

## CƠM NIÊU - CÁ KHO - RAU MUỐNG XÀO

Quê hương Việt Nam có nhiều món ăn phong phú, nhưng cơm vẫn là món chính. Cơm Niêu là món thông thường, thực hiện không khó khăn, không tốn kém, ăn ngon lạ miệng.

Nói đến Cơm Niêu là nghĩ đến chất cơm vừa thơm vừa mềm ăn với cá kho rau muống xào... Tuy không được liệt vào thực đơn trong những món ăn cao lương mỹ vị của Việt Nam, nhưng nó đáp ứng được khẩu vị của những ai dùng bữa Cơm Niêu để kết chặt tình giao hảo.

### CƠM NIÊU

- |        |                |                           |
|--------|----------------|---------------------------|
| + Gạo  | 1/2kg (2 chén) | + Niêu đất <sup>(1)</sup> |
| + Nước | 800cc (3 chén) | + Rơm hoặc than           |

Gạo vo sạch để ráo nước, tra vô niêu nước đang sôi (lửa lớn), gạo sôi vài dạo, quậy dũa bếp, ghé cho đều gạo khỏi bén niêu. Khi cơm cạn để lửa nhỏ, vên niêu cơm vừa chín, phủ lá chuối dầy nắp vung, rơm bên vòng niêu cơm, đốt lên khi than rơm tàn, bung ra (mùi thơm của rơm tạo cho niêu cơm hương vị đặc biệt VN<sup>(2)</sup>) đặt lên mâm đã có sẵn cá kho và rau muống xào...

### CÁ KHO

- |                   |                      |                            |                         |
|-------------------|----------------------|----------------------------|-------------------------|
| + Cá rô           | 1/2kg <sup>(3)</sup> | + Nước trà                 | 1/2 chén <sup>(4)</sup> |
| + Nước màu kho cá | 1 muống canh         | + Nước mắm                 | 2 muống canh            |
| + Tóp mỡ          | 2 muống canh         | + Ót tươi                  | 2 trái                  |
| + Đường           | 1 muống cà-phê       | + Muối, tiêu, hành, tỏi... |                         |

Bất cứ cá gì kho cũng được, trước hết đánh vẩy cạo nhớt, chặt vẩy, mổ bỏ ruột. Rửa sạch trong ngoài con cá rồi để trong rổ thưa cho thật ráo nước.

Sau đó cho vô chậu hay tô lớn để khi ướp dễ trộn, rưới nước

(1) Niêu gần giống như nồi đất nhưng miệng vung nhỏ hơn. Khi chín vên lửa rơm đều khắp. Có tiệm dọn cho khách ăn họ biểu diễn đập bỏ niêu để thực khách thấy cơm cháy vàng dòn, thơm khắp nhà.

(2) VN: Việt Nam

(3) Cá trê, cá bống, cá quả, cá chột... kho rất ngon.

(4) Kho cá bằng nước trà tươi (trà xanh) có thể dùng trà Lipton, nhờ vị trà mà cá không tanh.

màu dứa<sup>(1)</sup> dùng dũa đảo lên cho đều. Đợi cá thấm màu mới ướp tòi đường<sup>(2)</sup> và muối (phải biết độ chùng mà gia giảm nước màu, dùng ướp nhiều quá, khi kho cá đậm đen coi mất ngon, còn ướp ít nước màu cá trắng nhách không được bắt mắt).

Bắc cá kho lên bếp chụm lửa già, khi nước trong trách cá sôi, thịt cá săn lại, lúc đó giảm lửa riu riu, rưới nước mắm. Xắt mấy miếng ớt đỏ, tóp mỡ hoặc mỡ thịt luộc sơ<sup>(3)</sup> rắc vào.

- Đổ nước trà vô rồi, đợi nước cá kho cô lại sên sệt, sắp lưng cá mới ngon (nếu có than thì coi ra vên xuống lửa than vạc càng tốt).

- Cái ngon của cá là khi kho trong trách<sup>(4)</sup> không bị khô nước. Nếu không sẽ thành kho mặn hay kho quệt.

- Khi bắc ra rắc tiêu, bày những miếng tóp mỡ lên cá.

### RAU MUỐNG XÀO

- |                         |                          |
|-------------------------|--------------------------|
| + 1 bó rau muống        | + 2 muống cà-phê mắm tôm |
| + 1 muống canh nước mắm | + Hành khô, tỏi, tiêu... |

- Rau nhặt bỏ phần già, lá úa, rửa sạch, đập dập, vắn làm đôi hoặc ba...

- Phi thơm hành, tỏi, rưới nước mắm (các cụ thường dặn chúng ta nhớ cho nước mắm khi hành đã phi vàng, mới đúng cách nấu ăn VN).

Xào rau lửa lớn, hòa muống canh nước với mắm tôm quậy đều, đổ vô chảo rau, bằm cọng rau vừa mềm, rắc tỏi vụn bắc ra. Ăn với cơm niêu và cá kho.

### □ BÍ QUYẾT:

Nếu làm nhiều, nấu chín cơm, múc vô niêu đất không dầy nắp, đặt vào lò nướng đốt lửa trên và dưới, cơm trong niêu vàng đều và giòn.

(1) Nếu không có nước màu dứa dùng với nước màu đường rồi chế thêm muống canh nước cốt dứa vô trách cá ăn ngọt và thơm.

(2) Ướp đường trước: thịt cá cứng như cách ướp thịt nem nướng, nem chua... với đường, khi đường tan mới trộn gia vị.

(3) Mỡ thịt xắt hạt lựu nhỏ, đảo qua trong chảo cho rịn mỡ rồi bỏ tỏi và hành xắt lát mỏng vô phi thơm vàng rưới lên mình cá.

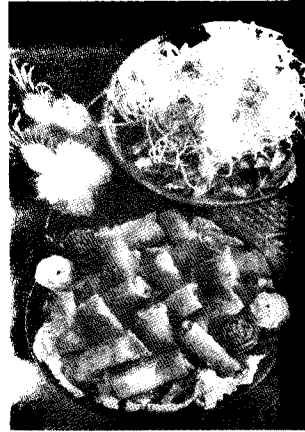
(4) Niêu, nồi trách: na ná giống nhau, nhưng đều nung bằng đất sét.

• Phần V. <b>CÁC MÓN ĂN PHÁP</b>	407
A. Các món ăn	409
B. Các món bánh	438
• Phần VI. <b>CÁC MÓN ĂN CHAY</b>	489
A. Các món nước	491
B. Các món chiên - xào - hấp - quay	498
C. Các món gỏi - khô - mắm - chả	510
D. Các món bánh	519
E. Cách làm và cách pha chế các loại nước chấm	525
• Phần VII. <b>CÁC MÓN TRÁNG MIỆNG</b>	531
A. Các món bánh	533
1. Bánh hấp	533
- Bánh hấp nhân mặn	534
- Bánh hấp nhân ngọt	557
- Bánh hấp không nhân	576
- Bánh hấp - in tạo hình	584
- Bánh hấp - sấy khô	595
2. Bánh nướng	600
3. Bánh chiên	619
B. Các món mứt	632
C. Các món xôi - chè	657
D. Các món kẹo - ô mai	674
E. Các món khác	688
• Phần VIII. <b>CÁCH TRANG TRÍ</b>	701
A. Các kiểu xếp khăn ăn	703
B. Các kiểu cắt tỉa củ quả	735
• Phần IX. <b>CÁCH LÀM - CÁCH PHA CHẾ CÁC NGUYÊN PHỤ LIỆU VÀ GIA VỊ</b>	769
A. Cách chọn lựa - Cách làm các nguyên phụ liệu	771
B. Cách làm - Cách pha chế các loại gia vị	795

## PHẦN I

### **Các món ăn khô**

- A. Các món cơm - phở - mì  
- hủ tiếu
- B. Các món bì - gỏi - bún -  
chả - giò
- C. Các món tré - nem - nộm  
- khai vị



*Chả giò*



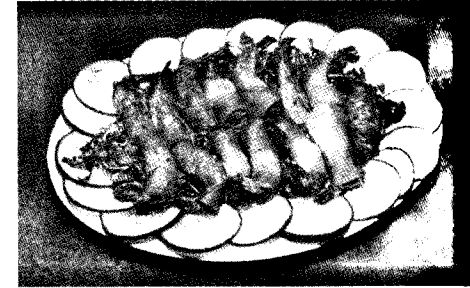
*Bì cuốn*



*Cơm gà hấp đậu*



*Mi xào sốt tôm*



*Tôm khai vị*



*Gỏi đóng hồ thiên niên kỷ*



Rau xào gia vị



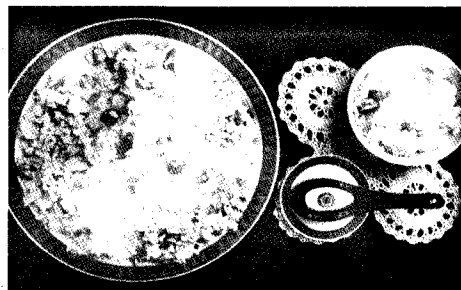
Cơm xốt cà ri



Mì sợi trộn nấm



Chả phụng



Cơm chiên dương châu



Giò thủ

## A. CÁC MÓN CƠM - PHỞ - MÌ - HỦ TIẾU

- Cơm niêu - Cá kho - Rau muống xào
- Cơm tấm bì
- Cơm Hoàng Hậu
- Cơm hải sản
- Cơm chiên trái thơm
- Cơm cháy chiên
- Phở bò xào giòn
- Mì xào giòn
- Mì hấp rau
- Giỏ mì thập cẩm
- Hủ tiếu khô

## CƠM NIÊU - CÁ KHO - RAU MUỐNG XÀO

Quê hương Việt Nam có nhiều món ăn phong phú, nhưng cơm vẫn là món chính. Cơm Niêu là món thông thường, thực hiện không khó khăn, không tốn kém, ăn ngon lạ miệng.

Nói đến Cơm Niêu là nghĩ đến chất cơm vừa thơm vừa mềm ăn với cá kho rau muống xào... Tuy không được liệt vào thực đơn trong những món ăn cao lương mỹ vị của Việt Nam, nhưng nó đáp ứng được khẩu vị của những ai dùng bữa Cơm Niêu để kết chặt tình giao hảo.

### CƠM NIÊU

- |        |                |                           |
|--------|----------------|---------------------------|
| + Gạo  | 1/2kg (2 chén) | + Niêu đất <sup>(1)</sup> |
| + Nước | 800cc (3 chén) | + Rơm hoặc than           |

Gạo vo sạch để ráo nước, tra vô niêu nước đang sôi (lửa lớn), gạo sôi vài dạo, quậy đũa bếp, ghé cho đều gạo khỏi bén niêu. Khi cơm cạn để lửa nhỏ, vẩy niêu cơm vừa chín, phủ lá chuối dầy nắp vung, rơm bện vòng niêu cơm, đốt lên khi than rơm tàn, bung ra (mùi thơm của rơm tạo cho niêu cơm hương vị đặc biệt VN<sup>(2)</sup>) đặt lên mâm đã có sẵn cá kho và rau muống xào...

### CÁ KHO

- |                   |                      |                            |                         |
|-------------------|----------------------|----------------------------|-------------------------|
| + Cá rô           | 1/2kg <sup>(3)</sup> | + Nước trà                 | 1/2 chén <sup>(4)</sup> |
| + Nước màu kho cá | 1 muỗng canh         | + Nước mắm                 | 2 muỗng canh            |
| + Tóp mỡ          | 2 muỗng canh         | + Ớt tươi                  | 2 trái                  |
| + Đường           | 1 muỗng cà-phê       | + Muối, tiêu, hành, tỏi... |                         |

Bất cứ cá gì kho cũng được, trước hết đánh vẩy cạo nhớt, chặt vẩy, mổ bỏ ruột. Rửa sạch trong ngoài con cá rồi để trong rổ thưa cho thật ráo nước.

Sau đó cho vô chậu hay tô lớn để khi ướp dễ trộn, rưới nước

(1) Niêu gần giống như nồi đất nhưng miệng vung nhỏ hơn. Khi chín vẩy lửa rơm đều khắp. Có tiệm dọn cho khách ăn họ biểu diễn đập bỏ niêu để thực khách thấy cơm cháy vàng giòn, thơm khắp nhà.

(2) VN: Việt Nam

(3) Cá trê, cá bống, cá quả, cá chột... kho rất ngon.

(4) Kho cá bằng nước trà tươi (trà xanh) có thể dùng trà Lipton, nhờ vị trà mà cá không tanh.

màu dứa<sup>(1)</sup> dùng đũa đảo lên cho đều. Đợi cá thấm màu mới ướp tỏi đường<sup>(2)</sup> và muối (phải biết độ chừng mà gia giảm nước màu, dùng ướp nhiều quá, khi kho cá đậm đen coi mất ngon, còn ướp ít nước màu cá trắng nhách không được bắt mắt).

Bắc cá kho lên bếp chụm lửa già, khi nước trong trách cá sôi, thịt cá săn lại, lúc đó giảm lửa riu riu, rưới nước mắm. Xắt mấy miếng ớt đỏ, tóp mỡ hoặc mỡ thịt luộc sơ<sup>(3)</sup> rắc vào.

- Đổ nước trà vô rồi, đợi nước cá kho cô lại sền sệt, sắp lung cá mới ngon (nếu có than thì coi ra vẩy xuống lửa than vạc càng tốt).

- Cái ngon của cá là khi kho trong trách<sup>(4)</sup> không bị khô nước. Nếu không sẽ thành kho mặn hay kho quẹt.

- Khi bắc ra rắc tiêu, bày những miếng tóp mỡ lên cá.

### RAU MUỐNG XÀO

- |                         |                          |
|-------------------------|--------------------------|
| + 1 bó rau muống        | + 2 muỗng cà-phê mắm tôm |
| + 1 muỗng canh nước mắm | + Hành khô, tỏi, tiêu... |

- Rau nhặt bỏ phần già, lá úa, rửa sạch, đập dập, vẩy làm đôi hoặc ba...

- Phi thơm hành, tỏi, rưới nước mắm (các cụ thường dặn chúng ta nhớ cho nước mắm khi hành đã phi vàng, mới đúng cách nấu ăn VN).

Xào rau lửa lớn, hòa muỗng canh nước với mắm tôm quậy đều, đổ vô chảo rau, bấm cọng rau vừa mềm, rắc tỏi vụn bắc ra. Ăn với cơm niêu và cá kho.

### □ BÍ QUYẾT:

Nếu làm nhiều, nấu chín cơm, múc vô niêu đất không dầy nắp, đặt vào lò nướng đốt lửa trên và dưới, cơm trong niêu vàng đều và giòn.

(1) Nếu không có nước màu dứa dùng với nước màu đường rồi chế thêm muỗng canh nước cốt dứa vô trách cá ăn ngọt và thơm.

(2) Ướp đường trước: thịt cá cứng như cách ướp thịt nem nướng, nem chua... với đường, khi đường tan mới trộn gia vị.

(3) Mỡ thịt xắt hạt lựu nhỏ, đảo qua trong chảo cho rịn mỡ rồi bỏ tỏi và hành xắt lát mỏng vô phi thơm vàng rưới lên mình cá.

(4) Niêu, nồi trách: na ná giống nhau, nhưng đều nung bằng đất sét.

## CƠM TẮM BÌ

### □ VẬT LIỆU:

- |            |       |             |                |
|------------|-------|-------------|----------------|
| + Gạo tằm  | 1 lít | + Hành lá   | vài cây        |
| + Nước     | 1 lít | + Thính gạo | 2 muỗng cà-phê |
| + Da heo   | 100g  | + Dầu ăn    | 2 muỗng canh   |
| + Thịt heo | 200g  | + Hành lá   | vài cây        |
- + Tỏi, tiêu, muối, bột ngọt, ớt băm...

### □ CÁCH LÀM:

- Thịt heo lựa mua miếng thịt mỏng có cả nạc lẫn mỡ, ướp tỏi hành đã giã nhỏ cùng với tiêu muối 1 giờ rồi đem ram. Nếu muốn ngon hơn thoa vô thịt chút bột ngọt khi ướp. Để vô chảo 2 muỗng canh nước: luộc thịt trước như vậy thịt không bị hao. Nước luộc thịt cạn sẽ chảy mỡ ra, ram nhỏ lửa dậy nắp lại. Thỉnh thoảng trở qua trở lại 2 mặt thịt vàng là được.

- Da heo luộc chín thái chỉ hoặc mua da heo thái sẵn.

- Gạo tằm nhặt và đãi sạn vo trước để ráo nước. Đong 4 tô nước (1 lít) đổ vô nồi nấu com.

- Thính gạo: lấy một nắm gạo rang nhỏ lửa, gạo vàng cho vô cối giã rồi rây thành bột.

- Thịt heo ram chín, lang mỏng thái chỉ thật nhỏ mới khéo, trộn chung với da heo, rắc thính gạo, băm thêm 3 tép tỏi trộn đều. Bày lên đĩa com tằm, rồi rưới lên com một chút dầu ăn phi với hành lá cho thơm và đẹp.

- Củ cải, cà-rốt bào nhỏ rắc chút muối bóp cho bớt hăng, rửa vài lần cho hết mặn, vắt khô ngâm giấm, đường, làm đồ chua.

### CÁCH PHA NƯỚC MẮM:

- + Nửa chén nước dứa tươi
- + 3 muỗng canh nước mắm ngon
- + 1 muỗng cà-phê đường

- Ba thứ trên nấu chung, hớt bọt, để nguội vắt chút chanh. Rắc ớt đã băm nhỏ, rưới lên com tằm bì.

## CƠM HOÀNG HẬU

### □ VẬT LIỆU:

- |                   |                |             |              |
|-------------------|----------------|-------------|--------------|
| + Nước dứa xiêm   | 400g           | + Hạt sen   | 1 xâu        |
| + Gạo             | 500g           | + Lá dứa    | vài lá       |
| + Cà-rốt          | 1 củ           | + Trứng vịt | 1 quả        |
| + Nấm             | 1/2 hộp nhỏ    | + Hành tây  | 1/2 củ       |
| + Bột năng        | 1 muỗng cà-phê | + Cua       | 1 con        |
| + Lạp xưởng       | 1 cái          | + Tôm đất   | 200g         |
| + Xá xiu          | 50g            | + Dầu ăn    | 3 muỗng canh |
| + Cà chua hộp     | 1 muỗng canh   | + Nước      | 400g         |
| + Đậu Hòa Lan hạt | 50g            |             |              |

### □ CÁCH LÀM:

Đổ nước dứa, gạo, lá dứa vô nồi nấu chín. Khi com chín, đem ra khuôn ấn chặt trút ra đĩa.

Cà-rốt tỉa hoa trộn với muối rửa sạch, rồi ngâm vô giấm có nêm đường, vắt ra bày chung quanh đĩa. Trứng vịt trắng, cắt hình trám hay lá cây.

Lạp xưởng nướng chín xắt mỏng, bày trên mặt com. Cua luộc gỡ thịt, tôm luộc lột vỏ, hạt sen luộc mềm.

Phi hành, tỏi với dầu ăn cho thơm, trút cua tôm xào với hành tây. Đậu, nấm, hạt sen nêm gia vị, và cà chua đảo đều, cho chút bột năng hòa nước. Khi nào gần ăn trút vô giữa đĩa com, giữ nguyên hình tròn của khuôn, màu com hơi xanh xanh như màu cốm. Chung quanh đĩa, bày trứng trắng hình quả trám, cà-rốt tỉa hoa hoặc lá đã ngâm giấm đường. Trông giống như chiếc nhị hoa muôn màu, vừa đẹp, vừa kích thích khẩu vị.

### Chú ý:

\* Khi com chín, lấy đũa cả sới lên rồi dậy nắp lại, vài phút sau cháy ở dưới nồi sẽ tróc ra.

\* Khi luộc tôm, nhớ dùng cho nước và cũng dùng mỡ nắp soong, tôm sẽ bị khai.



## CƠM HẢI SẢN

### □ VẬT LIỆU:

- |                 |      |                                     |        |
|-----------------|------|-------------------------------------|--------|
| + Gạo ngon      | 500g | + Diệp khô                          | 10 con |
| + Nước dừa tươi | 800g | + Hành, tỏi                         |        |
| + Tôm tươi      | 200g | + Ngò, gia vị: muối, tiêu, đường... |        |
| + Mực tươi      | 500g | + Khuôn nhựa tròn đường kính        |        |
| + Thịt cua      | 100g | khoảng 20cm, có lỗ ở giữa           |        |

### □ CÁCH LÀM:

- Tôm tươi luộc chín bóc vỏ, diệp khô<sup>(1)</sup> ngâm nước cho mềm, mực tươi rửa sạch lột bỏ màng, khía bông.
- Bắc chảo lên bếp, phi thơm hành, tỏi. Cho tôm, diệp, mực, thịt cua và gia vị xào chung cho thơm.
- Vo sạch gạo, để ráo, đổ nước dừa tươi vào gạo nấu chín. Mở nắp nồi com trút các hải sản vào cùng với ngò xắt nhỏ, trộn đều.
- Cho com vào khuôn nhựa nén chặt, úp vào 1 đĩa rộng. Trình bày thêm ngò và các hoa tỉa bằng cà chua hay cà-rốt.
- Dọn ăn nóng.

## CƠM CHIÊN TRÁI THƠM

### □ VẬT LIỆU: 4 phần ăn

- |                       |       |                                |
|-----------------------|-------|--------------------------------|
| + 2 chén gạo tẻ       | 1/2kg | + 2 trái thơm tươi             |
| + 3 chén nước hầm gà  | 800cc | + 2 cái Lạp xưởng thái chỉ     |
| + 2 nụ đinh hương     |       | + 1 khoanh giò lụa cắt sợi     |
| + 1 miếng vỏ quít khô |       | + 4 lát dăm-bông vuông xắt dài |
| + Tỏi, mỡ gà...       |       |                                |

### □ CÁCH LÀM:

- Gạo vo sạch để ráo nước, đổ nước hầm gà vô nấu com (xương gà nấu nước ngọt)

(1) Diệp tươi rẻ hơn, ngon và mềm.

- Mỡ gà xắt miếng nhỏ đảo cho ra mỡ, phi với tỏi thật thơm vàng, trút vô nồi gạo cùng với nụ đinh hương, vỏ quít.

- Bỏ trái thơm làm đôi theo chiều dài, nạo lấy ruột. Dùng làm bể vỏ, ruột thơm vắt bớt nước bằm hạt lựu.

- Com chín để thật nguội, dăm-bông, hành lá (thái vát xéo) lạp xưởng, giò lụa, muối tiêu, cùng với ruột trái thơm, trộn đều trong chảo (không dính) đảo qua cho nóng vừa chín lạp xưởng.

### □ TRÌNH BÀY:

- Khi gần ăn xúc com chiên vô trong vỏ trái thơm, rắc vài lá ngò xanh. Mỗi nửa trái thơm dùng com chiên đặt lên đĩa bầu dục là 1 phần ăn.

## CƠM CHÁY CHIÊN GIÒN

### □ VẬT LIỆU:

- |                    |       |                       |         |
|--------------------|-------|-----------------------|---------|
| + Com cháy mua sẵn | 1/2kg | + Cà-rốt              | 1 củ    |
| + Giò sống         | 200g  | + Nấm hương           | 4 tai   |
| + Dăm-bông         | 100g  | + Hột gà              | 2 trứng |
| + Thịt nạc dăm     | 100g  | + Gia vị, ngò, tỏi... |         |

### □ CÁCH LÀM:

- Com cháy: cắt thành từng miếng tròn.
- Giò sống: nêm tiêu và chút đường.
- Dăm-bông: xắt sợi.
- Thịt nạc dăm: bằm nhuyễn, nêm gia vị.
- Cà-rốt: xắt sợi rồi bằm sơ.
- Tỏi: bằm nhuyễn, phi vàng.
- Nấm hương: ngâm mềm, xắt sợi nhuyễn
- Hột gà: chỉ lấy lòng đỏ.
- Gia vị: ngò, tỏi

Trộn chung tất cả lại rồi nêm cho vừa ăn. Dùng muỗng nhỏ ém thịt vô miếng com cháy tròn. Thả vào chảo ngập dầu chiên, vớt ra đĩa, trình bày cho đẹp mắt.

Món này ăn nóng chấm với nước sốt chua ngọt.

## PHỞ BÒ XÀO GIÒN

### ▣ VẬT LIỆU:

+ Thịt bò	200g	+ Dầu hào	2 muỗng cà-phê
+ Bánh phở	300g	+ Bột ngọt	1/2 muỗng cà-phê
+ Cải ngọt	2 cây	+ Nước lèo	1 chén
+ Tỏi tươi	1 cây	+ Bột năng	1 muỗng cà-phê
+ Hành tây	1 củ	+ Dầu ăn	2 muỗng canh
+ Cà chua	2 củ	+ Tiêu, ngò, muối... tỏi.	
+ Nước tương	1 muỗng canh		

### ▣ CÁCH LÀM:

- Thịt bò thái mỏng ngang thớ, ướp nửa giờ với nước tương, muối, tiêu, tỏi, dầu hào cho thịt mềm.

- Dầu thật sôi, dội vô thịt bò đã ướp gia vị, chân tái, chất dầu ra.

- Cải ngọt luộc với chút muối và nước tro tàu vớt ra xả ngay với nước lạnh, cải sẽ rất xanh.

- Tỏi tươi cắt khúc, hành tây xắt miếng dài, cà chua thái miếng.

- Dầu sôi cho bánh vô xào, đảo qua trở lại cho giòn, múc ra đĩa lớn.

- Xào hành tây, cải, tỏi tươi, cà chua. Nêm gia vị, hòa nước lèo với bột năng hơi sánh, trút thịt bò đã chân mỡ vào đảo nóng. Bày lên trên đĩa bánh phở, rắc tiêu, bày ngò (mùi).

## MÌ XÀO GIÒN

### ▣ VẬT LIỆU:

+ Thịt heo	200g	+ Cà-rốt	2 củ
+ Củ	1 củ	+ Cải ngọt	2 cây bó lá
+ Tôm tươi	200g	+ Đường	1 muỗng cà-phê
+ Cần tây	3 cây	+ Nước lèo	1 chén

+ Củ chua	2 quả	+ Nước tương	1 muỗng canh
+ Bông cải	200g	+ Giấm	1 muỗng canh
+ Hành tây	1 củ	+ Mì sợi	300g
+ Dầu hào	1 muỗng canh	+ Tỏi, hành khô, ngò, tiêu	

### ▣ CÁCH LÀM:

- Thịt heo nạc thái miếng - Tôm tươi chân (trụng) sơ rồi lột vỏ, bỏ chỉ đen. - Cật rửa sạch, thái miếng. Các thứ trên ướp gia vị cho vô chảo đảo sơ với hành dầu ăn.

- Cà-rốt, cà chua, hành tây, bông cải, cải ngọt, cần tây thái dài khoảng 3 phân.

- Dầu hào, xì dầu (nước tương), giấm, đường, nước lèo, bột mì, tiêu, bột ngọt, trộn chung với nhau. Nấu thành nước sốt, đổ ra tô.

- Kế tiếp cho thêm dầu vào chảo, xong cho cải ngọt, cần tây, cà-rốt, bông cải vô xào chín. Để tắt cả những thịt, tôm, cật đã xào, vô chảo rồi đổ nước sốt, tiếp theo cho cà chua và hành tây vô đảo cho chín đều.

- Dầu sôi cho mì vô chảo chiên (rán), khi sợi mì nổi lên ánh vàng là được, bày trên đĩa.

- Để tắt cả những thứ xào chín lên khắp đĩa mì, rắc vài cọng ngò xanh.

## MÌ HẤP RAU

### ▣ VẬT LIỆU PHẦN I:

+ Hành tây	1 củ	+ Củ sắn (củ đậu)	1 củ
+ Trái su	1 củ	+ Bắp cải	1 miếng
+ Củ cải	2 củ	+ Nước	1 tô

### ▣ CÁCH LÀM:

- Những thứ trên gọt vỏ xắt miếng lớn nấu lấy 1 chén nước lèo.

### ▣ VẬT LIỆU PHẦN II:

+ Cà-rốt	1 củ	+ Thân gà	1 cái
+ Bông cải	1 miếng	+ Dăm-bông	50g



- |               |                |                     |              |
|---------------|----------------|---------------------|--------------|
| + Đậu Hòa Lan | 50g            | + Xá xíu            | 50g          |
| + Nấm rom     | 100g           | + Xi dầu            | 1 muỗng canh |
| + Bột năng    | 1 muỗng cà-phê | + Hành, tỏi, dầu ăn |              |

#### □ CÁCH LÀM:

- Cà-rốt gọt vỏ lạng mỏng thái chỉ.
- Nấm rom ngâm nước muối cao phần đen rửa sạch xắt hai.
- Đậu Hòa Lan, bông cải tước bỏ xơ xắt miếng nhỏ dài, rửa sạch; trần gà, dăm-bông, xá xíu thái miếng.
- Hành tỏi phi thơm với dầu ăn cho các thứ vô chảo, nêm gia vị rưới nước leo vô đảo qua đảo lại, gần mềm, hòa bột năng với chút nước cho vô chảo, bắc ra.

#### CÁCH HẤP MÌ:

- Nước sôi thả 300g mì vô luộc với chút muối, mì vừa chín tới vớt ra dội qua nước lã để ráo nước, trộn chung với phần II, đem hấp cách thủy 15 phút.

## GIỎ MÌ THẬP CẨM

#### □ VẬT LIỆU: cho 4 phần ăn

- |                       |                        |
|-----------------------|------------------------|
| + 2 miếng thân cá nạc | + 12 con điệp          |
| + 2 con mực tươi      | + Muối, tiêu, đường... |
| + 12 con tôm          |                        |

#### □ ĐỒ BIỂN:

- Rửa sạch các con điệp, mực. Bóc vỏ tôm, lấy ruột đen nơi sống lưng ra. Cá cắt miếng lớn, tất cả ướp gia vị...

#### □ CÁC THỨ RAU:

- |                    |                           |
|--------------------|---------------------------|
| + 2 nhánh cần tây  | + 12 củ năng (củ mã thầy) |
| + 4 cây hành lá    | + 12 cái bắp non          |
| + 1 trái ớt tây đỏ |                           |

- Thái vát cần tây, hành lá.

- Ớt tây xắt miếng.
- Củ năng xắt đôi. Bắp non chẻ hai.
- Cho 2 muỗng dầu ăn vô chảo xào hành và các thứ rau 3 phút (lửa lớn) xúc ra đĩa.
- Chế thêm dầu vào chảo phi thơm tỏi xào đồ biển: mực, điệp, tôm, cá; 3 phút.

#### □ NƯỚC XỐT:

- |                           |                           |
|---------------------------|---------------------------|
| + 1 chén nước hầm gà      | + 2 muỗng cà-phê dầu hào  |
| + 1 muỗng cà-phê bột năng | + Muối, tiêu, nước mắm... |
| + 1 muỗng canh rượu thơm  |                           |

- Hòa bột năng với nước hầm gà cho rượu, dầu hào, nước mắm... đổ vô chảo đang xào đồ biển; đảo đều xong cho các thứ rau. Rắc dầu mè đảo nóng là được. Đổ vô giỏ mì xào giòn thập cẩm.

## HỦ TIỂU KHÔ

#### □ VẬT LIỆU:

- |                |                |                                      |                |
|----------------|----------------|--------------------------------------|----------------|
| + Gà           | 1 con          | + Nước tương                         | 1/2 chén       |
| + Xương heo    | 2kg            | + Đường                              | 2 muỗng cà-phê |
| + Xá xíu       | 100g           | + Bột ngọt                           | 1 muỗng cà-phê |
| + Muối         | 1 muỗng cà-phê | + Hành ta                            | 100g           |
| + Nước mắm     | 2 muỗng canh   | + Đậu phộng <sup>(1)</sup>           | 100g           |
| + Tôm khô      | 100g           | + Muối, tiêu                         |                |
| + Thịt nạc dăm | 200g           | + Tỏi băm nhỏ                        | 6 tép          |
| + Cà chua      | 5 trái         | + Hẹ, xà-lách, giá, cà nàu, rau thơm |                |

#### □ CÁCH LÀM:

- Hủ tiếu khô sợi dai và trắng trong, làm bằng bột khoai mì (bột năng) khi ăn trụng (chần) nước sôi.
- Gà làm sạch, mổ moi, móc bỏ ruột và 2 lá phổi. Úp 2 chân gà vô bụng, xát muối trong ngoài con gà rửa lại cho hết mùi hôi. Đổ

(1) Hay còn gọi là lạc.

vào nổi 10 tô nước, nêm muối, vài củ hành nướng. Đun sôi, thả xương heo đã chặt miếng nấu cùng với gà lấy nước ngọt.

- Xá xíu thái miếng mỏng. Lòng gà luộc riêng.
- Thịt nạc băm nhỏ xào với hành, gân chín trộn tôm khô vô đảo chung.
- Cà chua trái luộc chín, chà lấy nước bột, xay máy sinh tố, rây bỏ bã, phi hành tỏi thơm cho vô nấu hơi sanh sánh, nêm chút muối và màu đỏ cho đẹp làm nước sốt cà rưới lên tô hủ tiếu.
- Nước tương pha với đường và bột ngọt.
- Đậu phộng rang, chà bỏ vỏ giã rơm (nhỏ).
- Tỏi băm nhỏ ngâm giấm dùng với đồ chua: cà-rốt, củ cải...
- Hành củ bóc vỏ xắt ngang, phi hành mỡ cho vàng ánh.
- Giá trụng lót dưới tô hủ tiếu, trên bày thịt gà, hẹ xắt khúc, thịt nạc băm, xá xíu, tôm khô, đậu phộng rưới nước tương, sốt cà chua và những gia vị trên.
- Tô nước lèo để bên cạnh, vừa ăn hủ tiếu vừa húp nước lèo.

## B. CÁC MÓN BÌ - GỎI - BÚN - CHẢ - GIÒ

- Bì cuốn
- Gỏi cuốn
- Gỏi cá mai
- Gỏi cá lóc
- Gỏi lươn
- Gỏi giá mè
- Gỏi đồng hồ
- Bún chả - Bún thịt nướng
- Chả quế
- Chả chìa
- Chả gà
- Chả cốm - Chả bò - Chả lụa miền Trung - Giò bì
- Chả cá
- Chả cá hấp
- Chả phụng
- Giò lụa
- Giò lụa đặc biệt
- Giò bò
- Giò lá đề
- Giò thú
- Chả giò giòn lâu
- Chả giò Triều Châu