc hoặc vừng vừa trang trí cho đẹp vừa tăng thêm hương vị độc đáo.

Trẻ em rất thích ăn xôi gấc không chỉ vì thấy đẹp mắt và ngon miệng mà chúng còn có dịp lựa nhặt tất cả những hạt gấc rắn chắc hình tròn như đồng xu có răng cưa để làm đồ chơi như đánh đáo, đếm tiền, xếp hình đồ chơi... Xôi gấc ngoài giá trị dinh dưỡng thực phẩm, dầu gấc còn có chức năng đặc biệt trong phòng thiếu vi-ta-min A, tăng cường miễn dịch đề kháng của cơ thể, phòng và điều trị nhiều bệnh mãn tính, bệnh do chất hoá học, do thực phẩm bị nhiễm độc và do vũ khí khủng bố bằng sinh học. Các thầy thuốc còn cho biết có nhiều chất bổ dưỡng làm sáng mắt, bổ máu, da dẻ hồng hào...

Với những ưu điểm trên chắc chắn thực phẩm, dược phẩm được chế biến từ gấc (dầu gấc) nói chung và xôi gấc nói riêng sẽ còn được nhiều người ưu chuộng và làm đậm đà mĩ cái chất chân quê của thời hiện đại.

DƯA HÀNH NGÀY TẾT

Đĩa dưa hành trên mâm cơm, mâm cỗ nhất là trong những ngày Tết âm lịch hấp dẫn biết bao, mới nhìn đã thấy ngon con mắt. Bởi những củ dưa hành đúng độ bên ngoài có màu vàng chanh tươi sáng, ruột trong trắng nõn tinh khiết khiến cho ai nấy ngồi vào mâm chưa vội nhúng đũa vào các món thịt, cá, mà thường gấp ngay củ dưa hành nhai rau ráu làm món khai vị. Củ dưa hành bóng bẩy nơi đầu đũa khẽ nhúng nước chấm, nhẹ nhàng đặt vào bát rồi đưa lên miệng nhai giòn với hương vị chua chua, cay cay, ngọt lan tỏa nơi đầu lưỡi; vừa tao nhã, vừa thú vị.

Không chỉ là món khai vị, mà dưa hành còn là thức ăn đồng hành với nhiều món khác. Đặc biệt với thịt mỡ thì dưa hành như người bạn đời hòa hợp nhất, luôn hỗ trợ, bổ sung cho nhau để cùng tăng số lượng và chất lượng. Thịt mỡ dù có béo ngậy ăn chóng chán, lâu tiêu thì đã có dưa hành gánh đỡ thành món ăn khoái khẩu, ngon miệng, chóng tiêu lạ kỳ. Tôi còn nhớ một thời còn đói khổ, nhà trống được nhiều hành nên ăn dưa

hành với khoai lang luộc trừ bùa. Còn hành luộc ăn thay rau thoả thuê, một thứ rau dọc xanh dài, củ trắng nõn nà rất ngọt lành thơm mát. Vào tháng chạp - tháng một bắt đầu rét đậm, những dọc hành tàn lụi dần, chất dinh dưỡng dần hết xuống củ nên củ hành to lên nhanh chóng. Số hành này phần nhiều bán lấy tiền đong gạo, phần thì phơi khô vỏ làm gia vị ăn dần, phần thì đem làm một vại dưa hành khá lớn để ăn tết. Nói là muối dưa hành để ăn tết nhưng thực ra có thể ăn trước và sau tết hàng tuần. Có những ngày sau tết vẫn có đĩa dưa hành ăn kèm cũng ngon đáo để. Khi còn trẻ con, thấy chị bưng đĩa dưa hành ra, thế nào những đứa em nhỏ cũng nhón được đôi củ ăn và dù có bị cái cốc vào đầu cũng vui. Ăn dưa hành tuyệt nhất vẫn là những bùa có cỗ tết. Vì cỗ tết có nhiều thức ăn, thứ gì cũng nhiều mỡ, nhiều đậm rất ngán, nhưng có món dưa hành kèm theo làm cho nhiều thứ thức ăn khác nhất là thịt mỡ trở nên ngon miệng. Dưa hành vừa là rau, vừa là củ có đa vị: cay, chua, ngọt mặn nồng nàn ở mức độ vừa phải, hài hòa, người lớn, trẻ em đều ưa thích. Tết đến bây giờ ở thành phố

cũng có sẵn dưa hành bày bán nhiều điểm khá thuận tiện cho người tiêu dùng. Tuy vậy những người kỹ tính vẫn tự làm cho gia đình mình một vại dưa hành truyền thống như ý. Người ta nói muối dưa hành vào vại sành mà phải là vại sành hương canh mới tốt. Mua hành thì lựa chọn giống hành củ trắng ăn sẽ giòn, mềm ngọt và chống ngău, đỡ hăng hơn hành củ tía đỏ. Còn cần chọn những củ hành có độ vừa phải. Kinh nghiệm cho biết muối dưa hành củ còn tươi ngọt ngon hơn hành đã để héo, khô. Cần bóc trắng củ hành cắt đầu đuôi sạch sẽ, tuy nhiên không được cắt lém vào phần củ vì như vậy hành sẽ bị mềm ủng. Cần giữ lại phần núm rẽ rắn chắc của củ hành. Trước khi muối người ta ngâm củ hành vào trong nước tro bếp khoảng một đêm cho hành trắng và đỡ hăng rồi rửa sạch bỏ vào vại nén chặt. Người ta không quên cho muối và rải những thanh mía được chẻ nhỏ lát dưới đáy vại để tạo ra chất đường hương thơm, dưa hành chống lên men chua, chống ngău. Khoảng hơn 2 tuần là có thể ăn được. Nếu gặp trời lạnh thời gian dưa hành ăn được sẽ chậm hơn. Để giữ

hương vị tinh khiết không nên muối dưa hành chung với su hào, rau cải, củ kiệu hoặc rau cần... Dưa hành còn có ưu điểm để ăn được lâu hơn các loại dưa khác mà không bị ủng hoặc quá chua.

Ngày Tết, sắm món dưa hành xưa cũng như nay chẳng mấy khó khăn, vất vả vì nó thuộc loại rau củ săn có, rẻ tiền, dễ làm mà lại có tác dụng thiết thực trong ăn uống. Những ai đã từng nhớ ngon rau lang, rau muống luộc, bát canh cua đồng, quả cà muối xổi, món cuốn tôm ở chốn quê chắc hẳn sẽ chẳng thể nào quên được món dưa hành trong ngày tết cổ truyền của dân tộc.

MỤC LỤC

Trang

| | |
|--|----|
| Lời giới thiệu | 5 |
| Phân I: Sắc màu quê hương | 9 |
| I. Vài nét về điều kiện tự nhiên, xã hội và con người có liên quan đến văn hoá ẩm thực của Ninh Bình | 11 |
| II. Những đặc sản và phong cách ẩm thực của người Ninh Bình | 16 |
| 1. Đặc sản và phong cách chung | 16 |
| 2. Đặc sản và phong cách vùng miền | 18 |
| Phân II: Đặc sản ẩm thực Ninh Bình | 46 |
| 1. Ốc nhồi Gia Viễn | 48 |
| 2. Cá rô Tổng Trường | 51 |
| 3. Tái dê Cố đô | 54 |
| 4. Rượu Kim Sơn | 59 |
| 5. Cơm cháy Hương Mai | 64 |
| 6. Món hến | 68 |
| 7. Miến lươn bà Phấn | 71 |
| 8. Cuốn tôm | 76 |
| 9. Bánh gai Cam Giá | 78 |
| 10. Cá kho niêu đất | 82 |
| 11. Nem Yên Mạc | 85 |

| | |
|--|------------|
| 12. Nước chấm và gia vị | 89 |
| 13. Xôi Đâm | 99 |
| 14. Giả cây | 103 |
| 15. Rươi Kim Sơn | 106 |
| 16 Thịt kho | 110 |
| 17. Bánh đa vùng quê tôi | 113 |
| 18. Mắm tép Gia Viễn | 116 |
| Phần III. Đôi điều bàn về ẩm thực | 121 |
| 1. Một thời đáng nhớ | 123 |
| 2. Âm thanh ẩm thực | 133 |
| 3. Đôi điều bàn về sự ăn | 137 |
| 4. Bếp lửa | 143 |
| 5. Dân gian nói về uống rượu | 150 |
| 6. Nếp nhà trong ăn uống | 154 |
| 7. “Đụng thịt lợn” | 157 |
| 8. Đôi đũa | 161 |
| 9. Ăn tết | 165 |
| 10. Món cua đồng | 171 |
| 11. Bánh quê | 179 |
| 12. Anh đi anh nhớ quê nhà | 182 |
| 13. Bánh chưng với bé | 188 |
| 14. Dưa chua | 192 |
| 15. Xôi gác | 195 |
| 16. Dưa hành ngày Tết | 198 |

VĂN HÓA ẨM THỰC NINH BÌNH VŨ VĂN LÂU

Nhà xuất bản Văn hóa Dân tộc
19 Nguyễn Bỉnh Khiêm - Hà Nội

ĐT: (04)9435915

Chịu trách nhiệm xuất bản:

LƯU XUÂN LÝ

Biên tập:

TRẦN THU VÂN - AN VIẾT ĐÀM

Bìa:

ĐỨC GIANG

Sửa bản in: TÁC GIẢ

In 500 cuốn khổ 13 x 19 cm. Tại Xí nghiệp in Ninh Bình
Giấy chấp nhận XB số: 12-1378/XB-QLXB, cấp ngày
23/9/2004. Giấy trích ngang KHXB số: 897/XBDT-GP, cấp
ngày 17/11/2004. In xong và nộp lưu chiểu quý I năm 2005

VŨ VĂN LÂU



Sinh năm 1948 tại xã
Ninh Tiến - Thị xã Ninh
Bình tỉnh Ninh Bình

- Cử nhân văn khoa

- Nguyên giáo viên
trường Cao đẳng sư phạm
Hà Nam Ninh và trường
Cao đẳng sư phạm Ninh
Bình

- Hiện là Phó ban Tuyên huấn Uỷ ban MTTQ
tỉnh Ninh Bình

Tác phẩm

- Bút ký "Nguyễn Tử Quảng say mê sáng tạo"
- Giải thưởng báo chí **toàn quốc năm 2000.**
- **Hương đồng gió nội** - Nxb. Văn hoá Dân tộc
- **Văn hoá ẩm thực Ninh Bình -**
Nxb. Văn hoá Dân tộc

Giá : 21.000 đ