

Món ăn đặc thù miền nam

Mỗi một vùng miền trên cả nước đều có những món ăn mang nét đặc trưng riêng biệt thậm chí là thương hiệu riêng. Nếu như miền Bắc có mắm tôm, bánh cốm,... miền trung có cu-đơ, nem chua,... thì miền Nam có lẩu mắm, bánh giá... những món ăn dân dã mang đặc thù của một thời đi mở cõi...



Lẩu cá kèo

Lẩu cá kèo là món mang hương vị miền nam đặc trưng. Món lẩu từ cá kèo thường được nấu kèm với lá giang - loại lá có nhiều ở miền Nam và Trung, có vị chua chua, chát chát đặc trưng. Cá kèo nấu lẩu phải là những con cá còn tươi sống. Khi nước lẩu sôi mới mở vung nồi và cho cá vào. Khi cá không còn quẫy là cá đã chín, và ngay sau đó bạn có thể cho rau vào nồi lẩu. Rau dùng với lẩu cá kèo gồm rau muống, rau nhút và rau đắng, giá, hoa chuối... Mùi thơm từ nồi lẩu cá kèo bốc lên sẽ thơm lừng, khó quên.



Canh chua cá bông lau

Vàm Nao (huyện Phú Tân, An Giang) là khúc sông ngắn nối sông Tiền và sông Hậu, nằm ở địa phận giáp ranh giữa hai huyện Chợ Mới và Phú Tân. Nó không chỉ nổi tiếng vì cảnh đẹp, về những huyền thoại “dưới sông sấu nhảy...” một thời mà còn nổi tiếng vì đặc sản cá bông lau, đệ nhất đặc sản của miền Tây. Cá bông lau không chỉ nổi tiếng về ngon mà còn về nguồn gốc bí hiểm của nó.



Canh gà lá giang

Canh nấu chua ở miền Bắc có quả sấu, còn miền Nam có lá giang hoặc lá me. Lá giang tạo vị chua cho món ăn, thường được dùng trong các món canh và lẩu. Vị chua chua của lá giang và vị ngọt của thịt gà ăn rất ngon trong những ngày trời nóng nực.



Bún nước kèn An Giang

Về miền Tây Nam bộ, du khách thích ăn bún có nhiều lựa chọn như món bún bì, bún chả giò, bún thịt nướng, bún cà ri, bún gói dĩa..., trong đó, món được nhiều người ưa thích nhất có lẽ là bún nước lèo của bà con Khmer. Những món này, có thể thưởng thức bất kỳ ở đâu khắp vùng đồng bằng sông Cửu Long. Nhưng muốn ăn bún nước kèn thì phải đến Châu Đốc (An Giang) mới có.



Bánh giá chợ Giồng

Ở miệt Chợ Giồng (thị trấn Vĩnh Bình, Gò Công Tây, Tiền Giang) người ta thường truyền miệng câu ca dao về bánh giá. Không biết có từ bao giờ, bánh giá Chợ Giồng đã có tiếng, được nhiều người ưa thích bởi hương vị đặc trưng của nó. Hiện nay ở nhiều nơi khác, người ta cũng học và biết cách làm bánh giá để ăn. Bánh mang vị béo của bột gạo hòa lẫn vị ngọt của tôm, giá sống, ăn cùng mắm ớt tỏi thật khoái khẩu.



Bò bía

Bò bía là món ăn dân dã, cách làm vô cùng đơn giản. Chỉ cần cuốn hỗn hợp củ sắn, tép khô, xà lách, rau thơm, lạp xường, trứng trong một miếng bánh tráng mỏng là đã có một cuốn bò bía. Tương hột được chưng lên cho mềm nhừ, xay nhuyễn, thêm một chút ớt xay, một chút hành phi, đậu phụng là món chấm không thể thiếu món ăn này. Lần đầu ăn món này sẽ có nhiều người cảm thấy nhạt nhẽo nhưng càng ăn càng ghiền.



Cua đồng nấu canh tập tàng

Trong những ngày hè oi bức này, nếu dịp về các tỉnh đồng bằng sông Cửu Long, bạn hãy thưởng thức món canh cua đồng nấu với rau tập tàng. Đây là món rất dễ làm, lại sẵn có trong thiên nhiên của miền quê sông nước. Rau tập tàng là những loại rau vườn như mùng tơi, rau dền...



Gỏi khô cá lóc

Nhưng với dân đồng bằng Nam bộ thứ thiết thì không thể không biết đến vị hấp dẫn của khô cá lóc trộn gỏi. Đơn giản nhất là gỏi xoài, nhưng công phu cao hơn một bậc phải kể đến thứ gỏi và trộn xoài với khô cá lóc.



Vịt nấu cháo

Không phải cao lương mỹ vị, rất dân dã, mang đặc trưng Nam Bộ nhưng vịt nấu cháo trở thành món khoái khẩu của nhiều người bởi hương vị thơm ngon rất riêng.



Lẩu mắm miền Tây

Mỗi khi xa quê, những người con đất của phương nam vẫn không thể quên được hương vị món ăn nơi quê nhà, trong đó món lẩu mắm được xem là một món ăn đặc trưng, không thể thiếu trong những ngày mưa. Chính cái màu nâu đặc trưng của mắm, nước sánh nhờ tỏi ớt băm nhuyễn kết hợp với sả, hương thơm phưng phức từ cá linh, cá sặt, vị ngọt từ thịt và các loại cá tươi... cùng đĩa rau miệt vườn xanh mướt đã tạo nên một món lẩu mắm dân dã đậm chất miền Tây.

Ở Sài Gòn, lẩu mắm được xem là món ăn ngon, đặc trưng, được bán tại một số quán nằm trên đường Hồ Biểu Chánh, Ngô Thời Nhiệm, Lý Chính Thắng, Nơ Trang Long...



Nem nướng

Nem nướng thì vùng đất nào cũng có, nhưng mỗi nơi lại mang một hương vị, sắc thái riêng gắn với con người và thổ nhưỡng nơi đó. Đất Cần Thơ là một ví dụ mà nổi bật là bên bờ kinh Cái Răng từ hơn nửa thế kỷ trước đã nổi lên một đặc sản nem do chính tay người phụ nữ mà dân trong vùng gọi là Tư Khem sáng tạo nên.

Nem nướng Cái Răng ngon nhất vẫn là làm từ thịt lợn tươi, quét dầu rồi vo tròn nướng trên than hồng. Từng viên nem tròn trĩnh, xỏ râu bởi thanh tre chuốt nhỏ, mượt rượt mỡ, vàng rộm do được nướng khéo. Tuốt nhẹ một cái, những viên nem đã nằm gọn trong đĩa, bên cạnh rê bánh hỏi trắng tinh, nhất là bánh hỏi Phong Điền thì không còn gì bằng.



Ốc gạo

Xã Tân Phong thuộc huyện Cai Lậy, tỉnh Tiền Giang là một cù lao do phù sa bồi đắp, nổi tiếng với đặc sản ốc gạo. Ốc gạo sinh sản nhiều ở lưu vực sông Cồn Bàu, Cồn Tre, Cồn Tròn,...Đặc biệt hơn cả, ốc gạo Cồn Tre nhờ sống ở vùng cát sa nên ốc to, vỏ màu xanh ngọc, ruột đầy, bởi vậy ốc rất ngon



Bánh xèo Nam bộ

Nói đến những đặc sản của vùng đất phương nam có lẽ không thể không nhắc đến Bánh xèo Nam bộ. Bánh xèo Nam bộ được chế biến từ bột gạo, nước cốt dừa, tôm, thịt... đặc biệt hấp dẫn thực khách bằng cách thêm giá, củ sắn, bông điên điển, bông thiên lý hay bông so đũa... làm nhân bánh.

Một cái bánh xèo ngon thường phải to như chiếc đĩa lớn, bánh mỏng, vành bánh giòn và thành phần của nhân bánh trải đều, được nhìn thấy rõ trên thân bánh đã được gấp đôi sau khi chiên.

Bánh xèo Nam bộ được ăn với gần 20 loại rau khác nhau. Có mặt thường xuyên nhất là rau diếp cá, rau húng, xà lách, cải xanh, cát lỏi, đọt bứa, kim thất, lá vông, mã đề, tía tô, đọt xoài, đọt cách, đọt bằng lăng, lá lốt...



Bánh ống Sóc Trăng

Bánh ống là loại bánh dân dã của bà con người dân tộc Khmer. Tuy nó không phổ biến lắm nhưng đây cũng là loại bánh ăn chơi ngon, rẻ mà lớp trẻ con rất thích.

Cái ống tre làm khuôn được cưa ngang một khúc dài cỡ 20cm. Ở giữa có que nhú lên gắn vào đồng xu cạo gió làm đáy khuôn. Ngày nay, ít ai xài bằng ống tre mà người ta chỉ làm bằng nhôm cho giản tiện. Đặt ống thẳng đứng trên nắp nồi, ở trong nồi có chứa nước. Bột gạo xay nát, toi nhỏ và mịn trộn với đường, nước cốt dừa...



Bánh tráng cuốn sài gòn

Ở Sài Gòn, rất dễ tìm thấy một hàng ăn có món cuốn. Hình như người Sài Gòn sẵn sàng dùng món cuốn ở bất cứ thời gian nào trong ngày. Chỉ một phần tư cái bánh tráng mỏng, trải ra trên một cái khay rộng, xếp lên lá rau diếp vài lá rau húng quế, húng cây, một gắp củ sắn xào, vài con tép riu xào đỏ thắm, một miếng Lạp Xưởng cuốn lại, chấm với tương ngọt đậm chút cay cay của tương ớt, cuốn nọ tiếp theo cuốn kia cứ kéo dài cùng với những tiếng cười râm ran vui vẻ. Đi trong lòng chợ, dễ dàng gặp một hàng gói cuốn. Chiếc cuốn trắng tinh, con tôm đỏ thắm với cọng hẹ lộ ra ngộ nghĩnh. Cơm tấm bì dân dã, nhưng bì cuốn lại là một món cuốn ngon của người Sài Gòn.



Bò giá tréo

Bà con Khmer ở Sóc Trăng và một số nơi ở đồng bằng sông Cửu Long (ĐBSCL) có tập quán nuôi bò trên đất cát giồng. Con bò vừa là tài sản vừa giúp ích cho nhà nông trong việc đồng áng, vận chuyển nông sản.

Người ta hạ một con bê (bò con vừa chớm sừng), cạo sạch lông, rồi treo lên hai cặp cây đóng tréo hình chữ X. Bên dưới là đồng than hồng cháy đượm. Sức nóng làm da bò căng ra, thịt bên trong săn cứng...

Mâm bàn được dọn ra với chủ yếu là rau thơm, khế chua, chuối chát thái mỏng. Một đĩa chanh đã cắt ra thành miếng. Một thau bún ngon. Một tô đựng mắm nêm trộn với khóm, băm chung với tỏi, ớt, đường, bột ngọt được pha chế vừa ăn. Trên bàn chỉ có chén nhưng không có đũa vì thực khách sẽ dùng tay để ăn.



Cơm tấm bì

Là một trong những đặc sản Nam bộ, cơm tấm bì chả đã trở thành bữa trưa vừa ngon vừa thú vị khi gói ghém được rất nhiều hương vị trong một: bì thịt heo, chả trứng, trứng ốp-la, đồ chua...



Bột chiên

Bột chiên là món ăn đơn giản có nguồn gốc từ Trung Quốc, được du nhập vào Việt Nam và là món ăn chơi quen thuộc ở khu vực Thành phố Hồ Chí Minh cũng như một số nơi khác. Món bột chiên tại Việt Nam chủ yếu do người Việt gốc Hoa chế biến và bán nên không khác biệt nhiều so với nguyên gốc.



Đuông chiên giòn

Món ăn đặc sản quý hiếm ở Nam bộ mà ngày xưa được tiến về triều cho vua ngự lãm hàng năm gọi là con đuông. Có nhiều loại như: đuông dừa, đuông đưng đỉnh, đuông chà là và đuông măng.

Đuông mẹ có cánh, mỏ nhọn, hai cánh cứng như thép, có thể khoét thủng cả gỗ để vào đẻ trứng. Trứng đẻ thành ấu trùng, béo múp míp, trở thành thứ đặc sản “đệ nhất Nam bộ”.

Sau mùa giao hoan, đuông tìm một cây dừa đang sung sức, khoét ngọn vào đẻ trứng. Trứng nở thành ấu trùng. Mẹ con nhà đuông bắt đầu chiến dịch công phá, chén củ hũ dừa thỏa thuê. Mỗi cây dừa có hàng trăm con đuông rúc rĩa “tủi sống” của cây dừa. Đến khi cây dừa không còn sức sống đến chết thì người ta buộc phải đốn dừa bắt đuông. Bữa củ hũ ra, hàng trăm con ngo nguậy, lăn tròn, đứng không nổi. Con nào đã mọc cánh thì không bắt.



Bánh tằm

Đây là món ăn dân dã, gắn liền với tuổi thơ của nhiều thế hệ, nhất là ở các vùng quê miền Nam, miền Tây. Hiện nay bánh tằm được bán rộng rãi ở Sài Gòn và trở thành món khoái khẩu của nhiều chị em phụ nữ.

Cách chế biến món này khá đơn giản. Củ khoai mì lột sạch vỏ, mài nhuyễn, vắt bỏ nước rồi đem trộn với đường, bột năng và nước cốt dừa, hương va ni. Nếu thích có nhiều màu thì phân thành từng phần để trộn với lá dứa (màu xanh) hoặc chất tạo màu. Sau đó đem hỗn hợp này cho vào chiếc khuôn hình chữ nhật để hấp từ 20 – 30 phút. Chờ cho nguội, lấy bột trong khay ra cắt thành từng sợi bằng nửa ngón tay rồi đem trộn với cơm dừa nạo sợi. Bánh tằm dùng với muối mè (làm từ mè rang, đậu phộng, đường, muối) có vị ngon, béo, mềm mịn và dai.



Cháo cá rau đắng

Miền Tây sông nước phù sa với rau xanh, cá tươi và món cháo cá lóc rau đắng được xem là món ăn dân dã, thơm ngon, và đậm hương vị quê hương.

Nguyên liệu nấu món cháo cá lóc rau đắng gồm cá lóc đồng làm sạch, lọc hết xương và ướp gia vị cho vừa ăn rồi mang hấp chín. Rau đắng là loại rau đắng đất, được mọc tự nhiên trong vườn nhà. Nấm rơm còn nụ tươi, hành ngò, gừng tươi cắt lát mỏng, tiêu, ớt, chanh, giá... Đặc biệt món cháo cá miền Tây này còn để thêm tương ngọt và lạc rang giã nhỏ cho có nhiều vị thơm ngon.



Hủ tiếu

Hủ tiếu là đặc sản của người miền Nam mà khi nhắc đến có lẽ ai ai cũng biết. Đó là sợi bánh bằng bột gạo, gần giống bánh phở, song hủ tiếu khác cơ bản ở chỗ sợi bánh thường được sấy khô, lúc chuẩn bị ăn mới trụng nước sôi và chần mỡ hành phi cho mềm-thơm-bùi-béo.

Nguyên liệu chính của món hủ tiếu là bánh hủ tiếu, nước dùng chính là với thịt băm nhỏ, lòng heo nấu cùng. Sau đó trụng sơ bánh hủ tiếu với nước dùng, rồi cho các nguyên liệu phụ vào như giá đỗ, hẹ, thịt băm cùng lòng lợn vào. Có thể ăn với thịt bò viên và tương ớt, tương đen.