

VĂN HÓA ĂM THỰC TRONG MỘT SỐ MÓN ĂN CHẾ BIẾN TỪ CÁ BIỂN CỦA NGƯỜI VIỆT Ở CÁC VÙNG VEN BIỂN ĐỒNG BẰNG SÔNG CỬU LONG

• Trần Thị Hoàng Mỹ^(*)

Tóm tắt

Vùng biển tại Đồng bằng sông Cửu Long có giá trị lớn về nguồn lợi sinh vật biển, trong đó quan trọng nhất là các loài cá biển với số lượng phong phú, đa dạng. Chính điều này đã tạo nên những nét riêng trong văn hóa ẩm thực tại địa phương. Bài viết trình bày một số món ăn phổ biến được chế biến từ cá biển của người Việt ở các vùng ven biển Đồng bằng sông Cửu Long nhằm góp phần làm rõ hơn những nét đặc trưng trong văn hóa ẩm thực của vùng này.

Từ khóa: Đồng bằng sông Cửu Long, thức ăn từ cá biển, văn hóa ẩm thực.

1. Đặt vấn đề

“Văn hóa ăn uống hay văn hóa ẩm thực là dạng ăn uống theo quy ước xã hội, theo tập quán dân tộc và đặc điểm của từng địa phương. Do đó, mỗi nơi, mỗi dân tộc đều có nét văn hóa ẩm thực khác nhau, thể hiện rõ nét đặc trưng tư duy vùng miền và của từng quốc gia, dân tộc” [1, tr. 11].

Ẩm thực là kết quả của quá trình lựa chọn thức ăn phục vụ cho nhu cầu của cơ thể. Ăn uống thế nào để vừa đủ năng lượng vừa ngon vừa gắn kết được tình cảm là điều cực kỳ quan trọng. Đối với cộng đồng cư dân biển, cách thức lựa chọn và chế biến món ăn luôn là khâu được quan tâm, không phải cứ chọn một con cá và vài món rau củ là nấu được một món ngon. Nguyên liệu và quy trình chế biến bao giờ cũng cần được “đầu tư” sao cho món ăn đậm đà hương vị mà vẫn đơn giản dễ làm.

Đồng bằng sông Cửu Long (ĐBSCL) có 7 tỉnh giáp biển, do đặc điểm về địa lý, khí hậu, địa hình, môi trường... khác với các vùng miền khác trong cả nước nên văn hóa ẩm thực vùng này cũng có những nét khác biệt, tạo nên những đặc trưng riêng.

2. Một số món ăn tiêu biểu chế biến từ cá biển của người Việt ở các vùng ven biển ĐBSCL

Theo *Chân Lạp phong thổ ký* của Châu Đạt Quan [5], vùng đất ĐBSCL cách đây hơn ba thế kỷ chỉ là một vùng đầm lầy, rừng rậm hoang vu, thú dữ tràn đầy, rất ít người sinh sống. Từ thế kỷ thứ XVII, Nam Bộ bắt đầu đón nhận lớp cư dân người Việt từ vùng Thuận - Quảng đến khai khẩn đất hoang, lập ra làng xã. Sau đó, người Hoa cũng bắt đầu đến định cư, giao thương, buôn bán. Lớp

cư dân cũ sống lẫn với lớp cư dân mới. Sự hội tụ nhiều cộng đồng dân tộc dẫn đến hệ quả tất yếu là món ăn của tộc người này sẽ ảnh hưởng đến tộc người kia.

“Gần như một quy luật, văn hóa của lưu dân vùng đất mới, dù là của tộc người nào cũng đều là sự kết hợp giữa truyền thống văn hóa trong tiềm thức, trong dòng máu và điều kiện tự nhiên, lịch sử của vùng đất mới, nó phát triển trong điều kiện cách xa vùng đất cội nguồn cả về không gian lẫn thời gian... Cho nên, nền văn hóa này vừa có nét giống lại vừa có nét khác với nền văn hóa ở vùng đất cội nguồn, của cùng một tộc người” [9, tr. 271].

Trải qua nhiều thế kỷ, người dân nơi đây đã hình thành những nét đặc thù riêng trong khẩu vị, ví như thích ăn mặn, thích nêm nhiều đường, thích các món ăn có dưa nạo hay nước cốt dưa, thích ăn những loài rau sông nước... Những đặc trưng này đã làm cho cách thức chế biến món ăn hết sức đa dạng và phong phú. Chỉ tính riêng cá biển, đã có thể chế biến thành nhiều món ăn: món kho, món nướng, món canh, món hấp, món lẩu, món chiên, món xào, món luộc, món gỏi, món chung, món rim... Nhờ sự linh hoạt trong chế biến, cá biển không chỉ đơn thuần tồn tại trong những món ăn hàng ngày mà còn trở thành những món ăn chính trong các đám tiệc, lễ, Tết... điều này đã làm cho ẩm thực vùng ĐBSCL ngày càng phong phú, đa dạng. Người Việt ĐBSCL từ lâu đã tạo riêng cho mình một nét văn hóa ẩm thực phản ánh lịch sử - văn hóa của một vùng đất. Những món ăn được chế biến từ cá biển của người dân ĐBSCL cũng phần nào làm rõ thêm khía cạnh ấy.

Tuy nhiên, khi nói đến đặc trưng, chúng tôi

^(*) Học viên cao học, Trường Đại học Đồng Tháp.

xin được nhắc đến 4 món có nét khác biệt nhất so với các vùng khác, tạo nên “phong cách riêng” của cư dân ven biển vùng ĐBSCL đó là: món kho, món canh - lẩu, món gỏi, món mắm.

2.1. Món kho

Có thể nói đây là món thường xuyên có mặt trong các gia đình người Việt ở vùng ĐBSCL. Cá biển có thể chế biến được rất nhiều món kho, từ kho lạt đến kho mặn, kho rim... Kho không chỉ đơn thuần là bỏ cá vào đun với nước mắm hoặc muối là xong. Cách chế biến món kho cũng còn tùy từng loại cá biển và kích thước của chúng. Đối với cá nhỏ thì làm sạch cá, kho nguyên con. Đối với cá lớn thì cắt khúc hoặc róc xương thái lát. Có loại cần đánh vảy nhưng cũng có loại không cần đánh vảy. Người Nam Bộ nói chung, người Việt vùng ven biển ở ĐBSCL nói riêng tính tình phóng khoáng, thích sự rạch ròi nên văn hóa ẩm thực phần nào cũng bị ảnh hưởng, thích “chém to kho mặn”. Khẩu vị người dân ĐBSCL có nét khác biệt so với các vùng khác, vị nào ra vị nấy: “Mặn thì phải mặn quéo lưỡi (như nước mắm phải nguyên chất và nhiều, chắm mới “dính”); kho quẹt phải kho cho có cát (tức có đóng váng muối)” [2, tr. 32]. Đặc điểm của loại *kho quẹt* này phải bỏ nhiều đường để làm dịu bớt vị mặn của nước mắm hoặc muối.

Có rất nhiều loại cá biển có thể chế biến món kho như: cá nâu, cá đối, cá ngát, cá nục, cá nhám, cá thu, cá ngừ, cá chai...

Về Cà Mau, món kho được xem là đặc sản phải kể đến cá nâu kho trái giác. Cá nâu nhìn giống cá chim, có đốm trên lưng, thịt rất dai và ngon. Trái giác nhỏ bằng đầu ngón tay cái, khi sống màu xanh, chín có màu tím tím, vị chua. Cá làm sạch kho với trái giác sống, nêm thêm ít đường và nước mắm. Mùi thơm của cá hòa với vị chua của trái giác, tạo nên một hương vị đặc trưng, ăn chung với cơm trắng thì không còn gì bằng.

Người Việt vùng ven biển ở ĐBSCL còn có tâm lý thích sử dụng dừa, họ sử dụng nước dừa, nước cốt dừa hoặc dừa bào sợi kho chung với cá, tạo nên hương vị vô cùng đặc trưng (ở tỉnh Bến Tre có món cá phèn biển Ba Tri kho dừa khá độc đáo). Cá kho nhất thiết phải có nước màu, một số vùng dùng đường để “thắng” nhưng nhiều nơi dùng

nước màu “cốt dừa” rất đặc biệt. Cá có thể kho riêng một mình hoặc kho chung với những thứ khác để tăng hương vị như: cá nâu kho trái giác, cá đối kho mía, cá dừa kho tương, cá ngừ kho khóm, cá nục kho cà, cá nục kho măng, cá đối kho me, cá nhám (cá chèo béo, cá cắc kè) kho nghệ, cá thu kho quả chay... (Riêng món mắm kho, chúng tôi xin trình bày ở phần *món mắm* phía sau).

Cá được dùng để kho phải là cá tươi, để chọn cá biển tươi người ta xem con nào mắt còn sáng, máu chưa đông vón cục, mang còn đỏ, thịt còn chắc và không có mùi ươn tanh. “Mùa nào, thức ấy”, miền biển lúc nào cũng có cá tươi để kho quanh năm. Người vùng biển vì thế có câu:

“Chuồn, giang tháng ba

Thu, da tháng bảy”.

Câu tục ngữ trên không chỉ đơn thuần khẳng định về mùa cá mà còn nhằm nhắc nhở các “đầu bếp” nên biết chọn mua cá đúng mùa, đúng vụ để có thể chọn được cá tươi.

2.2. Món canh, lẩu

Đây cũng là một trong ba món chủ đạo của bữa ăn. Món canh hay lẩu đã trở thành món khoái khẩu của người dân ĐBSCL. Canh có thể là canh ngọt, canh mặn, canh chua... lẩu cũng vậy. Ngày nay, người ta có sở thích ăn lẩu “thập cẩm”, tức là trong đó chẳng những có cá mà còn có cả tôm, cua, nghêu, mực, thịt bò, chả cá, rau, trái, củ...

Nhắc đến canh đầu tiên phải kể đến canh chua:

“Cá thieu mà nấu canh chua

Một chút dư thừa cũng chẳng bỏ đi”

Người Việt ở ĐBSCL nói chung, vùng ven biển nói riêng thích dùng những món “chua tự nhiên” để làm nguyên liệu như: lá cóc, lá giang, trái me, trái bứa, trái bần, chanh, cà chua, giấm nuôi, cơm mẻ,... tùy vào từng loại cá mà chọn một loại nguyên liệu nấu kèm cho phù hợp, thêm vào đó còn phụ thuộc vào mùa và khẩu vị của từng người. Chẳng hạn: cá đuối nấu mẻ, cá thu nấu chanh, cá bớp nấu giấm, cá bóng mú nấu canh chua me, cá chêm nấu trái bần,... Các món lẩu cũng tương tự, ngày nay người ta còn chuộng thêm măng chua để nấu kèm cá biển. Nhiều gia đình chỉ cần chế biến món canh, bắt lên bếp khi ăn

cũng có thể gọi là lẩu. Đối với lẩu ít khi sử dụng cá nguyên con mà thường cắt khúc hoặc thái lát, có thể ướp gia vị trước hoặc không, đem nồi nước lẩu chưa có gì ra bàn, đợi sôi mới nhúng cá và rau vào. Ngày nay, hầu hết các bữa tiệc ở ĐBSCL không thể thiếu món lẩu, món này có thể ăn cùng cơm, bún hoặc mì.

Một món khá đặc biệt ở vùng ĐBSCL có thể nhắc đến là lẩu mắm và lẩu cháo. Món lẩu cháo không khác gì món cháo bình thường, tuy nhiên thường gạo phải rang để đảm bảo khi bắt lẩu trên bếp không bị dính khét. Nồi cháo thay thế cho nồi nước lẩu, sau khi sôi vẫn bỏ cá và các món khác, nhúng rau như lẩu. (Riêng về *lẩu mắm*, chúng tôi xin trình bày ở phần *món mắm* phía sau).

Do đặc trưng của khí hậu nhiệt đới gió mùa và sự khác nhau rõ rệt ở ba miền, cùng với những đặc điểm về địa lý, văn hóa địa phương nên món canh và món lẩu cũng chịu sự ảnh hưởng, tác động và hình thành nên đặc trưng riêng của từng vùng. Món canh và món lẩu của vùng ĐBSCL mang đậm dấu ấn sông nước vì đa phần những món rau nấu kèm thường thấy trên sông, rạch như: cù nèo, bông súng, rau nhút, bông lục bình, bông điên điển, bòn bòn,...

2.3. Món gỏi

Người Việt Nam nói chung và người Việt ở ĐBSCL nói riêng thích ăn nhiều rau. Ngoài ăn rau sống, món canh, món xào, họ còn thích dùng rau củ làm gỏi. Đối với người dân vùng biển, loại cá nào cũng có thể làm gỏi, miễn là ít xương, nhiều nạc, không có xương dăm.

Loại gỏi làm từ cá biển được nhắc đến nhiều nhất ở đây phải kể đến cá trích. Cá trích thường có vào khoảng độ từ tháng Giêng, tháng Hai đến tháng Tám Âm lịch. Có hai loại cá trích: cá trích lép và cá trích trâm. Để làm món gỏi người ta thường chọn cá trích lép vì thịt săn, xương nhỏ. Đầu tiên người ta cạo sạch vảy cá, cắt bỏ đầu, vây, đuôi, nặn bỏ ruột, chỉ lấy phần thịt lưng và xương sống của cá. Sau đó thái lát mỏng, càng mỏng càng tốt. Cách thái cá là cả một nghệ thuật, cá sau khi thái phải có đủ phần thịt hai bên và phần xương sống chính giữa, để khi thưởng thức có thể cảm nhận được vị ngọt của cá và độ giòn của xương. Cá sau khi thái được “làm chín” bằng cách tái chanh trong

10 phút. Gỏi cá trích cần phải có thính (gạo rang giã nhuyễn), tiêu, hành tây thái sợi, húng quế, thịt heo và dưa nạo.

Đối với người dân ĐBSCL, nét văn hóa ẩm thực chịu sự ảnh hưởng của văn hóa ẩm thực Trung Hoa, Thái Lan, Campuchia, có đặc điểm là thường cho thêm đường hoặc dứa. Món gỏi cá trích cũng vậy, khi ăn phải dùng bánh tráng cuốn gỏi với rau sống và dưa nạo. Chấm qua nước mắm làm. Nếu món ăn này được ăn ở Phú Quốc thì sẽ được uống kèm với rượu sim hoặc rượu mỏ quạ.

Ngoài cá trích thì cá thu, cá nhồng, cá cơm, cá bèo... cũng được làm gỏi. Mỗi loại được tẩm ướp gia vị đặc trưng tạo nên nét văn hóa ẩm thực đặc trưng của vùng ven biển ở ĐBSCL. Có lẽ vì vậy mà ông Jacques Pepin, một chuyên gia trong làng ẩm thực Mỹ, có viết: “Có một sự khéo léo nhất định, một phẩm chất nhất định trong chuyện nấu ăn của người Việt Nam. Khiến cho món ăn Việt Nam có một chỗ đứng riêng biệt so với các món ăn phương Đông khác: nước dùng trong, rất ít chất béo, rau thật phong phú và rất nhiều hương vị đặc biệt mà chủ soái là món nước mắm nổi tiếng được dùng vừa để làm tăng mùi vị vừa để nêm và thứ lá sả thơm lùng dùng để nấu nướng và ướp thịt cá cùng các gia vị hỗn hợp khác” [1, tr. 25].

2.4. Món mắm

Món mắm có thể được xem là món ăn hết sức đặc trưng của người Việt ở ĐBSCL. Ngoài các loại mắm đồng và một loại mắm đặc trưng của người Khmer là mắm *bò hóc*, người dân ĐBSCL còn có các loại mắm làm từ hải sản là mắm tôm chà, mắm ruốc, các loại mắm cá, mắm nêm... Trong đó, mắm nêm được xem là loại mắm làm từ cá biển nổi tiếng của vùng ĐBSCL. Mắm nêm hay còn gọi là mắm cái, là một sản phẩm lên men từ cá. Loại mắm này thường có hai dạng: nguyên con và xay nhuyễn. Dạng nguyên con thường làm từ cá cơm, cá sơn đỏ. Dạng xay nhuyễn thường làm từ cá trích, cá nục, cá liệt...

“Ngày trước ở Rạch Giá có mắm nêm của hãng Long Thành chế biến, mà chỉ có mắm nêm của hãng ấy mới ngon, nhất là trong mắm cái còn loáng thoáng vài con cá vẫn còn nguyên hình mà thịt cá ăn lại dai chứ không nát bậy. Màu sắc lại

đẹp. Do vậy, mỗi khi qua đó ai cũng muốn mua ít nhiều về làm quà biếu nhau” [7, tr. 70].

Đối với cá biển, người Việt vùng ven biển ở vùng ĐBSCL không dùng cách ủ mắm giống như cá đồng. Với các loại cá biển ít xương, người ta làm sạch, cắt khúc đem ướp muối (lượng muối ít chứ không nhiều như cá đồng), đem nhận vào khay, lu... một thời gian. Cá ngâm muối và “chín muối”, người ta mới đem ra “chao”. Nguyên liệu chính để chao là cơm rượu chứ không phải thính và nước đường. Cá sau khi chao thêm vào ít màu cánh sen để làm con mắm có màu hồng hấp dẫn. Mùi vị của mắm cá biển đặc trưng vừa có vị mặn, vừa có vị chua, lại có mùi cơm rượu. Tuy nhiên, hiện nay món mắm này chỉ thấy xuất hiện nhiều ở vùng Hà Tiên, Phú Quốc, tỉnh Kiên Giang. Một số nơi khác nếu có làm mắm cá biển thì cũng có những bí quyết gia truyền ít khi tiết lộ, ví dụ như món mắm cá chim, cá mòng gà của một số hộ dân chuyên sản xuất mắm ở khu vực ven biển huyện Ngọc Hiển, tỉnh Cà Mau.

Mắm cá biển cũng như mắm cá đồng, có thể làm mắm chung, mắm kho, lẩu mắm, trộn gỏi... tùy theo khẩu vị và món ăn mà chế biến cho thích hợp.

Để kho mắm, người ta băm nhuyễn con cá đã thành mắm, nấu với ít nước sau đó lọc bỏ phần xương, giữ lại phần nước dùng, nêm thêm đường, gia vị, sả, ớt, tỏi... cho vừa ăn. Món kho này thường kho chung với thịt ba rọi, khở qua, cà phôi và một số món khác. Mắm từ cá biển có mùi đặc trưng, vị mặn đậm đà.

Món lẩu mắm cũng thực hiện như mắm kho nhưng phải nhạt hơn, vẫn dùng những “phụ liệu” chính là thịt gia vị, sả, khở qua, cà phôi nhưng còn có thêm cá đồng hoặc hải sản (tôm, mực, cá biển)... Một số vùng dùng cá tra, đem thái lát như “tả-pín-lù” của người Hoa. Khi ăn, người ta bắt lên bếp, nhúng thêm những loại rau đặc trưng sông nước như rau nhút, cù nèo, điên điển, lục bình, rau dứa, bạc hà...

Cũng từ phương cách ủ mắm cơ bản, người dân xứ biển còn sáng tạo ra nước mắm. Ở nước ta, nghề làm nước mắm ở các tỉnh có biển khá phổ biến như nước mắm Vân Đồn (Quảng Ninh), nước mắm Ba Làng (Thanh Hóa), nước mắm Phan Thiết, nước

mắm Nha Trang, nước mắm Phú Quốc... Tất cả các loại nước mắm đều làm từ cá, tuy nhiên các vùng khác nhau về dụng cụ, quy trình và cách muối cá, thời gian để cá ngấu và cách rút nước mắm.

Người miền Bắc và miền Trung thích chọn nhiều loại cá, thậm chí là cá tạp để làm nước mắm; dụng cụ thường là mái, chum, hồ bể bằng xi măng, nếu dùng thùng gỗ thì là gỗ bằng lăng. Cư dân ĐBSCL chỉ sử dụng cá nòi, đặc biệt là cá cơm; dụng cụ chủ yếu là thùng, làm bằng gỗ bời lời, dùng dây mây quấn để niềng các mảnh ván với nhau, người ta thường cho vỏ tràm vào giữa các mảnh ván để không bị hở.

Chính nhờ kỹ thuật và kinh nghiệm riêng, món nước mắm mang nét đặc thù trong văn hóa ẩm thực địa phương. Nước mắm Phú Quốc từ lâu đã nổi tiếng thơm ngon và được ưa chuộng không chỉ trong nước mà cả nước ngoài.

3. Kết luận

Các món ăn từ cá biển phong phú với nhiều cách thức chế biến khác nhau, người Việt ở các vùng ven biển ĐBSCL đã kế thừa văn hóa ẩm thực truyền thống và “biến tấu” cho phù hợp với địa phương mình sinh sống. Việc “nhập gia, tùy tục” và “mùa nào, thức ấy” đã làm cho ẩm thực vùng này có nét khác biệt hơn so với những vùng khác. Việc thích nêm nhiều đường, thích vị béo từ dừa, thích ăn rau mọc trên sông nước, thích kho mặn đến “quéo lưỡi” và một số kỹ thuật mang tính gia truyền để chế biến đặc sản địa phương... đã tạo nên đặc trưng trong khẩu vị của người Việt ở các vùng ven biển ĐBSCL.

Theo dòng lịch sử, dòng chảy văn hóa cũng luân chuyển. Văn hóa ẩm thực của người Việt ở các vùng ven biển ĐBSCL đã có nhiều thay đổi, du nhập nhiều món từ những vùng miền khác và của cả nước ngoài, dù vậy nó vẫn không thể làm mất hoặc lấn át đi những giá trị ẩm thực truyền thống mà chỉ góp thêm một phần vào kho tàng ẩm thực vốn có.

Tác giả Nguyễn Thị Hải Lê cũng đã xác nhận: “trong cách ăn, cách chế biến đồ hải sản mỗi miền có những đặc điểm khác nhau, tạo nên bản sắc riêng biệt của mỗi vùng miền và cũng từ đó làm đa dạng, phong phú thêm văn hóa ẩm thực của cư dân ven biển” [4, tr. 52]./.

Tài liệu tham khảo

- [1]. Trần Phong Điều (2014), *Văn hóa ẩm thực người Việt ĐBSCL*, NXB Văn hóa Thông tin, Hà Nội.
- [2]. Nguyễn Hữu Hiệp (2011), *An Giang “trên com dưới cá”*, NXB Lao động, Hà Nội.
- [3]. Nguyễn Xuân Kính, Phan Lan Hương (biên soạn) (2002), *Tổng tập văn học dân gian người Việt (Cao dao - tập 15)*, NXB Khoa học Xã hội, Hà Nội.
- [4]. Nguyễn Thị Hải Lê (2006), *Biển trong văn hóa Việt Nam*, Luận văn cao học, Đại học KHXH&NV, TP.HCM.
- [5]. Châu Đạt Quan (2007), *Chân Lạp phong thổ ký*, NXB Văn nghệ, TP.HCM.
- [6]. Trần Ngọc Thêm (2000), *Cơ sở văn hóa Việt Nam*, NXB Giáo dục, Hà Nội.
- [7]. Phạm Văn Vinh (1989), *Nghề mắm gia truyền và chế biến một số hải sản*, NXB Tổng hợp Phú Khánh, Phú Khánh (Phú Yên - Khánh Hòa ngày nay).
- [8]. Trần Quốc Vượng (2000), *Trên mảnh đất ngàn năm văn vật*, NXB Hà Nội, Hà Nội.
- [9]. Trần Quốc Vượng (2003), *Văn hóa Việt Nam - tìm tòi và suy ngẫm*, NXB Văn học, Hà Nội.

CULINARY CULTURE IN SOME SEAFISH DISHES COOKED BY THE VIETNAMESE IN THE MEKONG DELTA COASTAL AREAS**Summary**

For Mekong Delta, the coastal areas have the tremendous value of marina resources, especially seafish of various types. This makes unique features in the local culinary culture. This paper presents some popular seafish dishes cooked by the Vietnamese in the Mekong Delta coastal areas as such to better clarify the unique features of culinary culture in this region.

Keywords: Mekong Delta, seafish dishes, culinary culture.

Ngày nhận bài: 12/4/2016; Ngày nhận lại: 9/5/2016; Ngày duyệt đăng: 15/8/2016.