

Thức ăn người Quảng có nguồn gốc động vật (Phần 2)

Cá giếc rau răm

Trong Đông y, cá giếc là một trong các vị thuốc quý. Sách "*Nam dược thần hiệu*" (của Tuệ Tĩnh) gọi là túc ngư, có tính hàn. Công dụng điều khí hòa trung rất bổ ích, chữa mụn trĩ, đại tiện ra máu, lao, cả bệnh tiểu đường,... Còn rau răm gọi là thủy liễu có tính ấm chữa đau bụng lạnh, vết thương rấn cắn, cước khí sưng chân và chàm ghẻ,...".

Nấu canh cá giếc rất dễ: cá giếc móc ruột bỏ gan, rửa sạch, ướp tiêu, hành, bột ngọt và tí muối, để 30 phút. Cho nước vừa đủ dùng vào xoong đun sôi, thả cá vào, đợi cá chín cho rau răm, rau sam và 1/2 trái ớt xanh đập dập vào và nước mắm vừa ăn.

Thành phố Đà Nẵng hiện nay có vài quán bán món cá giếc nấu canh rau răm. Một tô cá giếc từ một đến 3 con tùy loại lớn hay nhỏ, nấu với rau răm và một trái ớt xanh lớn đập dập có giá khoảng 12.000 đồng/con. Người ăn gắp từng con cá ra chiếc đĩa để lấy vảy và thịt chấm với muối tiêu. Những con cá diếc lớn có trứng có mùi thơm, bùi, béo rất đặc trưng nên ăn rất ngon. Cá giếc nấu canh rau răm thường ăn vừa thơm ngon, ngọt nước vừa để giải nhiệt và làm mát cơ thể. Tuy nhiên, khi ăn phải cẩn thận, cần áp dụng câu “thực bất ngôn” không nên nói nhiều khi ăn để dẫn đến hóc xương do cá diếc nhiều xương.

Cá giếc ngon nhất là vào thời điểm bắt đầu mùa mưa ở miền Trung, khoảng tháng 9-10 âm lịch, khi ấy, cá lội ngược nước, băng đồng đi tìm nơi đẻ trứng. Nhiều nơi ở miền Trung, người ta khoái ăn cá giếc đang sống (loại nhỏ), gọi là món thanh cầm. Muốn ăn thanh cầm phải là loại cá giếc tơ, nhốt cá và thay nước khoảng 5 ngày cho sạch cá. Gia vị chủ yếu là các loại rau sống như cải non, các loại rau thơm, rau sống, chuối chát hoặc quả sung. Tất cả rau sống được rửa sạch và ngâm qua nước muối, sau đó vớt lên vẩy cho ráo nước. Giai đoạn tiếp theo là nấu nước lèo khá công phu. Dùng mắm tôm ngon, lọc kỹ lấy nước nấu sôi để nguội, sau đó dùng mè, đậu phụng rang thơm giã nhỏ trộn vào làm nước lèo. Pha vào nước lèo bột ngọt, tiêu, ớt,..., và chanh thích hợp, tùy theo khẩu vị, có thể pha thêm ít bột gạo hoặc bột mì cho nước lèo hơi sệt sệt. Khi mâm bát được dọn ra cùng một chai rượu gạo, chủ nhà mới đem cá giếc ra, cá được nhốt trong thau, chậu và vẫn bơi lội bình thường. Người ăn bằng cách: cho các loại rau vào bát, chan nước lèo lên trên rau, lần lượt mỗi người dùng đũa sạch gắp (bắt) một con cá tự chọn, rồi dùng rau sống trên bát của mình bọc lại, cả rau sống và cá vừa đủ một miếng ăn. Sau khi uống một ngụm rượu lấy đà là “nhắm mắt” bỏ “hỗn hợp” trên vào miệng nhai nhỏ, và bồi thêm miếng rau nữa, khi “hoàn thành” lại uống tiếp thêm một ngụm rượu để “tiễn đưa”. Mỗi bữa ăn thanh cầm, người ăn nên ăn từ 3 – 5 con là đủ. Trong khi “gắp” cá sống bơi vòng quanh chậu, đòi hỏi người “bắt” phải có thiện nghệ, không khí rất nóng lên khi mọi người đã chiêu vài ly rượu. Lúc bảy giờ, các “cụ” mắt mờ, tay run khó bắt được cá giếc tơ, thì có thể nhờ cánh trẻ hơn bắt hộ. Món này ăn có hương vị rất riêng và lạ, nhất là không thấy tanh mùi

cá. Cái vị dịu dàng của nước lèo mắm tôm, mùi thơm của mè, đậu phụng rang, vị chát của chuối, vị mát, lạnh, ngọt ngào của cá, vị cay của ớt,..., hoà quyện vào nhau làm nên món thanh cầm tuyệt diệu, ai đã một lần thưởng thức sẽ nhớ mãi. Thưởng thức món này cũng rất...văn hóa dân gian, vừa giao lưu với bạn bè vừa để giảm nhiệt cơ thể do tác động của gió Lào ở miền Trung nóng bức.

Lươn tao bún

*Lá tre, tro, truốt sạch trơn làu,
Luộc ráy xong rồi, mỡ, tỏi, tao,
Nước mắm, hành, tiêu, lươn bún thấm,
Ngắt ngò, cắt hẹ, sắp thêm sau.*

Theo bài thơ trên, sau khi con lươn vò với tro, truốt với trấu cho sạch nhớt, mổ dọc thân lươn theo sườn lấy ruột ra. Lươn luộc chín vừa vàng xào mỡ, tỏi, nước mắm, hành tiêu với bún tàu (miến, ngâm hơi mềm), xào đùng nát, cho lươn thấm. Xong rồi, xúc ra đĩa, ngắt ngò, ngắt hẹ rải lên, ăn nóng.

Lươn, lệch xào măng

*Lệch, lươn một loại khác chi nhau,
Mỡ, tỏi, tiêu, hành, nước mắm xào,
Chuối chát, măng vùi, ria ít khế,
Lân, cùng ngũ-điếc, bỏ thêm màu.*

Con lươn, con lệch/lạch là một loài giống nhau. Rửa sạch rồi xào với mỡ, tỏi, tiêu hành. Chuối chát xắt, măng non bào mỏng ngâm nước. Rồi thêm khế, ngổ, ngò gai ... tất cả bỏ vào xào với lươn, lệch, nêm nếm rồi nhắc chảo xuống.

Bên cạnh lươn chình, ở đồng ruộng còn có *con chạch*. Chạch có thân dài như lươn chình nhưng hơi dẹp, có thể nhỏ bằng ngón chân cái, dài khoảng gang tay, đầu nhỏ hơi nhọn,

da đỏ hay vàng đen, có nhiều gai cứng ở lưng, rất dữ, có con lớn bằng bắp tay, mình có hoa. Như thế, lươn cũng như chạch, nhưng lại có chuyện *lươn chệ chạch dài đuôi*, còn mình thì ngắn đuôi ? Chế biến món chạch bằng cách rửa nước phèn chua cho sạch, sắp lên đĩa. Com mẻ tán nhuyễn ra, cho vào một chút muối, đường, bột ngọt, ớt băm nhỏ. Sau đó sắp lên vỉ nướng trên bếp than đỏ hồng. Khi thấy mùi thơm tỏa ra, da chạch nhăn nhúm lại, bong ra là ăn được. Ăn chạch nướng kèm với rau sống, chuối chát, khế chua, ngò gai,...chấm với com mẻ. Thịt chạch béo, thơm cùng với gia vị mặn, ngọt, cay, chua,...rất hợp cho những người thích nhâm nhi cùng rượu để cùng với bạn bè trong những buổi trời mưa lạnh.

Về ruộng đồng ngoại thành Đà Nẵng ăn lươn chình, thấy được cách sống:

Đừng chệ lươn ngắn mà tham chạch dài.

Nên mới có lời trách móc:

Xin đừng ra dạ Bắc Nam

Đừng chệ lươn ngắn, chớ tham chạch dài.

Vì :

Anh hùng nào phải khúc lươn

Khi cuộn thì ngắn, khi vươn thì dài

Con lươn cũng đã từng đi vào đời sống tình cảm của dân ta:

Chiều chiều vác cuốc kiếm lươn

Nước trôi lươn trượt, người thương mất rồi.

Để rồi:

Đêm đêm vuốt bụng thở dài

Thở ngắn bằng chạch, thở dài bằng lươn

Đó là do:

*Người ta bắt chạch đàng đầu
Mẹ tôi tham giàu, bắt chạch đàng đuôi
Ai cũng biết, bắt lươn đàng đầu chớ ai bắt đàng đuôi.
Chạch cũng là loài giống như lươn. Cũng đã từng lươn
ngắn lại chệch chạch dài cũng như thồn bơn méo miệng chệch trai
lệch mồm.*

Người ta cũng đã từng khuyên nhau:

Hãy cho bền chí câu cua

Dù ai câu chạch câu rùa mặc ai.

Và em đừng khinh quân tử nhỏ nhoi, con lươn bao lớn nó xoi
lúng bờ. Vì thân lươn bao quản lấm đầu... và cũng vì :

Con lươn có tiếng hôi tanh

Xào nấu sạch sẽ cũng thành món ngon ...

Con chình nấu lẩu

Bên cạnh lươn, còn có *chình*. Cá chình có hình dạng
giống lươn. Chình sống ở sông, suối, đầm. Đặc biệt giống
chình khi trưởng thành, vượt ra biển ân ái, sinh sản ở đó. Chình
con, sau một quá trình biến thái lâu dài và phức tạp, khi đã lớn,
bơi từ biển trở về các con sông, thích sống ở vùng nước sâu,
có nhiều bùn như ao đầm, vùng hạ lưu sông rạch và trở thành
giống cá nước ngọt thực thụ. Chình có con dài hơn 1 mét, to
bằng bắp chân người, thân trơn láng như lươn. Chình có *chình*
bông nhỏ con, da sáng và *chình mun* to con hơn, da đen láng.

Người ta bắt chình bằng cách câu hay dăng, mùa khô, tát
cạn ao đầm để bắt. Chình là loài cá nhưng không có mùi tanh,
thịt dẻo và dai, có thớ thịt như thịt gà. Vì thân dài nên chình
có nhiều thịt, chế biến được nhiều món ăn.

Có người coi chất nhót bám ở *chình mun* là một trong những vị thuốc quý hiếm mà vua chúa ngày xưa thường dùng để chữa bệnh đau nhức khớp xương. Món nhót chình được vuốt sạch bằng nột mì. Sau đó, bột mì tằm nhót chình trộn với tôm tươi băm nhỏ, chế biến thành món chả chiên rất hấp dẫn.

Ngoài ra, thịt chình còn chế biến thành món lẩu, nấu ca ri, đem rô ti, tiềm thuốc Bắc, om với chuối xanh, hay đem xào, nấu canh với măng hay lá giang hoặc ướp gia vị (trong đó có nghệ) rồi đem nướng trên lửa than hay bọc với lá chanh, lá chuối đem nướng. Thịt chình cũng được bào lấy từng thớ thịt làm món gỏi chình, ăn với bánh tráng nướng hay bánh tráng dẻo cuốn với rau sống. Thịt chình cũng có giá trị dinh dưỡng như lươn. Có người đem chình còn sống ngâm vào rượu đế, để vài năm đem ra uống, trị được các bệnh đau lưng, nhức xương ...

Lươn, chình ngoài món ăn, món nhậu dân dã, quen thuộc của người Việt ta, *mằn lươn nấu cháo bẹ môn, bắp chuối trộn ghém chẳng mong về nhà. Sáng thì rau ngổ xào lươn, trưa thì mắm mốc, cà um ngoài vườn ...* chúng còn được đem ra ví von trong đời sống của dân tộc ta như con trâu, con gà, con chó, con heo ...

Trong tác phẩm *Thực phổ bách thiên* của Trương Đăng Thị Bích, con dâu của Tùng Thiện Vương, đã trình bày, hướng dẫn cách làm và nấu các món ăn Huế từ chốn cung đình đến tận thôn dã bằng những bài thơ đọc rất thú vị, trong đó có các món chế biến từ con chình như sau:

Chình nướng

Nấu nước cho sôi sẽ cạo da,

*Làm ròi thái mỏng bỏ xương ra,
Tiêu, hành, nước mắm, đường, mè, nghệ,
Nướng kẹp thêm chanh, mỡ, ớt pha .*

Chinh trung nước sôi ròi cạo da cho trơn, thái mỏng thịt, bỏ xương. Ướp thịt với tiêu, hành, mắm, đường, mè và nghệ trong vài giờ. Kẹp thịt ròi nước trên than lửa hồng. Trong quá trình nước, bôi mỡ, ớt pha vào cho thịt béo và cay.

Râu tôm ruột bầu

Vùng biển Đà Nẵng vào đến Khánh Hòa và đến Cà Mau, có rất nhiều tôm. Theo thống kê, có khoảng từ 250 đến 350 loài tôm nước mặn lẫn nước ngọt. Tên gọi các loài tôm thật phong phú: *tôm bạc*, *tôm bạc nghệ* loại tôm này vừa có ở biển, ở sông, lớn bằng ngón tay, màu trắng, luộc chín đổi màu đỏ. Các bà nội trợ mua về thường phơi khô thành tôm khô để dành ăn dần. Tôm bạc mới nở có tên gọi là *tôm khuyết*– *tôm bộp* hay *tôm chì*. Tôm càng còn gọi là *tôm gọng*, có loại *càng sông*, *càng xanh*, loại này lớn bằng cườm tay. Càng nó dài, có khi đến hai gang tay, màu tím, có gai cứng nhọn. Tôm màu xanh, luộc chín thành đỏ, thịt nó thơm ngon. *Tôm chấu*, loại này nhỏ bằng mút đũa, riêng vỏ đầu có hai ngạnh nhọn và cứng. *Tôm chông*, loại tôm nước ngọt, mình nó ngắn và tròn. *Tôm chục*, tôm nước mặn, lớn bằng ngón chân cái, ngon thịt. *Tôm đất*, loại tôm biển, lớn bằng ngón tay, vỏ đen, có khoanh trắng. Tôm này thường được dùng làm mắm. *Tôm he*, tôm sống thành đàn ở ven biển và vùng nước lợ, mình dẹt, râu ngắn. Tôm he có tôm he mùa (hay lột), *tôm he Ấn Độ* (còn gọi tôm bạc cạn), *tôm he phương Đông* (hay tôm nướng), *tôm he Nhật Bản*. Cùng họ với tôm he là *tôm rảo đất*, sống ở vùng nước lợ

ven biển, thân hẹp và dài. *Tôm hùm*, còn gọi là *tôm rồng*, có loại hùm bông (hay hùm sao, rồng gai), hùm đá (hay rồng điệp), *hùm đỏ*, *hùm vằn*, đây là loại tôm biển thường nuôi bằng lồng. Tôm có mình dài ba bốn tấc, càng lớn, dài, có nhiều que, râu dài, đuôi xòe to. Khi còn sống màu xám hơi xanh xanh, luộc chín màu hơi vàng. Đây là món ăn đặc sản đắt giá, dành cho xuất khẩu và cho các “đại gia” tại các nhà hàng sang trọng. Tôm kẹt cũng là loại tôm hơi giống tôm hùm. Tôm lóng, tôm biển, lớn bằng ngón tay, mình tương đối tròn và thon dài. Tôm quýt, tôm biển lớn bằng mút dừa, thịt trắng, trong. Tôm sắt. *Tôm sú*, loại tôm nước ngọt, nhỏ con. *Tôm tích/tít*, lớn bằng ngón tay, có càng nhưng không có râu, mình có nhiều gân như tôm hùm. *Tôm thẻ*, tôm biển lớn bằng ngón tay, mình tương đối dẹp, vỏ hơi vàng. Tôm thẻ rần mình có vân xanh vàng đỏ. *Tôm vàng*, tôm biển lớn bằng ngón tay, màu đỏ sậm, có nhiều điểm đen,... Bao nhiêu tên gọi loài tôm có ở biển Quảng Nam, Đà Nẵng như thế cũng đã nhiều, để chứng tỏ sự phong phú đa dạng của loài này.

Xa vào vùng Nam Bộ, có bài *Về các thứ tôm* như sau, để biết thêm tên gọi một số loài tôm:

Đầu lớn chôm bôm là đầu con *tôm tít*

Bắt người ăn thịt là con *tôm hùm*

Ăn bụi ở lùm là con *tôm cỏ*

Bắt bỏ vào giỏ là con *tôm lương*

Gánh đất lấp đường là con *tôm đất*

Vô chùa lạy Phật là con *tôm tu*

Sóng đánh chông khu là con *tôm cùn*

Nấu cơm sồn sồn là con *tôm gạo*

Lấy nước thơm thảo là con *tôm trâm*

Bịt chén bịt mâm là con *tôm bạc*
Phải quấy mình gặt là con *tôm càng*
Rèn đục rèn chàng là con *tôm sắt*
Hay cắn hay ngắt là con *tôm chông*
Nghe bậu lấy chồng là con *tôm lóng*
Lấy chồng cho chóng là con *tôm lang*
Da thịt nó vàng là con *tôm nghệ*
Việc làm bê trễ là con *tôm he ...*¹

Người ta bắt tôm bằng nhiều cách : Câu, mò, vớt, xúc,...Người ta còn *bắt con tôm như con tép*, như ông bà thường nói. Chỉ cần qua tay nghệ nhân, vỏ con tôm hùm với đầy đủ đầu mình đuôi càng que là một món quà quý cho du khách mua về trang trí, kỷ niệm một chuyến du lịch miền biển.

Khi mua tôm, ông bà có dặn: *Cá/tôm kể đầu, rau kể mỏ*, nghĩa là mua tôm phải đếm từng con, mua rau thì nhắm chừng nhiều ít. Đó là lời dạy của ông bà, nhân đó mà xử thế: tùy người mà xem khinh hay trọng, mà đối xử cho phải. Tôm chế biến phải là tôm tươi, còn nhảy lách tách trong rổ, loại tôm này được nhiều người mua, *đắt như tôm tươi* là như thế. Khi làm tôm, người nội trợ phân tôm nó lộn trên đầu, như bài thơ của ông Học Lạc, một nhà thơ trào phúng miền Nam:

Chẳng phải vương công chẳng phải hầu
Học đòi đái kiếm lại mang râu
Khoe khoang mắt đỏ trong dòng bích
Chẳng biết mình va cứt lộn đầu.

Thật ra, phân con tôm không nằm ở phần đầu mà hậu môn của con tôm nằm ở phía đuôi và phân đã được thải ra ở đó.

¹ *Về Nam Bộ*, Huỳnh Ngọc Trảng, NXB Đồng Nai, 1998, trg. 83.

Còn phần đen xanh xanh ở ngực đầu là cơ quan giống như thận, bọng đái, nước tiểu từ đó mà ra. Do đó, câu cuối bài thơ có thể: *Chẳng biết mình va đái lộn đầu* thì đúng hơn. Tuy nhiên, khi làm tôm, nên làm sạch đầu đuôi, rút chỉ đen dọc lưng tôm và rửa sạch. Tùy theo món chế biến mà con tôm lột vỏ hay không lột vỏ. Có thể mua tôm về làm tôm khô (hay người ta làm sẵn, mua về dùng) để dành dùng khi cần thiết.

Món tôm thật dễ làm, dễ nấu và có mặt trong các món ăn, món nhậu, trong bữa cơm thường ngày, trong tiệc chiêu đãi, trong tiệc cưới, trong các nhà hàng, quán xá,...

Nhìn vào thực đơn có món tôm ta thấy thật là nhiều món chế biến từ con tôm. Con tôm có mặt trong các món:

Món gỏi có món gỏi hoa chuối, gỏi cà rốt, gỏi đu đủ, gỏi ngó sen, gỏi mít non, gỏi cuốn tôm, gỏi rau muống, gỏi bưởi,...

Món rán có tôm rán với củ sen, tôm tẩm gia vị đem rán.

Món chiên có món nắm đông cô nhồi tôm chiên, tôm bao bột chiên giòn, tôm bọc chả chiên thành hình hỏa tiễn, tôm chiên với sốt Mayonnaise và sà lách trái cây, tôm bọc cốm chiên, tôm sa tế chiên, tôm chiên xù, tôm càng chiên me, trứng cút bọc tôm chiên, tôm đậu nhồi cà chua chiên, tôm chiên nước dừa, tôm chiên trứng, bông bí chiên thịt tôm, bánh mì cuộn nhân tôm chiên vàng, bánh tiêu nhân tôm thịt chiên vàng, tôm bọc măng tây chiên vàng, mực chiên thịt tôm,...

Tôm hùm là món tôm thuộc loại cao cấp, có thể chế biến các món như tiết canh, phô mai bỏ lò, hấp xì dầu, hấp bia, làm gỏi, nướng rượu cô nhắc, chiên bơ tỏi, nấu cháo đậu xanh, làm lẩu chua cay,...

Món nướng có món tôm bọc đất sét nướng, tôm càng tôm đất nướng, tôm cá thu và bí nướng, tôm tươi giã nhuyễn nhồi

cà tím nướng, tôm cuộn lá thơm nướng, tôm giã nhỏ cuộn mía nướng, tôm nướng mật ong, chả tôm nướng,...

Món hấp có món tôm hấp rau củ, tôm hấp nước dừa, tôm hấp bia với sốt cà chua, tôm hấp sốt bưởi, trứng chiên bọc tôm hấp, bông bí nhồi tôm thịt hấp,...

Món xào có món tôm xào cải, bắp non, đu đủ, cần tây, dưa hấu, bí đỏ, bí đao, nấm, khổ qua, cà dĩa, đậu ve, quả vải, bánh phở, mì,... tôm xào chua ngọt, tôm xào rượu, tôm hùm xào tương, tôm xay xào ớt, mắm ruốc xào tôm thịt, ...

Món luộc có món tôm sú luộc chấm nước tương,...

Món cơm có món cơm tôm, cơm lá sen, cơm hải sản, cơm thập cẩm,...

Con tôm đem nấu canh thì không khó tính, nấu với rau gì, trái gì cũng ngọt. Nấu với bầu thì *chồng chan vợ húp gát đầu khen ngon*, dù chỉ *râu tôm nấu với ruột bầu*, toàn là những thứ phé phẩm, thể hiện cuộc sống của đôi vợ chồng nghèo, nhưng có cuộc sống vợ chồng bên nhau đầy ắp hạnh phúc, thủy chung. Nấu với trái khổ qua, trái mướp, trái bí, dưa hồng, dưa leo, mít non, khoai mài, cà chua, môn ngọt,...hay với cải, rau dền, rau muống, rau tàn ô, rau tập tàng, rau má, với bông bí, với bắp chuối, với nấm mối,... nấu gì cũng ngon, cũng ngọt nước.

Món ca ri có món ca ri tôm đất với đậu bắp và cà tím, ca ri tôm càng,...

Món bánh, con tôm có mặt trong bánh xèo, bánh khoái, bánh tôm rán, bánh canh, bánh nậm, bánh bột lọc, bánh quai vạc, bánh ướt tôm thịt, bánh ít nhân tôm thịt, bánh xếp tôm thịt, bánh phồng tôm, bánh rán nhân tôm thịt. Người ta còn dùng con tôm tươi luộc hay tôm khô đập xé nhỏ rắc lên bánh

bèo, bánh ướt ... hay dùng tôm khô ngâm nước ấm, giã cho bông lên, cho vào dầu ăn nóng trộn đều cho khô, lấy bánh ướt cuốn,...

Ngoài ra con tôm còn có trong các món : món cháo tôm, món lẩu tôm, món tôm rim, món tôm rim sốt me, món tôm rán, món tôm sốt cà ri, món tôm sốt chua ngọt, món tôm sốt đậu bắp, món chạo tôm, món tôm rang bơ, món tôm rang me, món tôm rang muối hạt nổi đất, món tôm om sa tế và tỏi, món tôm trộn xà lách và cần tây, món tôm trộn xà lách dưa chuột, món tôm kho tộ, món tôm kho tàu (có câu *nằm như tôm kho tàu*), món súp tôm, tôm sú sống ướp lạnh với mù tạt, món nhồi (ức gà nhồi tôm, bầu nhồi tôm thịt), món chả giò tôm, món chả tôm, món chả ram, lá cải cuốn tôm thịt, món bún có tôm (bún tôm cá thịt, tôm khô trong bún thang, bún tôm cháy trứng), thịt luộc tôm chua, xôi lạp xưởng tôm, măng luộc trộn tôm, ruốc chà bông tôm, mắm tôm,... Có người bảo tôm bạc mới nở, cháy với mỡ, ăn với rau sống cuốn bánh tráng, chấm với mắm ớt... cũng ngon như các món tôm kể trên.

Món tôm thường thức thấy ngon, thú vị là thưởng thức tại địa tôm. Những con tôm đất được vớt lên, nhỏ bằng ngón tay út, nhảy lách tách trong giỏ. Dùng chân tăm xe đập đã được mài nhọn một đầu cho xuyên qua mình những con tôm thành một xâu, rồi nướng trên lửa than. Khi con tôm đổi sang màu hồng là tôm chín, lấy tôm ra. Món tôm nướng này chấm với muối ớt hay muối tiêu, nhậu với một ít rượu đế, giữa trời mây non nước, giữa vùng trời lộng gió, bên bếp lửa ấm cúng thì thật không có gì thú bằng. Con tôm thật ngọt, ăn hoài không chán. Món cuối cùng là món cháo tôm, nêm mắm, tiêu, húp tới đâu, mát tới đó, đưa ta vào giấc ngủ ngon lành.

Trong tác phẩm *Thực phổ bách thiên* của Trương Đăng Thị Bích, con dâu của Tùng Thiện Vương, đã trình bày, hướng dẫn cách làm và nấu các món ăn Huế từ chốn cung đình đến tận thôn dã bằng những bài thơ đọc rất thú vị, trong đó có các món tôm như sau :

Tôm hùm chiên

*Tôm hùm lột vỏ khứa cho mềm,
Nước mắm thoa vào, tỏi lát chêm,
Nhúng trứng mà chiên, thơm lại ngọt,
Vàng đều nhắc xuống, rắc tiêu thêm.*

Tôm sú um

*Tôm sú um um, lột bắc cầu,
Rạch lòng, tiêu, muối, rắc cùng nhau,
Đường vừa nước mắm ngon thêm mỡ,
Lửa phải riu riu để thấm màu.*

Tôm sú kho đánh ²

*Lột trần tôm sú rạch lưng ra,
Rắc muối, vừa tiêu, nước mắm gia,
Xắt thịt thêm vào cùng ớt bột,
Đánh đều gạch đỏ nổi như hoa.*

Tôm rần chấy ³

*Xanh chùi tôm luộc mới vừa rôi,
Lột vỏ, dần mềm, vá chấy thôi,*

² *Kho đánh*: kho sánh lại, tức là kho ở trạng thái gần như đặc quánh lại.

³ *Chấy*: rang và nghiền nhỏ.

*Rắc muối và tiêu đôi đũa trộn,
Khô đều, rãi nguội, dụng lần hồi.*

Chả tôm

*Tôm tươi lột sạch khéo sàng mau,
Rửa vớt khô rồi quét bỏ màu,
Nước mắm, tiêu, hành, đường, trứng, mỡ,
Giặt vuôn, đắp thuần, hấp cùng nhau.*

Con tôm/tôm nhỏ bé như thế mà người ta có thể chế biến nhiều món ăn ngon, đầy hương vị. Để săn sóc mẹ già, những người con có hiếu đã tìm những món ngon, bổ dưỡng để dâng người mẹ yêu kính của mình, trong đó có món tôm:

*“Tôm càng lột vỏ bỏ đuôi
Giã gạo cho trắng mà nuôi mẹ già”.*

Con tôm đầy bổ dưỡng như thế, đã có mặt trong những món ăn dân dã đến những món ăn cao sang, đã từng giúp người nông dân đổi đời khi nuôi chúng, nhưng chúng bao giờ cũng khiêm tốn khi chịu thân phận hẩm hiu, *thân phận tôm tép*. Nhưng con người biết nuôi chúng, biết chăm sóc chúng thì thế nào cũng tránh được cảnh *vật đầu cá, vá đầu tôm*...

Cá niên Tiên Lãng

Nếu như con cá tràu ở miền trung du Tiên Phước cho ta nồi canh chua khoái khẩu, đĩa cá nướng thơm dịu, hay song cá kho tiêu cay nồng, thì với con cá niên ở nơi đây, lại đem đến cho ta nhiều hương vị lạ lẫm. đậm đà. Đặc biệt, mỗi khi thưởng thức món ruột cá niên chung, thì không có chữ nghĩa, bút mực nào mà tả hết cho được cái ngon thanh khiết của nó.

Cá niên hao hao giống cá trắm cỏ, nhưng ngắn hơn. Vảy trắng óng ánh. Thân đẹp, thon, như chiếc thoi dệt vải. Sống theo từng đàn, có cả đến hàng trăm con, chúng đùa dõn giữa dòng thác bạc. Vì thế không thể nào đánh bắt bằng lưới, mà phải câu bằng mồi *con hà*. Cá niên ăn rong rêu, các vi sinh vật bám trên đá.

Với món cá niên nướng, rất đơn giản. Ta có thể dùng kẹp gấp cá bằng tre tươi, hay vĩ sắt, đặt trên lò than hồng. Lật qua, trở lại chừng hơn 5 phút thôi. Nước mỡ đã tươm ra, từng giọt rớt trên than đỏ, tạo âm thanh xèo xèo bốc lên thơm phức, quyến theo làn khói xanh hấp dẫn khứu giác. Từng miếng thịt nạc cá vàng lụng, chấm với nước mắm gừng, hay với mắm ớt tỏi, chanh đường. Nhâm nhi ly rượu gạo nguyên chất. Ôi! Còn gì thú vị cho bằng.

Nếu ăn món gỏi, thì dùng lòng cá trụng nước sôi. Rút xương, lấy phần nạc trộn với những lát khế chua xắt mỏng. Điểm hương vị ngò tào xanh, húng quế thơm, đậu phụng rang giòn. Kẹp với lá vừng non, hay cọng rau dớn rừng. Những chiếc lá non tơ cuộn lại thon thon hình ngọn dáo xinh xắn. Ăn cùng với miếng bánh tráng mè nướng, sẽ làm đậm đà thêm khẩu vị.

Nhưng chắc chắn rằng, sẽ ấn tượng hơn cả, đó là món ruột cá niên chưng. Dù cho thực khách nào có khó tính đến mấy đi chăng nữa, khi dùng đến món này, cũng đều phải gật đầu đắc ý.

Chỉ vừa nghe nói đến cái tinh khiết của ruột cá niên, chúng chỉ dung nạp toàn là những sinh vật sống giữa dòng ghềnh thác. Nội chừng đó thôi, cũng đã là điều khoái cái bụng.

Ruột cá trộn với các gia vị hành, tiêu, bột ngọt, muối, đường...Chung chín, ăn với lá vùng non. Vị đắng đắng của ruột cá, mùi cay cay của tiêu, hương nồng nàn của ớt, sự ngọt dịu của đường, cái mặn mòi của muối. Những tổng vị dịu dàng ấy, làm ta có cảm nhận như đang thẩm thấu cả hương hoa của đất trời, thu gọn càn khôn vào chén ruột cá niên chung hấp dẫn.

Mùa Xuân, đàn cá niên dờn đùa thác bạc, và cũng là mùa của cây dừm đăm chồi, mây lộc, mùa của rau dớn non tơ.

Vào mỗi sáng tinh mơ, hay khi mặt trời gác núi. Đây là nhưng lúc thích hợp nhất cho việc câu cá niên. Kéo con mồi chập chờn, nhảy nhót ngược dòng thác trắng xóa. Bầy cá niên đánh hơi mùi *con hà* quen thuộc, hí hửng cắn câu. Ông lão trở cần đầy giỏ.

Lên Tiên Lãnh, hoặc tại thị trấn Tiên Kỳ. ngồi thanh thản bên bờ kè sông Tiên, để mặc cho ngọn gió rừng mơn trớn. Ngắm chiều treo xanh trên hàng tre. Chạm rãi thưởng thức món cá niên nướng vàng lựng, hay vị đắng dịu dàng của ruột cá, cùng nhâm nhi ly rượu bạn bè, chúng ta sẽ được cảm nhận thiên nhiên nguyên sinh, trong lành thấm vào từng miếng cá niên Tiên Phước. Ngắm dòng sông chảy ngược, tưởng chừng nghe đâu đây tiếng thác rùng rồ ào trắng xóa, đàn cá lướt óng ánh trắng ngần.

Tại Hội thảo khoa học "100 năm Trường Tân học Phú Lâm và nhà thực hành duy tân xuất sắc Lê Cơ" được Sở Văn hóa thông tin tỉnh Quảng Nam và UBND huyện Tiên Phước phối hợp tổ chức vào ngày 18/8/2005 ngay trên quê hương của chí sĩ yêu nước. Huyện nhà đã trang trọng giới thiệu món đặc sản *cá niên Tiên Phước* đến với các cấp lãnh đạo tỉnh Quảng

Nam cùng với nhiều Nhà nghiên cứu đến từ Hà Nội, Thành phố Hồ Chí Minh, Huế, Đà Nẵng. Chính điều này đã nói lên tấm lòng ưu ái chân quê, dân dã, nguyên khiết, và đức tính “vượt qua thác ghềnh” của con người Tiên Phước kiên trung.

Lên Tiên Phước ăn cho bằng được món cá niên, một loài sinh vật sống trên dòng thác bạc. Yếu tố “môi trường trong sạch” của tự thân loài cá này, luôn đem đến đặc trưng vô cùng khoái khẩu, và để lại trong lòng du khách một ấn tượng văn hóa âm thực nhớ hoài, mỗi khi chia xa Tiên Phước.

Cháo ốc trung du

Nắng tháng Bảy giăng chập chùng trên đường về Tiên Phước. Con sông Cà Đong nghẹn dòng trôi ngược, bịn rịn dửng dăng, như thầm trách người con Xứ Quảng ly hương, sao những bấy lâu ngày, mới về thăm quê kiểng.

Mấy buổi chiều nay mưa nguồn, chớp biển. Ngó lên Cửa Rừng mờ mịt, ngậm ngùi nhớ mẹ ngày xưa, nhớ đòn roi dạy bảo năm nào qua câu ca dao da diết:

*Mẹ ơi đừng đánh con đau
Để con bắt ốc hái rau mẹ nhờ*

Ký ức tuổi thơ mở ra, khi người bạn thơ Tân Trà mời ăn bát cháo ốc đá trung du sơn dã, nhưng lại thấm đậm tình nghĩa quê hương cội nguồn.

Để có một nồi cháo ốc đá nhỏ nhắn, kiệm ước, mà ngon miệng, thì không có chi cầu kỳ, rắc rối cả. Thật hết sức đơn giản. Đơn giản từ nguyên liệu cho đến cách làm ốc.

Gạo trắng thơm bây giờ có rất nhiều loại, tùy ý mỗi người chọn lựa.

Ốc được đem ngâm nước vo gạo trong một thời gian chừng vài tiếng đồng hồ, để nó nhả hết cát, bùn. Nếu muốn nhanh hơn, ta có thể giã một trái ớt chín, khuấy đều vào nước ngâm ốc. Sau đó, thay nước lạnh, chà sạch và chặt tron ốc.

Rửa lại, để khỏi sót những vụn vỏ. Ốc đã được ướp gia vị, gồm: bột ngọt, tiêu bột, nước mắm...Đem tao dầu, nhớ đừng quên đổ thêm một ít nước, để thấm vào ruột ốc. Có như thế, khi hút, ăn con ốc, ta mới cảm nhận được tất cả những đậm đà thú vị.

Cháo nấu chín thật nhuyễn, thả đá ốc vào nồi cháo, và dùng đũa trộn đều. Như vậy, là ta đã có được một nồi cháo ốc đá ngon miệng.

Kinh nghiệm dân gian về cách nấu cháo gà, cháo vịt, có câu ngạn ngữ tả hình dáng hạt gạo cháo: “*Cháo vịt nở ra, cháo gà lúp búp*”. Nấu như vậy, mới thật sành điệu.

Miếng thịt vịt chấm mắm gừng cay, thơm. Ăn kèm với miếng chuối chát, hay lát khế chua, làm thêm ngon miệng.

Cháo gà, nấu lỏng, hạt gạo nhuyễn, mềm, nở lúp búp. Khi ăn miếng thịt, kèm với cọng rau răm, muối tiêu, hòa trộn nước chanh, tạo riêng khẩu vị.

Trong khi đó, nồi cháo ốc đá lại nấu sên sếch, mặn mòi sơn dã. Ăn cháo khi còn vừa nóng, kèm với miếng bánh tráng nướng giòn, thật là ngon bình dị.

Buổi sáng trung du, khi nắng vừa leo lên bậc thềm gạch hoa. Ngồi vui bên nhau quanh chiếc bàn tròn. Nhìn bát cháo trắng, lấm chấm điểm đen những con ốc tròn xinh xắn. Húp một muống cháo nóng, “*hút một cái chọt, trong thịt ngoài xương*”, nhâm nhai mềm mại. Mùi gia vị thấm vào ruột ốc,

làm cho ta như “thấm thấu” cả cái thanh dã, đạm bạc của rêu đá thiên nhiên trong từng thớ thịt ốc.

Giòng nước trong xanh rì rào, phiến đá nhẵn mòn nước chảy, và bàn tay bắt ốc, hái rau... Tất cả hiện lên trong bát cháo ốc đá trung du thân thiết.

Mối rang Hoà Phú

Sau những cơn mưa đông chiều vào tiết tháng Tư âm lịch hằng năm trong tiết Tiểu Mãn, nhất là cơn mưa vào lúc chạng vạng tối, không khí bỗng trở nên dễ chịu, trời mát hẳn cũng là lúc hàng đàn mối từ các tổ chui ra sãi đôi cánh mỏng bay chấp chới trong nắng hoàng hôn. Chúng bị kích thích ánh sáng nên tìm quần tụ lại tại nơi có ánh sáng.

Vào thời điểm mối bay ra, bà con dân tộc miền núi ời ời gọi nhau bắt mối. Có khó, có bận đến mấy vào thời điểm đó cũng tranh thủ bắt cho được bát mối. Trong lúc gọi nhau ời ời đó, có câu rằng:

Con ời bắt mối đem rang,

Nhanh tay không kéo mối sang nhà người.

Nếu vùng dân cư không có điện, khi phát hiện ra mối đang từ trong tổ bay ra, người ta thắp một cây đèn dầu hoặc đèn cây, cắm giữa cái thau lớn đặt ở ngoài sân, nơi thuận tiện nhất, trong thau đổ nước ngập $\frac{1}{4}$ cây đèn. Mối bị ánh sáng kích thích, sà vào, chấp chới bay quanh, gặp phải nước, ướt cánh không bay được, đánh nằm dài sãi cánh trên mặt nước. Đến chừng trong thau đã nhiều mối thì hốt mối ra bỏ vào bao nylon. Nếu vùng dân cư có điện, nhất là các ngọn điện được bắt ở ngoài hiên nhà. Khi phát hiện có mối liền tắt tất các các ngọn đèn trong nhà, cốt là không cho mối bay vào nhà. Mối bỗng

quây quần chung quanh ngọn đèn ngoài hiên. Khi ấy chủ nhà chỉ cần đặt một thau nước dưới ngọn đèn, mối bay chấp chới, đảo quanh rồi sa vào thau nước. Lúc bấy giờ không chỉ người bắt mối mà còn có cóc, ếch ương, gà, chó... cũng tham gia bắt mối.

Mối chỉ bay ra khỏi tổ lao vào nguồn sáng chừng nửa giờ đồng hồ là kết thúc, sau đó mối sà xuống đất, rụng cánh, con đực chạy theo con cái lòng vòng trên đất. Sau khi kết thúc việc bắt mối, người ta cho mối vào nước lã rửa sạch một đến hai lượt, đoạn vớt ra cái rá hoặc rổ nhựa cho ráo nước. Mối vừa mới bắt có con còn nguyên cánh mỏng, có con đã rụng cánh, thân dài chừng 1 cm, bụng lớn bằng sợi bún tươi, có viền quanh thân màu vàng nâu, ngực và đầu nhỏ hơn.

Mối rang là món ăn ngon miệng, hấp dẫn đối với đồng bào Cơ tu (bà con gọi là clap padieng - mối rang), cũng như bà con người kinh một số vùng Hoà Vang đến đầu mùa mưa thường bắt dế bầu, ngút bỏ đầu, còn lại đoạn thân và cẳng đem rang hoặc xào nêm nước mắm, gia vị thêm chút ớt, tiêu ăn cũng rất vui và giàu chất đạm. Mối là loại côn trùng giàu chất đạm và khoáng. Muốn ăn, người ta đặt nồi rang hoặc cái chảo lên bếp, chờ chảo nóng lên, bỏ vài bát mối vào rang, dùng đũa ăn cơm khuấy đều, mối bốc hơi và khô dần, đến khi mối rang bay ra một mùi thơm quyến rũ, ngào ngạt mang hương thơm mùi châu chấu nướng và những tiếng nổ lẹt đẹt nho nhỏ, báo hiệu mối đã chín rồi. Dùng cặp tre cặp nồi đổ mối ra trệt, dùng tay sảy nhẹ hoặc hiện đại hơn dùng quạt máy quạt cho cánh mối bay ra, chỉ còn lại thân mối vàng hươm.

Vậy là rất thú vị khi thưởng thức mùi béo béo, ngọt bùi thơm lừng của món mối rang. Trong khi thưởng thức mối rang

các cụ già rôm rả trò chuyện cùng sắp trẻ về chuyện mùa màng, chuyện làm ăn, chuyện...mối. Gương mặt của họ cũng hồng lên lấp lánh bên bếp lửa hồng.

Ngày nay, người kinh vùng xuôi cũng đã làm quen với món ăn này. Họ bắt mối đem rang và nhân nha trò chuyện. Đã một lần thưởng thức món mối rang với hương vị thơm ngon độc đáo này thì không thể nào quên và hẹn tiết Tiểu mãn năm sau rang lại.

Cá rô đằm xóc

Cá rô tháng tám chẳng dám mời ai

Cá rô tháng hai ai mời cũng kệ

Cá rô nói ở đây là cá rô đồng, không phải cá rô phi, một loại cá du nhập từ Malaysia sang Việt Nam đã gần 25 năm nay.

Cá rô đồng sống trong môi trường nước ngọt. nhiều nhất tại các ruộng, ao, suối, mương, đìa...trên các vùng trung du, đồng bằng của nước ta.

Cá rô đồng cho khẩu vị quê nhà rất ngon. Con cá lớn, màu hơi vàng, trong dân gian gọi là *cá rô mè*. Con nhỏ, gọi là *cá rô thóc*. Con nào có màu sắc xanh, tím, hơi *màu mè* hơn, thì có tên là *cá rô thia*. Giống cá này sống quanh các gốc cây lúa, núp dưới một màn bọt nước trắng. Đối với giống cá đẹp ở ruộng đồng như thế, không phải chỉ riêng cho trẻ con thôi đâu, mà ngay cả người lớn cũng thích nữa. Loại này dùng chơi cá cảnh rất đẹp mắt. Trẻ con ở nông thôn, thường bắt về nuôi trong cái thau nhỏ làm bằng ve chai.

Thân cá rô màu xanh nhạt, mắt có viền đỏ. Màu ở phần bụng sáng hơn phần lưng. Phía đuôi và trên lưng có một chấm

tròn nhỏ, màu sẫm. Vảy cá sáng lấp lánh dưới ánh nắng. Mang cá răng cưa, màu hồng nhạt. Chúng có cả mang chính và mang phụ để giúp cho cá hít thở không khí một cách dễ dàng.

Răng cá rô rất sắc bén và cứng. Nếu quan sát kỹ hơn, chúng ta sẽ thấy hàm răng giữa của chúng lớn hơn hàm răng hai bên. Cá rô có trọng lượng từ 50 – 70 gam. Cá rô đực có hình thon và dài hơn cá rô cái.

Cá rô thiên nhiên đẻ trứng vào các tháng tư – năm (âm lịch). Trong khí đó, đối với cá rô nuôi, do ảnh hưởng môi trường, cho nên chúng sinh sản vào tháng giêng âm lịch. Thường thường cá rô đẻ trứng sau khi trời mưa. Nơi thích hợp nhất đối với tính truyền giống này, là ven theo các bụi, bờ ruộng, ao... Sau hai ngày, trứng nở thành cá con.

Từ lúc trứng cá nở cho đến thời kỳ phát dục của cá rô là khoảng chừng 7 – 8 tháng.

Bắt cá rô có nhiều cách. Với loại ăn tạp này, ta có thể câu, tát đĩa, tát mương... Tuy nhiên, thú vị nhất, mà lại vừa nhanh, gọn nhất, cũng thu được nhiều nhất, không gì hơn bằng cách thả lờ.

Con cá trong lờ đỏ hoe con mắt

Con cá ngoài lờ lúc lắc muốn vô

Câu ca dao làm ta liên tưởng đến hai câu thơ của bậc tiền bối: “*Cái vòng danh lợi cong cong/ Kẻ hòng ra khỏi, người mong rúc vào*”.

Không có gì sướng mắt, sướng tay đối với người thả lờ⁴ mỗi khi dỡ lờ lên. Nặng trĩch những chú cá dẫy rột rột, lấp lánh. Thú vị vô cùng!

⁴ *Khảo tả chiếc lờ*: Lờ thả cá rô có hình lăng trụ. Đan bằng tre vót nhỏ, sợi mảnh đều, không quá 1 milimét. Mắt lờ hình lục giác. Có 2 *toi* ở hai đầu. *Toi* giống như chiếc hom. Lờ có

Cá rô có thể cho ta nhiều cách ăn theo các món như: nướng, chiên, kho tiêu, hoặc bún cá rô... Tuy nhiên ở quê tôi, thì món *cá rô đâm xóc* là món ăn dân dã, bình dị và chân quê. Món này rấy thích hợp với những bữa cơm của người nông dân lao động chăm chỉ, cần cù cày sâu cuốc bẫm.

Món đơn giản *cá rô đâm xóc*. Trước hết, làm sạch ruột. Xỏ lụi nướng hoặc nẹp gấp tre. Đặt những con cá lớn ở hai đầu. Những con nhỏ ở giữa. Buộc gấp bằng dây chuối heo héo. Cũng có thể kẹp cá rô bằng vĩ sắt, nướng trên lửa than hồng. Lửa không quá già, mà cũng đừng quá non. Trở qua, lật lại cho cá chín vàng. Ta bỏ đầu, bỏ xương, gỡ lấy thịt. Háy làm kỹ lưỡng, lấy sạch các xương lớn, nhỏ. Sau đấy, dùng tay bóp cá, vừa để tìm những xương có thể còn sót lại. vừa cho đều thịt. Không nên giã cá, hoặc quết nhuyễn theo kiểu làm các loại chũ.

nhiều loại. Loại lớn, chiều dài trên 1 mét, đường kính hơn 4 tấc. Loại nhỏ, chiều dài từ 4 - 6 tấc. Đường kính khoảng hơn 2 tấc. Đây là loại lò thích hợp nhất cho việc bắt các loại cá đồng (cá rô, cá tràu...) Ngoài ra, con có lò thả cá biển. Loại này có dạng hình hộp, và chỉ một đầu có *toi*.

Thả lò vào mùa mưa thì có nhiều cá hơn. Nước về đồng, các loại cá rủ nhau theo dòng mưa, *mùng rỡ* với ruộng rạ. Nhất là ngày xưa, khi mùa lúa gòn xả nước. Hoặc ta cũng có thể thả lò khi ruộng lúa vừa ngâm đồng đồng. Vào mùa này, cứ ung dung thả chừng 10 cái lò thôi. Đặt chúng nằm ngang ven theo các mương nước trở ruộng. Có thể cắm xuyên qua thân lò một cọc nhỏ để giữ lò khỏi xô dịch. Trong trường hợp nước vừa lấp xấp mặt lò, ta có thể phủ lên đó một vài nhúm cỏ tươi. Cứ thế, rồi thăm chừng để nhắc trên tay cái *điều thú vị* đang đợi chờ. Mở *toi* trút cá vào giỏ.

Nhiều người chuyên thả lò cho rằng, có thể vì ánh mặt trời chiếu rọi cái bóng của những con mắt lò quang hợp với bóng nước, làm nên điều gì đấy, gây hấp dẫn những chú cá đồng muốn *lúc lắc chun vô*. Ở đây ta thấy có một điều tương tự như với những cái bóng của dàn *lưới đàn* trong nghề lưới đăng đối với bầy cá ngoài biển khơi, chúng nương theo bóng lưới mà vào rọ.

Gia vị gồm có:

Me trái xanh non, để có độ chua khoái khẩu, kích thích tuyến nước bọt. Khi ăn, chính vị chua này, xúc tác với các loại rau thơm sẽ tạo cho người dùng một cảm nhận vị giác chua ngon đậm đà.

Trái me được cạo sạch vỏ, chẻ bỏ hạt. giã nhuyễn.

É trắng (é ta), ngò thơm. Hai thứ này cần nhiều, để tạo màu xanh *bắt mắt* sau khi đã hoàn chỉnh món cá rô đậm xóc. Chỉ nhìn thôi, là chúng ta đã *mẫn cảm* sự pha trộn khéo tay.

Đậu phụng rang vàng, giã không nhỏ quá, vừa tách ra làm hai thì càng tốt.. Riêng với ớt xanh, không nên dùng quá lượng cay, vì có thể không hợp khẩu vị của người khác. Thêm đường, muối, cùng giã trộn chung đều vào. Có thể cho rất ít nước mắm nhĩ, và dùng vài tép tỏi để tạo mùi thơm. Không cần chi phải gia thêm bột ngọt (mì chín) cũng như hạt tiêu. Một đĩa rau thơm để riêng bên cạnh vài chiếc bánh tráng mè nướng giòn.

Sau khi hoàn thành các khâu gia vị nói trên. Tất cả trộn chung với thịt cá rô đã bóp đều tay.

Chỉ cần 10 con thôi, là đã có thể cho ta một món *cá rô đậm xóc* “tuyệt cú mèo” bình dị

Món đặc trưng ruộng đồng ở quê tôi, từ xa xưa thích hợp với cơm gạo lúa gòn, lúa mướt.

Thời gian và không gian đối với những người làm nông, họ ăn món cá này trong bữa cơm ngoài ruộng gặt. Mỏ cau gói cơm mở ra những hạt dẽo tròn.

Ngoài trời mưa phùn lất phất. Trong nếp nhà đơn sơ, bữa ăn tối quây quần bên nhau. Chén cơm nóng bốc hơi ấm áp.

Người thôn quê, hay bạn bè tâm đắc mới cảm nhận được hết những ý vị dân dã từ món cá rô đâm xóc này.

Chiều xuống tựa lưng đồi. Bên chén rượu gạo thơm nồng. Ngoài sân, trăng gác ngọn cau. Không gian êm đềm trong mát sẽ tạo cảm hứng cho bạn đôi ẩm chuyện văn chương.

Giông nướng lá lốt

Kỳ nhông là ông kỳ đà

Kỳ đà là cha các ké

Các ké là mẹ kỳ nhông.

Thế rồi kỳ nhông lại là ông kỳ đà. Bài đồng dao cứ hát quay vòng, và tưởng rằng chỉ làm cho trẻ nhỏ thích thú mà thôi, nhưng thực ra, lời ca đã gợi cho chúng tính tò mò về sự liên quan của họ hàng nhà kỳ nhông, để rồi bọn trẻ tự đặt ra những câu hỏi ngộ nghĩnh.

Con vật thuộc loại bò sát này, còn có tên gọi là con giông, chạy rất nhanh, sống ở hang trong gò cát – đất. Thân có nhiều màu sắc đẹp. Nếu là giông sống ở các vùng ngoài đảo (giông đảo), thì có thân mình màu đỏ gạch, đỏ tía, rất lớn con. Còn giông ở trong đất liền (giông cỏ), thì nhỏ con, mà lại có màu xám. Tuy nhiên, thịt của loại giông nào đi nữa, đem dùng chế biến các món ăn, cũng đều ngon cả. Đơn giản, bình dân một cách hết sức phổ thông, nhưng thật “tuyệt cú mèo”, nhất là đối với món giông nướng lá lốt, hoặc lá chanh. Vả lại, bất cứ thịt con gì, hễ đem nướng chín lên, đều

ăn ngon miệng. Tuy vậy, với giông nướng, lại có cái đặc vị của giông này.

Bắt giông dễ dàng, có thể đào, hoặc gài bẫy, mà bẫy cũng gọn nhẹ. Làm thịt giông không có chi là khó, khoanh một vòng tròn ở cổ, rạch mỏng một đường dọc theo bụng, lột da, mổ bụng ra, làm sạch ruột. Nên nhớ, đừng rửa nước. Kinh nghiệm cho biết, rửa nước, thịt sẽ có mùi tanh. Vừa nhìn thấy cái màu thịt trắng nõn, bóng mượt mỡ lóng lánh, là đã làm cho ta “muốn thèm” rồi. Bây giờ, muốn thưởng thức món nào, nướng hay xào đây? Nếu như nướng, thì nướng nguyên con, nướng chĩa giò viên, hay nướng lụi ghim? Mỗi cách đều có riêng “một miền thú vị” Chúng ta hãy cứ tuần tự kê ra đây từng mục một vậy.

Giông nướng nguyên con: Ướp “tắm liệm” với các gia vị: muối, tiêu, bột ngọt, đường cát, ớt, tỏi, không dùng mắm. Sau khi các gia vị ấy đã thấm đều vào thịt, dùng vĩ sắt, kẹp giông, nướng trên chiếc hỏa lò than hồng rực đỏ. Ta lật qua, trở lại cho thịt chín đều. Như vậy là đã được một món ăn thú vị. Nướng kiểu này, hấp dẫn lắm. Khi nước mỡ béo của giông nhỏ xuống, từng giọt chảy “xèo xèo” trên than hồng, làm bốc lên sợi khói xanh vòng vèo, thả vào không gian mùi thơm “tổng hợp” cộng hưởng gia vị, lan rộng, đến nỗi làm cho cả người hàng xóm cũng có cảm giác như lỗ mũi được nở rộng hơn, còn người “trực tiếp tham gia”, thì không ngớt lời xuýt xoa, tán thưởng, đợi chờ... Món giông nướng nguyên con, dùng với nước chấm xì dầu đặc biệt, sên sếch màu đen

đậm đặc, điểm thêm vài lát ớt chín đỏ, bên cạnh đĩa rau thơm hương vị quê vườn, thì không còn gì để nói nữa. Đậu phụng ran, không giã, cứ thả nhiên bốc từng hột, nhai giòn. Đừng quên, cái bánh tráng nướng sẽ làm rộn vui thêm âm thanh ‘ rốp rốp ‘ êm tai.

Món chả nướng: Cắt bỏ đầu, làm sạch ruột, băm nhuyễn với thịt heo ba chỉ, theo tỷ lệ, 3 lạng thịt heo cho 7 lạng giông. Ướp gia vị như đã nói, làm thành từng viên tròn, đều, cuốn lá lốt hoặc lá chanh, kẹp vỉ sắt, nướng trên hỏa lò lửa than hồng

Nếu như không muốn băm nhuyễn chung với thịt heo ba chỉ, thì cũng được. Có thể một cách điệu nghệ hơn, xắt mỏng lát thịt, rồi đem xỏ ghim cách đều, tựa sát vào nhau, viên thịt giông nằm kẹp liền giữa hai miếng ba chỉ. Nướng kiểu này, không những cho ta mùi thơm của nước thịt mỡ ba chỉ cứ rơi xèo bốc khói, thỉnh thoảng chen đậm thêm vài giọt mỡ thịt giông, như một “phách” ngắt lửng hòa điệu, mà còn tạo khẩu vị riêng khi dùng. Không gì phải vội, cứ từ từ “thẩm thấu” cái béo ngậy của lát ba chỉ nướng, hoặc trộn chung hương vị của hai thứ ấy, tùy theo ý thích, mỗi người một cảm thụ riêng. Nếu không xỏ lụi nướng bằng ghim, ta có thể ép thành miếng dẹp tròn như chả cá, “đắp liệm” hai bên miếng chả tròn ấy, bằng một lớp lá ổi, lá lốt, hoặc lá chanh. Bên ngoài bọc lá chuối. Dùng vỉ sắt kẹp nướng . Khi lớp lá chuối cháy hết, và lớp lá bên trong kịp vừa cháy sém, như vậy là thịt đã chín. Lúc thưởng thức, vị chát – thơm của lá

ổi hoặc lá chanh, sẽ cộng hưởng, xúc tác tuyến nước bọt, làm nên vị ngon đặc biệt trên đầu lưỡi.

Bất giông không mấy khó, vả lại bây giờ, cũng lắm người nuôi loại bò sát ở hang này. Bởi một lẽ giản đơn, rất ít tốn công lại không đòi hỏi thức ăn “bài bản”, mà giá thu nhập lợi nhuận cũng khấm khá đôi phần.

Chiều xuống vắt vẻo lưng đồi. Không gian thoang thoảng ngọn thánng Tư nam non xôn xao, ve vẫy. Vạt nắng vàng còn bịn rịn ngọn cỏ xanh, khóm hoàng cúc bâng khuâng bướm trắng. Hoặc có thể một chiều cuối tuần, mưa lất phất. hay đêm trăng gác lệch mái hiên. Bạn bè văn bút, những người đồng cảm tâm tình, bên nhau cùng bày ra món đơn sơ quê kiểng. Mùi gia vị thơm tho của thịt giông nướng, lát khế chua năm cánh mời mọc, đĩa rau sống miệt vườn xinh xắn lá ngò tây thơm xanh. Bốc từng hạt đậu phụng chín vàng, nhai râm ran. giòn rụm miếng bánh tráng mè nướng. Ngó sợi tóc điểm màu thời gian cười theo gió, khà chén tri âm. Nhịp đàn chập chùng buông lơ, tiếng hát hào sảng, chấp chới... Ôi biết bao hương vị bên món giông nướng đậm đà.

Vú nàng, vú sao

Ở Hội An có nhiều món ăn đặc sản của biển mang phong cách riêng biệt mà món ăn chế biến từ ***vú nàng, vú sao*** là một trong những món ăn đó.

Muốn thưởng thức được hương vị đặc biệt của các món ăn này, người ta phải chịu khó vượt 18 hải lý đường biển từ

bến ca nô Bạch Đằng của Thành phố Hội qua Cửa Đại đi ra Cù Lao Chàm.

Vú nàng và vú sao là tên gọi dân dã của hai loài nhuyễn thể, hai loài ốc biển to chỉ bằng vài ba ngón tay hay lớn hơn cũng chỉ bằng nửa bàn tay, ở trên lưng phủ một lớp vỏ xa cừ hình nón khum khum trông tựa như một bầu vú của phụ nữ, bởi vậy nên chúng mới có tên gọi như vậy. Đặc biệt là vú nàng ở trên đỉnh vỏ xa cừ còn có một cái núm nhỏ.

Hai loài ốc biển này sống bám vào vách đá ở dưới mực nước biển ven các đảo của Cù Lao Chàm, tập trung ở các bờ đá có nhiều sóng gió. Chính ở những vùng nước biển luôn luôn xáo động đó là môi trường thích hợp cho chúng sinh sống và phát triển.

Vào những ngày trời em biển lặng, ngư dân mới đi bắt vú nàng, vú sao để tránh bị tai nạn thuyền bị sóng gió va đập vào vách đá. Để bắt vú nàng, vú sao người ta phải dùng lưỡi dao mới tách được chúng ra khỏi vách đá vì chúng bám rất chắc vào đó bằng lưỡi thịt rất rộng của chúng.

Chế biến vú nàng, vú sao thành thức ăn cũng rất đơn giản. Trước hết, người ta luộc chín vú nàng, vú sao nguyên con để hai vỏ của chúng mở ra, lấy thân thịt của chúng rửa sạch rồi chà lại bằng nước sôi.

Thịt của vú nàng, vú sao khi còn tươi có màu trắng ngà nhưng sau khi đã luộc chín thì chuyển thành màu vàng trông rất thích mắt (thịt vú nàng có màu vàng còn thịt của vú sao có màu vàng đậm hơn). Trên đỉnh lưng của thân thịt vú nàng, vú sao có một núm thịt màu nâu đậm.

Có thể thưởng thức **món trộn vú nàng, vú sao** thì hãy thái mỏng thân thịt vú nàng, vú sao ra rồi trộn với bất cứ một loại phụ gia thực phẩm nào cũng trở thành một món ăn tuyệt diệu.

Song, dân sành điệu lại thích chấm **vú nàng, vú sao luộc nguyên con** với muối tiêu, chanh ớt. Thịt vú nàng, vú sao săn, chắc và giòn, không mềm như thịt các loài nghêu, sò và thơm ngon hơn nhiều. Đây có lẽ là một thứ mồi tuyệt hảo khi nhấp nháp với bia, rượu. Khi cắn một miếng vú nàng, vú sao luộc nguyên con chấm muối tiêu và nhai kỹ, bạn sẽ cảm nhận được hương vị thơm ngon đặc biệt của nó, sau đó hớp một ngụm bia hay rượu, bạn sẽ hiểu như thế nào là cảm giác khoái khẩu!

Nếu dùng vú nàng, vú sao để làm thực phẩm ăn với cơm, người ta khuyên ninh kỹ với thịt heo.

Có lẽ quần thể vú nàng, vú sao ở Cù Lao Chàm không nhiều cho nên mặc dù nổi tiếng như vậy nhưng cho đến nay chúng vẫn chưa trở thành hàng hóa để dịch vụ cho khách du lịch đến thăm Di sản Thế giới Hội An. Người dân Cù Lao Chàm vốn hiếu khách thường chỉ dành vú nàng, vú sao để thiết đãi các khách quý của mình. Cho nên cho đến nay, dù các khách sạn, nhà hàng ở Hội An ngày càng có nhiều du khách trong nước và nước ngoài đến nghỉ lại, nhưng tiếc rằng vẫn chưa có các hải sản độc đáo đó để phục vụ cho họ.

Muốn thưởng thức những món ăn đậm đà phong vị biển cả đó để nhớ mãi hương vị riêng biệt của chúng, bạn chỉ còn có cách là phải vượt biển đến thăm Cù Lao Chàm một chuyến.

Các món yến sào

Yến sào là một loại thức ăn cao cấp chỉ có ở các đảo các Quảng Nam, Bình Định và Khánh Hòa và đã ra đời thời Chúa

Nguyễn vào đầu thế kỷ XVII và từng được bán cho các nước ngoài qua thương cảng quốc tế Hội An.

Yến sào của xứ Quảng có mặt ở Cù Lao Chàm thuộc thành phố Hội An, nơi có hàng chục vạn chim yến sinh sống. Loại chim yến chỉ sống và phát triển trong các hang đá hoa cương trên các đảo của Cù Lao Chàm như Hang Khô, Hang Cả, Hang Tò Vò và Hang Rêu Xanh trong môi trường thích hợp có nhiệt độ bình quân 26,6⁰C và độ ẩm không khí 82% và chúng không bao giờ sinh sống trong các hang đá vôi.

Hàng năm chim yến quy tụ ở các khe đá trong các hang vào đầu xuân và bắt đầu xây các tổ yến, còn gọi là *yến sào*. Khi xây tổ yến, các đôi vợ chồng chim yến tiết ra một lượng nước bọt dẻo vừa kéo dài ra thành sợi nhỏ như sợi miếng và cuộn lại thành hình chiếc khuôn bánh thuẫn, sau khi khô thì có màu trắng đục, có trọng lượng bình quân 16,6g một tổ yến. Để xây được một tổ yến như vậy, đôi vợ chồng chim yến phải làm việc mỗi ngày hai giờ và suốt trong 150 ngày mới xong.

Mỗi năm thường người ta khai thác tổ yến hai kỳ và hiện nay sản lượng yến sào hàng năm có thể khai thác được là từ 1 tấn đến 1,5 tấn. Do Hội An có nhiều yến sào như vậy nên từ lâu đã ra đời những câu ca dao dân gian địa phương sau:

*Gỗ trắc đem lát ván cầu,
Yến sào đem nấu với đầu tôm khô.*

Tổ yến của Cù Lao Chàm có chất lượng cao hơn, to và dày hơn ít bị vụn hơn, tổ yến của Bình Định và Khánh Hòa, cho nên cứ 60 tổ yến thì nặng được 1kg trong khi đó tổ yến của Bình Định, Khánh Hòa và cả của Singarpo phải từ 100 - 120 tổ yến mới cân được 1kg. Tuy vậy, sản lượng yến sào của Cù Lao Chàm chỉ chiếm tỷ lệ có 6% của cả nước (Bình Định

19%, Khánh Hòa 85%) nhưng giá trị kinh tế lại cao hơn và hiện nay trị giá 3.000 - 4.000 đô la/kg. Người ta thường bao gói yến sào thành những gói 0,5kg và 1kg và cần bảo quản tốt.

Giá trị yến sào căn cứ vào khối lượng, kích thước, tính nguyên vẹn và màu sắc của các tổ yến và người ta chia ra làm 7 loại yến sào theo thứ tự từ cao đến thấp: *yến huyết* màu đỏ máu, *yến hồng* màu hồng, *yến quang* màu trắng, *yến thiêng* màu hơi sẫm, *yến bài*, *yến địa* và *yến vụn*.

Yến huyết có giá trị cao nhất không phải vì chứa huyết của chim yến mà màu đỏ máu này là do một hợp chất hóa học được hình thành trong quá trình phản ứng giữa một thành phần nào đó có mặt trong nước bọt của chim yến với một thành phần nào đó trong vách đá ẩm ướt của hang đá ganit trong những điều kiện nhất định.

Yến sào có giá trị dinh dưỡng cao, chứa một hàm lượng đạm động vật từ 36 đến 52%, một loại đường dễ hấp thụ và những yếu tố kích thích sinh học chưa được giám định, bởi vậy mà yến sào còn bổ hơn các loại thịt.

Vì vậy ngay từ xưa dưới thời Chúa Nguyễn, hàng năm xứ Quảng đã dâng tiến yến sào cho Phủ Chúa để chế biến những món ăn cung đình.

Từ trước tới nay, người ta đã chế biến thành những món ẩm thực cao cấp sau:

Yến sào chưng đường phèn: Người ta dùng loại yến sào vụn đem hấp chín với đường phèn, đây là loại thức ăn bổ dưỡng ở những làng khai thác yến và được ăn thường xuyên hàng ngày với lượng vài thìa cà phê vào buổi tối trước khi đi ngủ.

Cháo yến: Nguyên liệu để chế cháo yến gồm có yến sào, hạt sen, nấm hương, táo tàu, vây cá, gạo và một ít nếp. Người ta cho chung các thứ đó vào nồi, đổ nước vừa đủ và nấu cho chín nhuyễn. Cháo yến ăn rất ngon và bổ.

Chè yến: Nguyên liệu để chế chè yến gồm có yến sào, hạt sen, đậu xanh bỏ vỏ, đậu ngự cùng đường phèn và mật ong. Người ta cho chung các thứ đó vào nồi, đổ nước vừa đủ và hầm cho chín nhuyễn thành một loại chè sệt. Đây là một loại chè cao cấp, ăn rất ngon và bổ.

Bồ câu nhồi yến: Kỳ công hơn nữa khi người ta chế biến món bồ câu nhồi yến. Chim bồ câu ra ràng sau khi làm lông, mổ bụng rút hết ruột, cắt bỏ đầu và chân cánh, người ta nhồi yến sào, nấm hương và vây cá băm nhỏ vào xoang ruột của bồ câu và đóng kín lại. Tiếp đó, người ta chụng cách thủy bồ câu cho chín mềm rồi rút bỏ hết xương. Tiếp đó người ta băm bồ câu thật nhỏ rồi viên lại thành viên to bằng ngón tay cái. Cuối cùng, người ta đem rán vàng bằng dầu đậu phụng. Đây là món ăn cao cấp, giàu chất dinh dưỡng, được dùng trong các bữa tiệc sang trọng với một loại rượu bổ thì ngon hết chỗ nói.

Ban đầu các món cháo yến, chè yến và bồ câu nhồi yến ra đời trong các gia đình giàu có và quan lại ở cảng thị Hội An. Về sau họ đã dâng các món ăn cao sang này lên các vua chúa Nhà Nguyễn và được các vua chúa rất ưa thích và dần dần trở thành các món ăn cung đình. Trong các bữa tiệc cung đình do các vua chúa tổ chức để chiêu đãi các quan đại thần trong triều vào những Tết Nguyên Đán cổ truyền, những ngày giỗ kỵ trong cung, những ngày mừng công chiến thắng, lễ thụ phong, ngự vũ của vua chúa đều các món ăn yến sào nên được gọi là *tiệc yến*.

Cá mòi sông Yên

Thời gian sau Tết nguyên đán dài đến hết tháng Năm âm lịch, trên một đoạn sông từ Cẩm Lệ (thuộc địa phận phường Hoà Thọ Đông, quận Cẩm Lệ), đến ba-ra An Trạch (thuộc địa phận xã Hoà Tiến và xã Hoà Khương huyện Hoà Vang), cá mòi trắng từ cửa sông Hàn tìm đường về vùng nước ngọt sinh đẻ. Theo đó, nhân dân vùng dọc theo hai bên bờ sông Yên giăng lưới, cắm dăng bắt cá. Vào dịp này trên đoạn sông Yên từ Hoà Khương đến Hoà Tiến mỗi chiều chiều có năm bảy chiếc ghe nan hoặc thiếc thả lưới bắt cá mòi.

Ba-ra An Trạch chắn ngang sông Yên, điều tiết nước tưới cho các cánh đồng Cẩm Toại Đông thuộc Hoà Phong, các cánh đồng xã Hoà Tiến xuống đến các cánh đồng phường Hoà Thọ Tây, Hoà Thọ Đông trong mùa khô hạn. Vùng ba-ra An Trạch còn là nơi lấy nước vào Nhà máy nước Cầu Đỏ sản xuất nước sạch cung cấp cho thành phố Đà Nẵng. Từ ba-ra An Trạch nhìn về hướng Đông hay ngược về Tây, có thể nhìn thấy được các rặng tre đứng nghiêng mình soi bóng xuống dòng sông, bao quanh các làng quê yên ả dọc hai bên bờ. Gió thổi dọc ngang từ sông Yên mang hơi nước mát lành tưới tắm cho hoa trái vùng Hoà Khương, Hoà Tiến bốn mùa xanh tốt. Cây lúa cũng theo đó lên đòng ngả ngọn kịp thì. Đi trên sông nhìn hai bên bờ, những giàn mướp, giàn bí đao đứng dọc theo bãi bồi từ Bồ Bản xuống giáp Cẩm Bình hoa vàng, hoa trắng lấm tấm in trên nền xanh của những rặng tre già.

Trên một đoạn sông dài chừng mười cây số, tiết ra Giêng đến hết tháng Tư, Năm, cá mòi trắng từ cửa sông Hàn lần lượt ngược dòng nước ngọt bơi về đầu sông sinh đẻ. Chuyện về cá

mòi trắng theo truyền thuyết địa phương kể rằng: vào mùa thu khi cu ngói sinh đẻ, nuôi con, biết được ngày chim con dài cánh muốn bay, cu mẹ chuyên tập bay cho con vài ba bữa, khi chim con bay được rồi, cu ngói mẹ cất cánh lên cao ngoáy nhìn nơi sinh thành lần nữa rồi đột nhiên trong tiết thu trong, rẽ một đường bay, bay về tận phía cửa sông xa, bay theo hướng những rặng tre già xuống biển. Tại đây cu ngói hoá thân, trở thành cá mòi trắng.

Sống trong vùng nước lợ đến trưởng thành, mùa xuân năm sau lại vát vả bằng đường thủy, lại phải rẽ nước quay về quê xưa sinh đẻ, để lại trở thành con chim cu ngói. Trên đường di chuyển ấy, cá mòi gặp biết bao trở ngại và trong số những con ngược dòng về lại ấy đã có rất nhiều con bị bắt đưa lên ghe, xếp thành chục, thành mớ vào rổ rá và trở thành hàng hoá cho các vùng quê Hoà Khương, Hoà Tiến, Hoà Phong, Hoà Thọ, Khuê Trung. Một số lớn không ra được chợ, người dân nơi đây bỏ hũ làm mắm ăn dần vào mùa mưa lụt, gọi là mắm mòi. Là kiếp cu ngói nên khi mổ cá mòi ra, ngạc nhiên thay, trong bụng có trái tim như trái tim cu ngói. Theo đó mỗi năm, chuẩn bị ghe, đặng ra sông bắt cá, người dân nơi đây thường kể cho con cháu họ biết về một loài cá “lạ lùng” có mặt trên dòng sông quê hương họ.

Đầu xuân cá mòi trắng lên đến vùng ba-ra An Trạch, đây cũng là mùa sinh đẻ, các con cá đực vôi vả bỏ cả cửa sông lướt theo cá mái về lại nguồn sông. Vừa ngược dòng cá cái vừa sinh đẻ. Chúng đẻ khắp một đoạn sông. Khi bơi chậm lại đẻ sinh đẻ cũng là lúc tạo cơ hội cho các ngư dân chèo ghe, cắm đặng thả lưới bắt mòi. Cá mòi đã trở thành đặc sản một vùng quê, nhiều hộ gia đình nhân đó lấy việc đánh bắt cá mòi trên

sông làm mưu kế sinh nhai nửa năm đầu để nửa năm sau vùng sông Cẩm Lệ lại vào mùa cào hến. Trên đoạn sông từ Đò Xu lên tận An Trạch, dân vạo rớ cắm đặng, giăng lưới ngang dọc dòng sông bắt cá. Một số không thoát được lưới nên không trở thành chim ngói được. Suốt từ tháng Giêng đến tháng năm, sau mỗi lúc làm đồng về những nông dân sống dọc theo sông Yên ra sông đánh cá mò. Thường, đầu mùa cá béo hơn, mập mập hơn, bụng lớn do có hai buồng trứng dọc theo lườn. Cá lớn nhất bằng hai ngón tay, cỡ vừa nhỏ hơn chút, và loại ba thân mảnh nhỏ hơn, theo đó giá cũng thay đổi cho phù hợp. Để chế biến cá mò trắng thành thực phẩm, sau khi bắt cá lên bờ, cá đầu mùa thường khoẻ do chưa sinh đẻ nên vẫn còn ngập nước. Các bà nội trợ dùng dao xé nạo sơ một lượt lớp vảy, xong rạch chéo chữ X trên thân cá mò vài đường, đoạn dùng xác gừng tươi, muối sống hay muối bột cũng được thoa một lượt lên thân cá cho muối và gừng thấm vào thịt cá và đồng thời cá bớt trơn nhớt, bay bớt mùi tanh. Ướp cá trong nước mắm hoặc muối ớt chùng nhai dập bã trà, dùng que tre kẹp ngang thân cá hoặc chiếc đĩa ăn cơm bằng tre chẻ dọc thọc từ mang cá ra sau đem nướng trên lửa than. Rất thơm. Cá mò cũng có thể ướp gừng, nghệ, ớt đem kho rim cũng ngon miệng khi ăn cơm. Hoặc câu kỳ hơn có bà nướng sơ trên lửa xong, lại cho vào chảo chiên lên chầm nước mắm ớt cũng rất ngon miệng. Đến mùa mới có loại cá mò và thực phẩm loại này nên đây được xem là đặc sản của sông Yên dâng tặng cho nhân dân các xã sống dọc hai bờ từ La Châu xã Hoà Khương đến đoạn chảy ngang qua Hoà Xuân, Khuê Trung giáp với Cổ Cò thuộc huyện Hoà Vang xưa.

Ngoài việc kho rim, chiên dòn, nướng chín chấm muối sống ớt xanh, cá mèi còn được xay nhuyễn làm thành chả cá nữa. Để xay và ép thành chả có màu trắng bắt mắt, các nhà thợ chặt đuôi, bỏ đầu, lấy mang, phổi, ruột ra, xong cho vào cối đá giã nhuyễn. Nay các nhà nghề chế biến có cối xay bằng điện, nhanh, tiện lợi, vệ sinh. Cá làm thành chả từng tấm tròn như cái dĩa, sàng, quăn trong lá chuối, lá dong, lá chuối nước, bán tại chợ Lệ Trạch, chợ Phong Lệ, chợ Ga, chợ Cẩm Lệ. Chả cá mèi mua về đem chiên lên chấm với nước mắm ớt ăn với cơm, ngon miệng.

Ngoài ra cá mèi trắng gặp ngày đánh bắt được nhiều, tiêu thụ không hết, người dân đem mổ bụng, lấy trứng bán hoặc chế biến thành thức ăn riêng, rất ngon. Trứng cá mèi màu trắng ngà, đem nấu chín ăn cũng bùi. Cá mổ xong, tách ra được phơi khô để dành vào mùa mưa lụt đem nướng khô chấm muối tiêu, muối gừng hoặc ngâm trong nước chùng nhai đập bã trà hoặc hút xong điều thuốc, vớt ra đem kho rim với nghệ tươi, thêm ít nước cơm⁵. Hôm nào chuẩn bị kho cá mèi, hoặc các loại khác cần có nước cơm các bà nội trợ mới cho thêm vào nồi gạo ít nước nữa, khi cơm sôi nếu không chắc nước ra, cơm sẽ nhão. Do vậy chỉ khi cần lấy nước cơm kho cá hoặc chắc một chén nước cơm ăn trước, khi từ đồng về đang đói, người dân nơi đây mới lấy nước cơm! Cá mèi kho như vậy ăn ngon, thơm bùi.

Người nông dân vùng sông Yên, Cẩm Lệ đến mùa thường dùng cá mèi trắng muối thành mắm, gọi là mắm mèi. Cá dùng làm mắm thường là loại nhỏ, muối cá sẽ nhanh thành mắm

⁵ **Nước cơm:** là loại nước nấu cơm sau khi cơm sôi sền sệt, chắc lấy nước trước khi vớt cơm xuống than. Nước như thế dân gian vùng Hoà Vang gọi là nước cơm.

hơn cá lớn. Cá mèi có đặc điểm là xương rất nhỏ phân bố hàng ngang theo lườn cá nên cá lớn làm mắm lại xương, khó sử dụng. Mắm mèi có vị đặc biệt vì là cá mùa nước ngọt nên màu mắm ngã sang gỗ gụ hoặc cánh gián lợt. Để ăn mắm mèi cho ngon miệng thường giã củ gừng tươi, ớt xanh cho vào, quậy đều, mắm rất ngon. Hoặc chế biến bằng cách cho mắm lên kho, các con mắm chưa phân rã theo đó sẽ phân rã ra trong nước, xương cá được gọt ra riêng, đoạn phi dầu phụng chín thơm với mùi hành lại cho mắm vào, mắm sền lên trông thật ngon. Mắm như thế vào mùa tiểu mãn, mùa mưa lụt chấm với bánh xèo, bánh bèo...cũng ngon.

Cá mèi không chỉ dùng làm thức ăn riêng từng món mà đôi khi được dùng nấu cháo cá mèi. Sau khi nấu nồi cháo chín xong, các bà nội trợ luộc cá vừa chín, đoạn dùng đũa vể cá lấy xương ra, phần thịt và trứng cá cho vào nồi cháo. Rất thơm ngon, có mùi vị riêng. Cháo gia vị thêm ngò, hành, tiêu tạo nên một hương vị đặc trưng của cháo cá mèi vùng quê các xã Sông Yên. Cháo cá mèi thường ăn nóng, cứ xì xà xì xụp, vừa thổi vừa ăn. Ăn giữa bữa, giữa buổi hoặc ăn uống nước vào những lúc đan nong, nia, chằm nón, dệt chiếu, đóng cối xay,..., ngay tại nhà cũng là cách tìm gặp thú vị riêng. Cách chế biến như vậy cũng là đặc sản cá mèi Sông Yên Hoà Vang.

Ngoài ra, cá mèi sông Yên còn dùng chế biến thành các loại món ăn như dùng làm nhun mì Quảng, dùng gói ram cá mèi, gói, hoặc dùng hấp cá chín với các loại gia vị ăn cũng ngon.

Cá liên Phú Túc ⁶

Cá liên sinh sống và đẻ trứng nhiều ở nguồn Lỗ Đông, nơi có ghềnh thác nhỏ, các sinh sống càng đông, nhất là sau mùa lũ lụt, các bơi theo dòng tìm xuống những nơi có rong, meo để tìm mồi. Đoạn sông từ xã Hoà Bắc, xuống An Lợi xã Hoà Ninh đến thôn Phú Túc thuộc xã Hoà Phú, cá liên sinh sống nhiều. Sau những ngày mưa lũ, độ tháng 10, 11 cá phát triển nhanh chóng, chúng tập trung sinh sống tại những kẽ đá, nơi có sức nước chảy mạnh, cá lại càng thích. Cá còn sống dọc đến đoạn sông Tuý Loan thuộc xã Hoà Phong, thẳng hoặc người ta cũng bắt gặp giống cá này.

Đến Hoà Phú hỏi loại cá liên thì không ai không biết, tại đây người dân còn gọi chúng là cá niên nữa, bởi đây là một đặc sản vùng trung du huyện Hoà Vang, là sản phẩm thổ nghi thích hợp với môi trường và là nguồn thực phẩm quanh năm, nhiều nhất vẫn là tiết tháng 10 của người dân Hoà Phú. Cá liên Hoà Phú cùng với cá mồi trên sông Yên tập trung vùng nước chảy mạnh tại ba-ra An Trạch thuộc xã Hoà Tiến tạo nên câu tục ngữ *Cá mồi sông Yên, Cá liên Hoà Phú* gắn liền với đất đai sông núi một vùng cư trú, là sự đúc kết kinh nghiệm thăng trầm qua bao đời của nhân dân nơi đây mới có được.

Cá liên ít có dịp xuống dưới đoạn sông Cầu Giăng, bởi trên đoạn sông này, do người dân tại đây khai thác lấy cát phục vụ xây dựng nên dòng sông luôn bị khuấy động và nước đục, không thích hợp cho môi trường cá liên sinh sống. Trên một đoạn sông dài như vậy, cá liên trú ngụ, sinh sống quanh năm

⁶ Loại cá sông này vùng sông Tranh, tỉnh Quảng Nam gọi cá niên, tại thành phố Đà Nẵng, vùng nguồn Lỗ Đông, Hoà Phú dài xuống vùng Trường Định người dân gọi cá liên cũng có thôn gọi cá niên. Trong bài viết này tác giả gọi cá liên.

luồn lách xuôi ngược trên dòng sông nhiều nhất là đoạn An Lợi từ phía Hoà Ninh đổ sang Hoà Phú. Tại Hoà Phú, thôn Phú Túc có loại cá này nhiều hơn do độ dốc của các khe suối cao nên nước chảy mạnh, phù hợp với tập quán sinh sống của cá. Cá không lớn lắm, chừng một ngón tay, bơi khoẻ, luồn lách theo kiểu cá sông cá đồng, lại thường bơi ngược nước nên khoẻ và nhanh nhẹn. Cá liên sinh đẻ thuận lợi nhất vào mùa nước sau lũ lụt, dòng chảy không gấp nhưng nước đã bớt đục trong khoảng tháng Mười, tháng Mười một. Mùa sau lũ thường meo, rong reo mọc trên các vách, mỏm đá, cá tập trung tìm đến, bơi ngang, ngược giữa dòng ăn meo, rong. Do sống trong vùng ghềnh nước chảy mạnh nên cá luôn khoẻ để thích nghi. Tháng Giêng, Hai mùa cá bắt đầu sinh đẻ. Vào mùa này người dân Phú Túc xã Hoà Phú, An Lợi xã Hoà Ninh, hoặc trên nguồn Hoà Bắc xuống đến Tuý Loan xã Hoà Phong có thể giăng lưới đánh bắt được nhiều cá. Cá đánh bắt nhiều dùng không kịp trong các gia đình, họ thường mổ bụng phơi khô chờ sang mùa mưa lụt mang ra dùng, thay cho đi chợ hàng tuần.

Chế biến cá liên không khó, không cầu kỳ gia vị như các loại cá khác. Do điều kiện sinh hoạt miền trung du nên cá liên đánh bắt được rất ít dịp trở thành hàng hoá buôn bán tại chợ. Do đó, ít gặp cá liên theo chân các bà nội trợ được mang xuống bày bán tại chợ Tuý Loan hoặc xa hơn tại chợ Ga, chợ Cẩm Lệ hay ngược về phía chợ Tổng tại An Ngãi. Người dân Hoà Phú, Hoà Bắc, Hoà Ninh, sinh sống dọc theo đoạn sông An Lợi, xuống đến Tuý Loan, đánh bắt được phân phối cá liên theo phương thức tự cung tự cấp, cho nên chế biến cá đơn giản để ăn với cơm theo cách của người dân miền trung du: đơn

giản, kiệm ước. Cá liên có thể đem phơi khô, vào mùa mưa lại mang ra nướng chín chấm với nước mắm ớt đỏ hoặc chấm với muối tiêu đều được, ăn với loại gạo sản xuất tại các chân ruộng cao hoặc lúa nương rẫy của đồng bào Cơ tu thì rất ngon miệng. Bụng đói có thể ăn no, không ớn. Hoặc cá liên đem kho rim với muối, nước mắm cũng ngon miệng. Trong trã kho rim cá liên, nghệ được cho là thành phần không thiếu. Nghệ tươi thì ngon hơn, được giã dập cho vào trã kho lên, nêm thêm một ít kẹo kho cá, cho lửa rim đến khi nước cá cạn, cá chín là được. Nếu để cho cá có chút nước sệt, lại nấu cơm lấy nước cơm đổ vào trã cũng ngon. Hoặc các liên có thể chế biến thành loại các chiên cũng rất thơm giòn. Khi kho, chiên, hoặc nướng cá, người ta mổ một bên bụng cá lấy hết ruột cá ra. Ruột cá liên nếu không lấy ra khi kho, chiên có thể gặp vị đắng đắng nơi miệng. Tuy nhiên đây là đặc trưng riêng của các loài cá sống trên các dòng sông.

Cá liên là đặc sản miền trung du Hoà Vang, cá cùng với một loại rau trên vùng rừng Hoà Phú tạo cho vùng đất trung du này một câu tục ngữ rất quen, vừa biểu hiện tính chất của vùng đồng bằng lại vừa biểu hiện của vùng núi miền tây huyện Hoà Vang. Bởi loại rau này chỉ phát triển và sinh sống phù hợp trên các cánh rừng. Đó là *Rau dớn cá liên*. Rau dớn phát triển nhanh vào tiết mưa đông đầu tháng Ba trên các cánh rừng Hoà Phú. Sau các cơn dông, nhiệt độ trong núi bảo hoà cho được độ ẩm thích hợp nên rau dớn phát triển nhanh trên các miếng đất trống trong núi, rừng thấp hoặc trên vùng đồi như tô úp của miền trung du huyện Hoà Vang. Không chỉ Hoà Phú có nhiều rau dớn sinh sống mà cả vùng trung du Sơn, Ninh, Liên, Bắc rau dớn sinh sống tự nhiên rất nhiều. Rau dớn xanh

non, thân dây nhỏ như cây tằm hương. Đến mùa, rau lên tươi tốt, bứt rau về nhà lật sạch sẽ, rửa kỹ, đoạn mang đi luộc chín chấm với mắm cá, mắm ớt vẫn ngon. Rau dón được làm thực phẩm ăn với cơm. Rau luộc chín nhưng vẫn rất giòn, thân dây nhỏ hơn con bún, trông lạ mắt. Rau dón xào, trộn, luộc hoặc đem nấu canh với cá liên bỏ ruột cũng là một món ăn thường ngày của người dân An Lợi, Hoà Trung, Phú Túc, Hoà Phú, huyện Hoà Vang.

Cá lưới Cu Đê⁷

Sông Cu Đê chảy từ Hoà Bắc xuống, ngang qua làng Trường Định, làng Vân Dương, Quan Nam thuộc xã Hoà Liên, huyện Hoà Vang. Trên đoạn sông Cu Đê giáp với đoạn sông Hoà Hiệp trước khi đổ ra vũng Thùng, có một loại cá lớn trên dưới ngón tay, thân trắng, người dân nơi đây quen gọi là cá lưới/núi.

Quanh năm suốt tháng, mùa nào cũng có tuy lớn nhỏ theo mùa lại khác nhau. Mùa sinh đẻ từ ra Giêng đến Hai, Ba cá thường to béo hơn, bụng cá mang hai bầu trứng hai bên trông cá lớn, bắt mắt. Mùa xuân, nước ấm, các vi sinh vật phát triển là nguồn môi cho cá lưới kiếm ăn. Người dân dọc theo con sông Cu Đê theo đó cũng dễ đánh bắt cá hơn do là mùa khô ráo, nước sông không quá cao, nên các tay lưới loại thả sông có thể ngăn lại bắt được cá. Cá lưới thường bơi theo bầy, từng

⁷ Loại cá sông này vài nơi đầu nguồn các con sông tại tỉnh Quảng Nam gọi là cá núi, do chúng sinh sống vùng các con suối gần chân núi. Tại thành phố Đà Nẵng, vùng nguồn Lỗ Đông, xã Hoà Phú dài xuống vùng Trường Định, trên sông Cu Đê người dân gọi cá lưới, tháng cũng nghe gọi cá núi, nhưng không phổ biến bằng danh từ cá liên. Trong bài viết này tác giả gọi *cá lưới Cu Đê*.

nhóm, mỗi nhóm cũng năm ba chục con. Giăng lưới mắt nhỏ ra bắt được một mẻ như vậy cũng đủ cho một hộ gia đình dùng vài ngày. Người dân trung du có tục kho cá lưới đặc biệt, cá sông phải kho hai lửa mới cảm nhận được vị ngon của cá.

Cá lưới là loại cá sông nên cách kho, chế biến cá giống với cá liên sống tại đoạn sông An Lợi đổ về ngã Tuý Loan. Người dân dùng nghệ tươi giã nhỏ kho với cá, đôi khi cắt lá nghệ, lá gừng, hoặc củ sả cho vào kho chung để bán mùi tanh của cá sông. Dùng cá lưới ăn với cơm, đặc biệt là cơm gạo trồng trên nương rẫy làng Trường Định, nấu khô, cơm dẻo, thơm thì ngon miệng.

Gỏi cá Hoà Hiệp

Đến Nam Ô, Hoà Hiệp không thể không biết đến món ăn cũng đã từng nổi tiếng một thời, nay chưa phải đã hết, đó là gỏi cá. Có nhiều loại gỏi cá, trứng cá cũng làm được gỏi, ngon nhất là trứng cá chuồn.

Để có được món gỏi cá, người ta chọn bất cứ loại cá gì (miễn không độc) cũng làm được gỏi. Từ cá đuối, cá chuồn, cá thu, cá ngừ, đến cá cơm than, nếp gì cũng làm được. Tuy nhiên vẫn có tính chất đặc sản làm nên thương hiệu, nên đến Hoà Hiệp thưởng thức gỏi cá cơm là ngon nhất.

Bắt cá từ biển lên còn tươi xanh, bóp nhẹ vào bụng lấy ruột ra xong cho vào ngâm trong nước giấm hoặc bóp nước chanh trộn đều vào cá. Chờng hai mươi đến ba mươi phút lại mang ra, dùng tay hoặc dùng vải thưa gói cá lại vắt cá cho thật khô ráo, nhả hết nước càng ngon. Nước cá vắt ra để riêng dùng làm nước chấm.

Để trở thành gỏi cá ăn được và ngon, người dân nơi đây dùng bắp đã rang chín cho vào cối, xay nhỏ, hoặc bỏ vào cối đá giã nhuyễn, mịn là được. Cũng có thể dùng nỏ rang bằng gạo nếp đem giã mịn cũng thơm ngon, đoạn cho vào cá gỏi trộn đều. Như vậy là đã xong phần gỏi cá.

Đến nước chấm dùng nước vắt từ cá ra, giã đậu phụng thật mịn cho vào, tép rang chín giã nhỏ, hành khô phi chín để tạo mùi thơm. Nếu nước chấm chưa đạt đến độ sền sệt thì dùng bột bắp hoặc bột nỏ cho thêm vào nêm một ít nước sạch, nấu vừa sôi lên là bắt xuống. Để cho chén nước chấm được ngon, các bà nội trợ chặt lấy nước cơm trộn vào với nước cá, đậu phụng, các loại gia vị, trong đó đường chiếm phần lớn. Do vậy, chén nước chấm gỏi cá không mặn mà ngọt. Độ mặn ngọt của nước chấm có vai trò góp phần làm cho gỏi cá thơm hơn, bùi hơn. Thơm là do nước vắt ra từ cá cơm tươi, thơm còn do bột nếp xay mịn, mùi gừng tươi, mùi tôm tép khô, lại sền sệt là do nước cơm chặt từ cơm đang sôi tạo ra. Ớt cay thường không trộn chung vào nước chấm mà để riêng, tùy thích.

Rau để cuốn với gỏi là các loại rau bản địa gọi chung là rau sống gồm rau diếp cá, tía tô, lá gừng, nghệ, hành cây, củ tỏi, củ sả,..., thêm chuối chát xắt thành lát và có cả dưa chuột, hoặc dưa gang, dưa leo nữa.

Dùng bánh tráng lè để cuốn với gỏi mới ngon. Đũa gấp hoặc dùng bằng tay đều không phân biệt.