

VĂN HOÁ ẨM THỰC CỦA NGƯỜI THÁI Ở QUỲ CHÂU, NGHỆ AN

■ Hoài Thương

Việc nghiên cứu về văn hóa ẩm thực ở nước ta hiện nay đang rất được quan tâm, phần nào nói lên được tầm quan trọng của văn hóa ẩm thực đối với đời sống của con người. Có thể nói, văn hóa ẩm thực là một tư liệu quý giúp cho việc tìm hiểu đặc điểm đời sống xã hội, phong tục tập quán, ý thức lễ nghi, tín ngưỡng của người Việt và các tộc người khác thông qua các món ăn.

Với 54 dân tộc sống trên nhiều vùng địa lý đa dạng khắp toàn quốc, ẩm thực của mỗi dân tộc trong cộng đồng các dân tộc Việt Nam đều có bản sắc riêng biệt. Rất nhiều món ăn phổ biến ở dân tộc này nhưng lại ít được biết đến ở các dân tộc khác. Tuy nhiên, nhiều món ăn, thức uống đã trở thành đặc sản trên đất nước Việt Nam và được nhiều người biết đến. Người Thái ở Quỳnh Châu (Nghệ An) cũng có những món ăn nổi tiếng như: rượu cần, cá nướng, các món xôi nếp nướng...

1. Các yếu tố góp phần hình thành đặc trưng ẩm thực của người Thái

Văn hóa ẩm thực Việt Nam nói chung và ẩm thực của người Thái nói riêng được hình thành từ một nền tảng hết sức bền chặt và hòa quyện của tổng thể các yếu tố: điều kiện tự nhiên, nguồn gốc tộc người, trình độ phát triển kinh tế (hay phương thức sản xuất), chính trị, văn hóa...

- Điều kiện tự nhiên:

Đặc điểm bao trùm của khí hậu Việt Nam là nhiệt đới ẩm gió mùa, đặc biệt thích hợp với cây lúa. Bởi thế, đồ ăn, thức uống của cộng đồng người Việt Nam nói chung là sản phẩm

nông nghiệp và thủy sản nhiều hơn là thịt.

Các không gian sinh sống chính của người Việt Nam là đồng bằng châu thổ; duyên hải ven biển; trung du đồi núi và thung lũng; núi cao; biển và hải đảo... Trong đó, cộng đồng người Thái chủ yếu tụ cư ở vùng trung du đồi núi và thung lũng, thuộc không gian văn hóa Tây Bắc và miền núi Thanh Nghệ Tĩnh. Không gian sinh thái góp phần quyết định đến nguồn nguyên liệu và cách thức sử dụng nguyên liệu để chế biến các món ăn của con người. Con người đã biết lấy từ thiên nhiên những thứ phục vụ cho nhu cầu cuộc sống, biết

giữ gìn, phát triển, nâng cấp nó lên, tạo thành các sản phẩm văn hóa đặc sắc, riêng biệt.

- Nguồn gốc tộc người:

Trong các dân tộc thiểu số (Mông, Thổ, Khơ mú, Thái...) sinh tụ ở Nghệ An thì dân tộc Thái là dân tộc chiếm số đông (70,09%). Về cơ bản, người Thái ở huyện Quỳnh Châu không phân biệt Thái Trắng (*Tày khao*) hay Thái Đen (*Tày dăm*) mà chỉ phân biệt theo các nhóm địa phương với những căn cứ về nguồn gốc của họ. Theo cách đó mà người Thái ở đây đã được chia thành 3 nhóm chính là: Tày Mường, Tày Thanh và Tày Mười. Văn hóa Thái ở Nghệ An là một nền văn hóa

lâu đời, có bản sắc riêng rất độc đáo và phong phú.

Nguồn gốc lịch sử, quá trình hình thành cộng đồng dân cư cũng có tác động đến cơ cấu bữa ăn của người Thái ở Quỳnh Châu, Nghệ An. Nhìn chung, cư dân có đời sống định cư ổn định từ lâu đời, có chung nguồn gốc lịch sử, tộc người, ngôn ngữ... sẽ có những tương đồng và định hình cơ cấu bữa ăn mang tính truyền thống cao. Còn đối với bộ phận cư dân di cư đến vùng đất mới, sống xen lẫn với các cộng đồng tộc người khác, sẽ có ít nhiều sự thay đổi trong cơ cấu bữa ăn. Bản thân họ đã lưu giữ trong tiềm thức cơ cấu bữa ăn truyền thống của dân tộc, song cũng tiếp thu những tinh hoa ẩm thực từ cộng đồng tộc người khác. Họ chịu ảnh hưởng bởi môi trường sống và nguồn nguyên liệu để chế biến các món ăn, đồ uống từ nơi cư trú mới. Quá trình giao-thoa đó tự thân làm cho bức tranh văn hóa ẩm thực thêm phong phú, đa dạng, thể hiện sự sáng tạo của con người và sự vận động liên tục của cuộc sống.

- Phương thức sản xuất:

Người Thái là tộc người có trình độ sản xuất phát triển với sự kết hợp của các hình thức: canh tác lúa nước, làm nương rẫy, nghề thủ công, chăn nuôi thủy sản, gia súc, gia cầm và săn bắt, hái lượm... Người Thái Quỳnh Châu đã xây dựng bản mường trên miền đất thuộc lưu vực các con sông là phụ lưu của sông Hiếu, đó là sông Nậm Hạc, Nậm Quàng, Nậm Cờm, Nậm Chàng, Nậm Tôn [3;

tr.5]. Đó là điều kiện cho đồng bào Thái làm kinh tế ruộng nước, chủ động nguồn nước tưới cho cây lúa.

Người Thái canh tác ruộng nước là chính. Người Thái nói chung và người Thái ở Quỳnh Châu nói riêng rất giỏi làm thủy lợi nhỏ, vì thế họ luôn chủ động được nguồn nước cho ruộng trên địa hình tương đối phức tạp. Các biện pháp dẫn thủy nhập điền được gói gọn trong bốn chữ: *muong, phai, lái, lín/lịn*. Lợi dụng độ dốc của dòng chảy, người ta lấy đá ngăn suối làm nước dâng cao, đọng lại, gọi là “*phai*”. Phía trên “*phai*” xẻ một đường chảy lớn dẫn nước vào cánh đồng, đó là “*muong*”. Từ “*muong*” xẻ những rãnh nhỏ dẫn nước vào ruộng - đó là “*lái*”. Còn “*lín/lịn*” là cách lấy nước từ nguồn ở trên núi cao về nhà, về ruộng bằng các cây tre đục rỗng mấu nối liền nhau, có khi “*lín/lịn*” dài vài km [9; tr.179].

Bên cạnh việc làm ruộng nước thì canh tác nương rẫy cũng là một hoạt động sản xuất quan trọng của người Thái. Đó là nơi trồng lúa nương; các loại rau quả phục vụ các bữa ăn hàng ngày như bầu, bí, đậu, kê, vừng, ớt...; các loại cây phục vụ đời sống như bông, chàm... Nương rẫy góp phần quan trọng trong việc đáp ứng lương thực rau màu cho người và thức ăn chăn nuôi, nguyên liệu cho hoạt động thủ công gia đình.

Người Thái cư trú gần các con suối nên họ thường đánh cá ở sông, suối. Cá trở thành món ăn yêu thích, xuất hiện

nhieu trong câu tục ngữ Thái: “*Đi ăn cá, về nhà uống rượu*”; “*com dèo, miếng cá trắng*”... “Người Thái Quỳnh Châu đánh cá bằng nhiều hình thức, nhiều phương tiện như: mò, lặn dùng hai tay bắt; sử dụng các công cụ đan bằng tre nứa như đó, vó, câu...; ngăn sông, đắp suối, làm thành từng chạng, ly cho cá lọt bẫy... để bắt cá to. Đặc biệt là hình thức đánh cá tập thể ở suối gọi là *tục phai*. Đây là hình thức mang tính cộng đồng cao và đã trở thành “ngày hội bắt cá”, tất cả các thành viên trong bản mường, già trẻ, gái trai, bản trên bản dưới đều tham gia. *Tục phai* diễn ra mỗi năm một lần hoặc vài ba năm mới lặp lại vào lúc lúa chiêm rịch ở đầu nguồn, *phai* được tháo để lấy nước vào ruộng. Khi nước cạn, đám đông reo hò ào xuống suối, người xúc, người quăng chài, lặn, mò... Từ việc đánh bắt cá ở sông, suối, người Thái biết nuôi cá ở ao, hồ, ruộng... làm nguồn thức ăn rồi tiến lên trao đổi và trở thành ngành kinh tế quan trọng, ngày càng phát triển” [1; tr.203].

Chăn nuôi gia súc, gia cầm của người Thái ở Quỳnh Châu cũng có truyền thống lâu đời, với “trâu Quỳnh”, “lợn Quỳnh”, “vịt Quỳnh” nổi tiếng từ xưa. Trâu được nuôi để làm thực phẩm, sức kéo và dùng làm vật tế lễ. Vịt Quỳnh Châu cũ nổi tiếng từ xa xưa, đặc biệt là vịt ở các xã Kắm Muộn, Quang Phong... Cho đến nay, vịt Quỳnh Châu vẫn được nuôi rất phổ biến, trở thành món ăn yêu thích của

người Thái, Kinh và các tộc người khác trên địa bàn. Đồng bào cũng đã biết làm chuồng trại trong khuôn viên của nhà mình. Nhờ quá trình sống cộng cư với người Việt từ miền xuôi lên mà tập quán chăn nuôi của người Thái có nhiều tiến bộ và phát triển.

Rừng cũng là một nguồn để người Thái khai thác các loại nông lâm sản như rau rừng, cây thuốc, các loại cây củ như củ mài, bột báng, thú rừng... Hoạt động săn bắn, nhặt hái nguồn lợi từ rừng đóng vai trò hỗ trợ làm phong phú thêm cho bữa ăn của đồng bào.

Hoạt động kinh tế đa dạng nói trên đã tạo điều kiện thuận lợi cho sự sáng tạo các món ăn đặc sắc trong văn hóa ẩm thực của đồng bào Thái ở Quý Châu.

2. Cơ cấu bữa ăn của người Thái

Nói đến cơ cấu bữa ăn của người Việt Nam nói chung, GS. Trần Quốc Vượng trong các công trình nghiên cứu văn hóa ẩm thực của mình đã khái quát thành công thức theo thứ tự giảm dần là: *com + rau + cá* (thủy sản) [9; tr.197].

GS. Ngô Đức Thịnh khi nghiên cứu về người Thái ở vùng miền núi Thanh Nghệ Tĩnh đã khẳng định: Người Thái và các tộc người ở đây đều có cùng một cấu trúc bữa ăn kiểu *com - cá*, tức chất bột của lúa gạo và đạm thủy sản, mà theo cách nói của người Thái "*pay kin pa, ma kin khau*" (đi ăn cá, về ăn cơm) hay "*com trắng, miếng cá bạc*"... Ngoài ra, giữa các tộc

này còn có sự tương đồng về cách chế biến thức ăn, như nướng, luộc, gỏi, nậm pịa, đặc biệt là loại rượu cần (*lầu xá* - rượu của người Xá), mà theo ý kiến của nhiều nhà nghiên cứu, chính người Thái đã tiếp thu từ các tộc Môn - Khme [8; tr.160].

Trong cơ cấu bữa ăn của người Thái, món ăn truyền thống và xuyên suốt trong cấu trúc của bữa ăn là xôi. Người Thái nổi tiếng với "*com lam*" (xôi nhồi ống nứa). Thức ăn của người Thái rất tự nhiên nhưng lại rất phong phú và giàu vitamin, đạm. Sông, suối, khe, rạch trở thành nguồn cung cấp tôm, cua, cá, ốc, ếch... đây là chất dinh dưỡng. Thảm thực vật, đồi núi là nguồn cung cấp rau sạch, măng, nấm, rêu... nhiều vitamin. Sinh hoạt ẩm thực của người Thái có cung cách giờ giấc nhất định, "*Kín lầu mi ngan, đă pan mi pạ*", tức là ăn có bữa, rượu có giờ

[6].

Nếu như trong cơ cấu bữa ăn của người Thái, lương thực chính là gạo (gạo nếp và gạo tẻ) thì thực phẩm chính là cá. Cá không chỉ là nguồn đạm chính trong bữa ăn hàng ngày mà còn là lễ vật bắt buộc trong cưới, hỏi, trong các lễ tết thường kỳ. Cá là nguyên liệu chính để chế biến nhiều món ăn như: cá nướng, cá dồ, cá chua, cá nấu canh lá chua, măng chua, cá lạp, cá gói, cá moọc, cá vùi gio, nấu với mè, cá lam trong ống nứa... Những món ăn chế biến từ cá đã trở thành những món ăn truyền thống góp phần hình thành nên các giá trị văn hóa vật chất và tinh thần của người Thái ở Quý Châu.

Ngày nay, do có sự tiếp xúc gần gũi với người Kinh nên thức ăn của người Thái phong phú và hình thức chế biến đa dạng hơn. Bữa ăn bình thường của họ cũng có đầy đủ các món



Com lam

như người Kinh và cách chế biến nhiều món ăn cũng có sự tương đồng. Sự biến đổi đó không chỉ thể hiện ở món ăn mà còn trong cách ăn. Nếu như trước đây người Thái chủ yếu ăn bốc, chằm thì nay đa số đồng bào dân tộc Thái ở Quỳnh Châu đều dùng đũa, thìa, bát, đĩa để ăn cơm.

Người Thái ở Nghệ An rất thích uống rượu. Đối với họ, uống rượu đã trở thành phong tục và là thức uống không thể thiếu trong các dịp lễ hội, cưới hỏi, tiếp khách và các sinh hoạt cộng đồng khác. Người Thái Quỳnh Châu cũng tự chế biến rượu để thưởng thức với ba loại chính: *lẩu xiêu* (cát hay trắng), *lẩu xá* (rượu cần), *lẩu vang* (rượu nếp cái). Người Thái xem rượu là cái có để cời mở niềm vui, sự hân hoan mang tính văn hóa lành mạnh, không bê tha. Với người Thái, rượu cần là thức men thú vị mỗi khi có đình đám, lễ hội.

3. Đặc sản trong văn hóa ẩm thực của người Thái Quỳnh Châu

Mảnh đất Quỳnh Châu nổi tiếng với nhiều đặc sản của các dân tộc thiểu số như: cá mát nướng, vịt Bầu Quỳnh, bò giàng, thịt chua, măng chua, cơm lam, thắng cố, nậm pịa, rượu cần... Trong lễ hội Hang Bua, các món ăn ngon nổi tiếng của người Thái đều được phụ nữ Thái cầu kỳ chế biến như: *hó moọc*, *pá pỉnh* (cá nướng), *pá xôm* (cá chua), *xịn xôm* (thịt chua), *xịn pỉnh* (thịt nướng), cơm lam, chèo bon, chèo môn... Có thể kể ra đây một số món ăn tiêu biểu của người

Thái ở Quỳnh Châu đã trở thành di sản văn hóa phi vật thể đặc sắc của dân tộc.

*** Cơm lam**

Cơm lam là món ăn hấp dẫn của người Thái Quỳnh Châu nói riêng và của các dân tộc thiểu số nước ta. Để làm được ống cơm lam ngon cần phải có sự chăm chút, khéo léo của người nấu, từ khâu chọn ống lam, chọn gạo nếp, cách ngâm gạo và cách nướng... Người Thái sử dụng cơm lam trong các dịp lễ hội cầu mùa, lễ tết và cả trong cuộc sống đời thường.

Người ta chọn gạo nếp nương thơm ngon, đem ngâm cho nở rồi vo sạch, rắc thêm chút muối, trộn đều rồi cho gạo vào ống lam và đổ nước xâm xấp với gạo. Ống giang dùng nấu cơm lam phải còn tươi, lấy lá chuối rừng hoặc lá dong nút kín để cơm lam vẫn giữ nguyên được hương vị của nó. Khi cơm chín, hạt cơm có vị thơm ngọt của gạo nếp, của lá cây rừng và quện thêm một chút vị ngọt đặc trưng của tre giang. Quá trình nướng ống lam đòi hỏi người nấu phải khéo léo, dựng ống lam trên kiềng, thỉnh thoảng xoay đi xoay lại để ống lam được chín đều. Thời gian nấu cơm lam khoảng một giờ đồng hồ là cơm chín, tuy nhiên người Thái thường dựa theo kinh nghiệm của mình. Khi ngửi thấy mùi thơm từ ống lam bay ra là người ta đã biết cơm chín hay chưa mà không cần mở nút lá để kiểm tra.

Cách thưởng thức và trình bày cơm lam tuy đơn giản nhưng cũng thể hiện được nghệ

thuật, khéo léo của người chế biến. Khi cơm chín, người ta khéo léo chẻ bỏ lớp vỏ ống giang cháy đen bên ngoài đến khi thấy lớp màng lụa giang mỏng bao bọc phần ruột cơm là được. Cắt các ống cơm thành từng khúc có độ dài khoảng 10cm và bày vào đĩa. Khi ăn chỉ cần bóc bỏ lớp lụa giang bên ngoài. Người Thái thường ăn cơm lam cùng với cá nướng, thịt gà hay thịt lợn rừng nướng (những thực phẩm này có khi cũng được nướng trong ống tre, giang). Trong các nhà hàng hiện nay, người ta thường dùng cơm lam chằm với muối vừng, lạc. Sự kết hợp của hương vị nếp nướng ngọt thơm với vị bùi béo của muối vừng càng làm cho đặc sản cơm lam của người Thái thêm hấp dẫn, thú vị.

Trước đây, cơm lam còn được ưu tiên dành cho phụ nữ trong thời kỳ sinh đẻ. Theo quan niệm của người Thái, phụ nữ sau khi sinh ăn cơm lam sẽ tránh được các chất kim loại khi nấu bằng nồi: gang, nhôm, đồng... nên không gây ảnh hưởng tới sức khỏe và chất lượng nguồn sữa mẹ.

*** Vịt Bầu Quỳnh**

Vịt bầu là giống vịt quý có nguồn gốc bản địa và được coi là đặc sản truyền đời của đồng bào dân tộc Thái sống ở các xã biên giới thuộc huyện Quỳnh Châu và Quế Phong (Nghệ An). Tại Quỳnh Châu, vịt được nuôi nhiều ở các xã Châu Hoài, Châu Hạnh, Châu Bình, Châu Thuận, Châu Bính, Châu Tiến, Châu Hội, Diên Lãm.

Theo nghiên cứu của Trung tâm Khoa học và Khuyến nông Nghệ An và Viện Chăn nuôi Việt Nam, vịt Bầu Quý có chất lượng thịt thơm ngon: thịt đùi có tỷ lệ protein thô 21,23-21,50%, tỷ lệ mỡ thô 1,18-1,68%, tỷ lệ nước 75,09-75,6%; thịt lườn có tỷ lệ protein thô 20,03-20,54%, tỷ lệ mỡ 1,24-1,41%, tỷ lệ nước 75,4-75,97%; tỷ lệ mỡ của thịt cao hơn các giống vịt khác. Do vậy thịt vịt Bầu Quý có mùi vị thơm ngon hơn các giống vịt khác.

Đặc sản vịt Bầu Quý đã từng được dân gian ca tụng: “*Nhất vịt Bầu Quý, nhì gà chín cựa*”(*). Có được điều đó là do thịt vịt Bầu Quý chắc, hơi dai, không nhũn như các giống vịt công nghiệp, thịt có vị ngọt, thớ thịt dày, có mùi đặc trưng thơm, ngon chứ không hôi tanh như các giống vịt khác. Người bản địa nơi đây rất tự hào với đặc sản của quê hương và đây là giống vịt không nơi nào có.

Người Thái ở Quý Châu thường chế biến vịt Bầu Quý thành các món như: vịt hấp, vịt luộc, vịt xáo măng, vịt nướng... Canh măng là món ăn không thể thiếu của người Thái, trong đó món vịt nấu canh măng rất được ưa chuộng. Người Thái quan niệm: “*Kim khâu bo mi canh cấp*” (ăn cơm mà không có canh kèm thì buồn lắm). Món canh măng nấu vịt khi nấu thì cho vào một nắm gạo, nấu chín, bắc ra, cho thêm gia vị ớt và lá phắc cắt (nếu không có măng tươi có thể nấu thịt vịt với măng khô). Bát canh măng

nấu thịt vịt bóc khói nghi ngút, một đĩa thịt vịt hấp nóng và đĩa muối ớt rất hấp dẫn người thưởng thức.

* *Hó moọc*

Vào ngày rằm tháng bảy, người Thái Quý Châu cũng tổ chức lễ báo hiếu ông bà tổ tiên. Mâm cúng của họ rất đơn giản, chỉ gồm gà, xôi và *hó moọc* nhưng thể hiện được tấm lòng thành kính của con cháu đối với ông bà tổ tiên. Ngoài lễ cúng rằm tháng bảy, món *hó moọc* còn là lễ vật dâng cúng vào dịp đồng bào Thái tổ chức lễ cầu mùa và ăn tết.

Nguyên liệu để làm *moọc* bao gồm: gạo tẻ, cá (có thể dùng thịt lợn, thịt gà, thịt bò thay thế), nộm chuối rừng. Gia vị gồm có muối, bột hạt dổi nướng, ớt xanh... Gạo được ngâm trước một đêm cho mềm. Gạo, cá (hoặc thịt) và nộm chuối đều được băm hay giã nhỏ, sau đó trộn tất cả chung

với nhau, nêm gia vị rồi chuẩn bị gói moọc. Người Thái dùng lá chuối hoặc lá dong rừng để gói. Moọc phải được gói chặt để trong quá trình hong không bị vỡ. Khi gói xong, người ta xếp moọc vào nồi hong bằng gỗ, tiến hành hong khoảng một giờ đồng hồ là moọc chín.

Khi moọc chín nhắc ra khỏi hong và xếp gọn vào chiếc sọt nan đặt cẩn thận trong gian bếp cho nguội sau đó mới đem ra thờ cúng tổ tiên. Sau khi dâng cúng ông bà tổ tiên và các vị thần linh, món *hó moọc* cùng với xôi, gà và rượu trở thành bữa tiệc sum họp gia đình và thết đãi khách quý. *Hó moọc* khi chế biến đã cho gia vị vừa miệng nên khi thưởng thức thường không cần kèm với thức chấm. Trong mỗi gói moọc tỏa ra mùi thơm rất đặc biệt. Độ dẻo của gạo, vị bùi của thịt, vị ngọt của nộm chuối quện lẫn mùi thơm của hạt



Món bò giàng

cay tiêu rừng, hạt dổi làm cho món ăn thật hấp dẫn.

*** Xịn giăng (Bò giăng)**

Bò giăng (thịt khô) được chế biến từ thịt thú rừng, thịt trâu, thịt bò... Làm thịt khô thực chất là để cất giữ thực phẩm khi săn được thú rừng to, lượng thịt nhiều, không dùng hết trong thời gian ngắn. Đây là món ăn đặc sản thường thấy trong bữa ăn của người Thái. Người Thái sử dụng món thịt khô thay cho thức ăn mặn, đặc biệt vào những dịp mưa, lũ hoặc những ngày giáp hạt, thiếu ăn...

Người ta dùng thịt bắp của trâu, bò, hoặc thịt thú rừng săn được. Thịt được rửa sạch, thái dọc thớ thành miếng dài khoảng 20cm, sau đó xâu vào que nứa gác trên bếp rồi hun/sấy bằng than củi. Khi miếng thịt chín khô có màu nâu đậm ám khói, mùi khói lẫn vào trong từng thớ thịt, song lại không gây khó chịu mà tạo nên một hương vị đặc trưng không lẫn với bất cứ món ăn nào. Ngoài ra, người Thái còn sử dụng thịt trâu/bò tẩm ướp với các gia vị khác như ớt, gừng... trước khi hun khói. Khi miếng thịt khô đi, các gia vị này vẫn còn dính trên từng thanh thịt. Sau khoảng hai tuần (có thể lâu hơn càng ngon) lấy những xiên thịt khô xuống. Miếng thịt thành phẩm khô cứng nhưng vẫn giữ nguyên mùi vị đặc trưng, vị ngọt của thớ thịt, mùi thơm của khói bếp.

Để thưởng thức món bò giăng chỉ cần đem các thanh thịt nướng nhẹ qua than hồng

hoặc được đồ trong chõ, gói lá dong hoặc lá chuối vùi vào tro nóng, làm dập ra. Thanh thịt khi nóng thì mềm dai và thơm hơn. Món thịt khô rất hợp để ăn với xôi. Khi ăn người ta xé nhỏ dọc theo thớ, chấm với muối tiêu hoặc tương ớt, uống cùng với rượu cần hoặc rượu ngô. Món *xịn giăng* thường dùng đãi khách hoặc dùng trong ngày lễ tết.

Ngày nay, khi sự giao lưu văn hóa giữa các dân tộc ngày càng phát triển, đặc sản bò giăng không chỉ bó hẹp trong bữa ăn của người Thái mà đã trở thành món ăn đặc sản được người Kinh ưa chuộng. Hương vị đặc sắc của món bò giăng khi lấy trực tiếp từ gác bếp vẫn còn mùi khói, vị ngọt thơm của thịt, vị cay nồng của ớt, gừng.

*** Pá pỉnh (cá nướng)**

Từ xa xưa, cá và các loại thủy sản khác đã là nguồn thực phẩm quan trọng trong bữa ăn hàng ngày của người Thái. Tục ngữ Thái có câu: "*Cáy măn mọk má ha, Báu to pá pỉnh ma sú*" nghĩa là: "*Gà tơ tằm đem đến, không bằng cá Pỉnh đem cho*". Đối với đồng bào Thái, "*com trắng, miếng cá bạc*" là biểu tượng cho sự no đủ, hạnh phúc.

Nguyên liệu để làm món cá nướng là loại cá to khoảng nửa cân trở lên, phải còn tươi sống, thường là các loại cá sông như cá chép, cá trắm... Sau khi làm sạch cá, cạo vảy, mổ bụng lấy ruột và mật cá ra, người ta tiến hành ướp cá với các loại gia vị, để gia vị ướp ngấm đều vào cá. Món *pá pỉnh* ướp bằng ớt bột

khô, muối và nhồi vào bụng cá một số loại rau gia vị thái nhỏ như: gừng, tỏi, sả, hành, rau thơm rừng. Sau đó xoa riêng đã được giã nhỏ và thính gạo ra ngoài vỏ cá rồi kẹp vào gấp nướng. Thời gian ướp cá khoảng 10-15 phút để cá ngấm đều gia vị.

Người ta dùng thân cây tre dày, còn tươi (để tránh lửa làm cháy kẹp tre) chẻ đôi ra để kẹp cá vào giữa. Khi nướng cần phải kiên trì hơn cho con cá chín dần, chín đều trên than củi. Sau khi cá chín thơm, người Thái dùng sợi chỉ vuốt dọc theo chiều kẹp cá, con cá được gỡ ra vẫn nguyên vẹn, không vỡ nát. Món cá nướng được bày ra đĩa, miếng cá nướng vàng rộm, thơm phức. Món *pá pỉnh* phải ăn với cơm lam, xôi dẻo thì mới cảm nhận được hết vị ngọt béo của cá, vị cay của ớt, mùi thơm của rau thơm trong bụng cá, màu vàng của cá nướng. Cơm xôi ăn với cá nướng, chấm muối ớt giã là món ăn trong đời thường, món ăn vào dịp lễ hội và dâng cúng tổ tiên. Cá nướng cũng là lễ vật không thể thiếu trong các đám cưới của người Thái ở Quỳnh Châu.

*** Xịn xỏm (thịt chua) và Xịn pỉnh (thịt nướng)**

Xịn xỏm (thịt chua) được làm từ các loại thịt trâu, bò, hươu, nhím, nai, thịt lợn. Để làm món *xịn xỏm*, chọn miếng thịt nạc, không có mỡ, rửa sạch, cắt thành từng miếng bằng bàn tay, sau đó đem nhúng qua nước sôi chừng nửa phút cho săn tái mặt ngoài, rồi vớt ra, để ráo nước mới thái

mòng; thịt phải thái ngang thớ, thái miếng to. Cho muối vào chảo đều để ướp rồi nhồi thịt vào ống nứa, không nén thịt chặt quá, cũng không để thịt rời rạc quá, thịt sẽ không chua đều. Sau đó rắc thính phủ lên trên, rồi nút ống lại bằng lá chuối hoặc lá dong rừng, ngoài bịt chặt miệng ống, lấy lạt buộc chặt. Tiếp đến, đem ống thịt bỏ lên gác bếp để lấy hơi lửa, dựng nghiêng kéo chảy nước xuống, để độ một tuần là có thể ăn được. Trong môi trường nhiệt độ cao vừa phải, yếm khí, thịt lên men sẽ "chín" và có vị chua. Ngoài thịt là chính thì còn có các chất xúc tác làm cho quá trình lên men như thính gạo nếp và củ riềng được già nhỏ [1; tr.69].

Khi ăn, chỉ cần mở nút, lấy thịt ra đĩa, gấp miếng thịt bỏ vào trong các loại lá lộc thơm như lá chanh, lá sung, húng quế... cuộn lại, chấm nước mắm tiêu, ớt... Nhìn miếng thịt tuy vẫn đỏ hồng nhưng đã chín bởi quá trình lên men, ăn thấy có vị chua, bùi, cay, béo, không ngấy.

Ngoài ra, người Thái ở huyện Quỳnh Châu còn ngâm chua các loại bì trâu, bò và làm món *xịn chụp xôm* (nộm bì và hoa chuối). Trong các tiệc vui của người Thái, đây là món ăn khoái khẩu dùng để nhâm rượu.

Xịn pinh (thịt nướng) được dùng trong các bữa tiệc lớn trong năm của người Thái như: lễ hội cầu mưa, cưới hỏi, làm nhà mới... Với mỗi loại thịt, người Thái sử dụng các gia vị

khác nhau như: Thịt bò thì kết hợp với vị tỏi, gừng, ớt; Thịt lợn thì dùng sả, hành, ớt; Thịt gà nướng (*cáy pinh*) thì ướp gừng, tỏi, húng, muối, rồi quấn lá sả xung quanh. Món thịt gà nướng thường được dành riêng cho phụ nữ sau khi sinh nở vì món ăn này rất bổ dưỡng. Còn trong các lễ hội hay đám cưới, người Thái thường dùng thịt lợn hoặc thịt trâu bò nướng để thết đãi khách.

* *Măng đắng và món nhái ôm măng*

Măng là món ăn được lấy nguyên liệu từ rừng rất phổ biến của người Thái ở huyện Quỳnh Châu. Măng được chia làm hai loại: măng đắng và măng ngọt. Ở Quỳnh Châu, người Thái chế biến măng thành nhiều cách khác nhau như món canh măng chua, măng luộc, măng nấu với nhái...

Một đĩa măng đắng luộc chấm với chèo được chế biến cầu kỳ từ cá sông nướng chín giã mịn, nấu lên thành thứ nước chấm đặc sánh rất đặc trưng. Đồng bào Thái ở huyện Quỳnh Châu tin rằng ăn măng đắng sẽ giúp cho cơ thể khỏe mạnh và sống lâu. Theo kinh nghiệm dân gian, các người mẹ Thái thường dùng măng đắng làm thuốc tẩy giun cho trẻ nhỏ.

Măng chua cũng là một món ăn thường thấy trong các bữa cơm của gia đình người Thái. Măng được ngâm chua sau đó được nấu với cá, ếch, nhái, thịt gà, vịt, thịt lợn... hoặc ăn kèm cùng với các món ăn khác. Vào chính mùa măng mọc, người

Thái Quỳnh Châu thường dùng măng tươi nấu canh hoặc luộc chấm mắm tôm và dùng măng tươi phơi/sấy khô để dành làm thực phẩm cho mùa sau.

Món "măng nấu với nhái" (nhái ôm măng) là món ăn rất đặc trưng của đồng bào Thái nói chung. Cách chế biến món ăn này rất đơn giản. Nhái bắt về mổ bụng, bỏ ruột, rửa sạch. Măng lấy về nếu là măng củ thì thái thành miếng to bằng ngón tay, nếu là măng ống thì xé nhỏ, khi nước đã đun sôi thì bỏ nhái và măng vào nồi, nêm thêm ruốc, mắm chua, muối, ớt cay, lá ớt... Khi nấu, măng và nhái quấy lộn với nhau, măng quăn nhái, nhái quăn măng, vì vậy món ăn này còn gọi là món nhái ôm măng. Trong quá trình chế biến, măng hút hết chất tanh của nhái làm cho thịt nhái rất ngọt và thơm.

* *Rượu cần*

Cũng như nhiều dân tộc thiểu số khác trong cả nước, người Thái ở Quỳnh Châu chế biến rượu cần để phục vụ cho các sinh hoạt văn hóa dân gian truyền thống của đồng bào. Phong tục uống rượu cần đã trở thành một di sản văn hóa phi vật thể quý giá trong đời sống cộng đồng của người Thái ở Quỳnh Châu.

Nguyên liệu dùng để ủ rượu cần bao gồm: gạo nếp, ngô, sắn, vỏ trâu và men lá. Trong đó, bí quyết làm men rất quan trọng. Men thường được làm từ bột gạo nếp trộn với lá cây đu đủ, quế... và một số thứ lá cây rừng. Quá trình làm men còn liên quan đến quan niệm của

người Thái về tín ngưỡng phồn thực. Người ta ngâm gạo khoảng 1 giờ, sau đó đem giã nhỏ, trộn với một ít nước rồi vắt thành từng bánh men. Khi vắt bánh men phải chú ý phân thành hai loại, bánh đục và bánh cái. Bánh đục có hình bầu dục tượng trưng cho sinh thực khí nam và bánh cái có hình tròn tượng trưng cho sinh thực khí nữ. Trong quá trình vắt bánh men, chỉ có rất ít bánh đục mà phần lớn là bánh cái. Đây là biểu hiện của tín ngưỡng phồn thực, cầu mong cho giống nòi được duy trì, phát triển, mặt khác cũng thể hiện được vị trí, vai trò của người đàn ông trong xã hội của tộc người Thái.

Theo GS. Ninh Viết Giao, cách chế biến rượu cần của người Thái gồm các bước: Chọn trấu để ủ rượu là trấu của lúa nếp nương, được giã bằng tay để lấy trấu và rửa sạch, phơi khô, sau đó trộn

với nếp hoặc sắn đã hong chín. Cuối cùng họ cho nguyên liệu vào vò nén chặt, bịt kín miệng. Vò nhỏ 15-20 ngày là uống được, vò to từ 1-6 tháng mới uống được, để càng lâu càng ngon. Có nhiều loại vò rượu: loại 4 cần, 6 cần, 8 cần, 12 cần. Tùy theo vò to hay nhỏ mà quy định cắm cần rượu cho hợp lý. *Phong* rượu làm bằng sừng trâu hay sừng bò tốt. *Xe* rượu (cần rượu) được làm bằng cần cây trúc, cây mây. Gáo múc nước làm bằng gáo tre, lưng hoặc nửa già (những thứ này do đàn ông làm) [4; tr.398]. Trong tiệc rượu cần của người Thái phải có ông *cham* (trọng tài), là người linh hoạt, tháo vát, am hiểu về tục uống rượu cần, là người biết ứng xử công minh. Ông *cham* giữ vai trò rất quan trọng, điều hành cả cuộc rượu. *Cham* giỏi thì mời rượu giỏi làm ai cũng phải uống hết mình.

Tục uống rượu cần của người Thái Quý Châu được biểu hiện trong đời sống sinh hoạt của từng gia đình. Rượu cần dùng để cúng ma nhà, bốc vía, cưới hỏi, cúng rầy, cúng đèn thờ, sinh hoạt cộng đồng... để bày tỏ ý niệm, ước vọng của đồng bào với các vị thần linh, các “ma”, cầu mong gia đình ấm no, hạnh phúc, mùa màng bội thu. Tục uống rượu cần còn có vai trò cổ kết cộng đồng, làng xã trong sinh hoạt và trong sản xuất.

Có thể thấy rằng, các món ăn đặc sản của người Thái Quý Châu đã cho chúng ta thấy được ứng xử của con người với môi trường tự nhiên, cách thức và trình độ chinh phục môi trường để sáng tạo ra nguồn thức ăn đặc sắc, hợp khẩu vị. Ẩm thực của người Thái là di sản văn hóa phi vật thể vô giá, trong đó bao chứa tinh thần, tình cảm và văn hóa tâm linh của cộng đồng./.

Chú thích

(*) Địa danh Quý được nhắc đến ở đây là vùng Quý Châu, Quế Phong (Nghệ An) nói chung, còn gà chín cựa của Mẫu Sơn, tỉnh Lạng Sơn.

Tài liệu tham khảo

1. Vi Văn Biên (2006), *Văn hóa vật chất của người Thái ở Thanh Hóa và Nghệ An*, Nxb Văn hóa dân tộc, Hà Nội.
2. Đảng bộ huyện Quý Châu (1986), *Lịch sử Đảng bộ Đảng cộng sản Việt Nam huyện Quý Châu*, Nghệ Tĩnh (Sơ thảo tập 1), Nxb Nghệ Tĩnh, Nghệ Tĩnh.
3. Ninh Viết Giao (2003), *Địa chí huyện Quý Hợp*, Nxb Nghệ An, Nghệ An.
4. Nguyễn Thị Nuôi, *Đời sống văn hóa vật chất của người Thái ở huyện Quý Châu (Nghệ An)*, Luận văn Thạc sỹ Lịch sử, khoa Lịch sử, trường Đại học Vinh, năm 2008.
5. Nguyễn Văn Phụng, *Tiếp cận những khía cạnh cơ bản văn hóa dân tộc Thái từ góc độ triết học*, Nguồn: <http://truongchinhtrina.gov.vn/>.
6. Trương Thị Quỳnh, *Biến đổi trong đời sống văn hóa - xã hội của dân tộc Thái ở huyện Anh Sơn (tỉnh Nghệ An) từ 1963-2008*, Luận văn Thạc sỹ Lịch sử, khoa Lịch sử, Trường Đại học Vinh, 2009.
7. Ngô Đức Thịnh, *Văn hóa vùng và phân vùng văn hóa ở Việt Nam*, Nxb Trẻ, Hà Nội 2004.
8. Trần Quốc Vượng (chủ biên), *Cơ sở văn hóa Việt Nam*, Nxb Giáo dục, Hà Nội, 1997.