Cõi Thiên Thai http://www.coithienthai.com

Xúp tôm nấu đậu hủ non

Cháo thập cẩm

Xúp măng, nấm

Bún bò giò heo

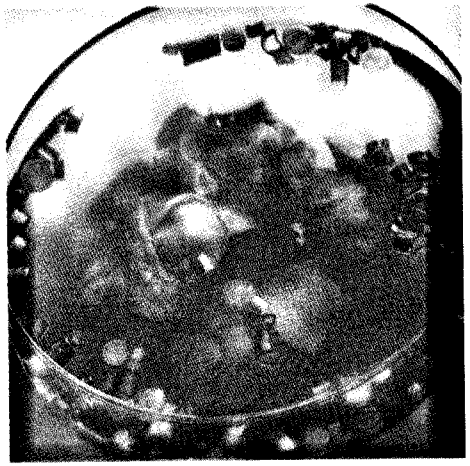
Bun mọc

Hoành thánh xúp

Cõi Thiên Thai http://www.coithienthai.com

Canh bí

Cà ri dê



Hoành thánh (Trung Hoa)

Phở gà

Cơm cà ri

Miến nấu nấm

A. CÁC MÓN PHỞ - MÌ - HỦ TIẾU - BÚN

- Phở gà
- Phở bò
- Phở bò đặc biệt
- Mì vịt
- Hủ tiếu nước
- Bún bò giò heo
- Bún ốc
- Bún sứa
- Bún thang
- Bún bò Huế
- Bún bung
- Bún riêu Bắc
- Bún riêu tôm

PHỞ GÀ

VẬT LIỆU: (20 tô)

- *Gà mái* — *1 con (1kg800)*
- *Nước* — *15 tô*
- *Bánh phở* — *2 kg*
- *Hành tây* — *2 củ*
- *Gừng, hành lá, ngò, ớt, chanh, rau thơm, giá...*
- *Bột ngọt* — *1 muỗng cà-phê*
- *Nước mắm* — *3 muỗng canh*
- *Muối* — *1 muỗng cà-phê*

CÁCH LÀM:

- Gà cắt tiết, nhúng vô nước sôi, làm sạch lông, xát muối lên khắp da gà rồi rửa lại cho hết mùi hôi.

- Mổ moi nơi bụng gà, móc ruột bỏ lá phổi ra, 2 đùi úp vô bụng gà, lòng gà làm sạch luộc riêng.

- Đong nước vô nồi, nấu sôi thả gà vô, nêm muối, hớt bọt. Cho nhánh gừng nhỏ vô (không đậy nắp, nước hầm mới trong) chừng nửa giờ vớt ra gà để nguội. Lóc lấy thịt, còn xương rửa lại, đun 5 tô nước thật sôi thả xương gà vào nấu lấy nước ngọt (lửa nhỏ). Hành tây hoặc hành ta nướng vàng, rửa sạch cho vô nước hầm (lèo) đun lấy mùi thơm rồi vớt bỏ xác hành.

- Pha nước luộc gà, nước hầm xương vào đun sôi làm nước lèo, rồi nêm nếm gia vị.

- Bánh phở trụng (chần) nước sôi đơm vô tô trên bày thịt gà và lòng gà thái miếng, chính giữa chính giữa để trứng non rắc hành lá và ngò (rau mùi). Khi ăn chan nước phở thật nóng, rắc tiêu.

Những gia vị phụ ăn phở gà: hành tây thái nhỏ ngâm giấm; ớt xắt khoanh tròn nhỏ; chanh cắt miếng; nước mắm ngon.

- Hành lá cắt phần củ trắng thả vô nồi nước lèo (hành chần) gắp bày lên mặt tô phở gà.

PHỞ BÒ

VẬT LIỆU:

- *Xương sườn* — *2 kg*
- *Thịt bò phi-lê* — *1/2 kg*
- *Bánh phở* — *1 kg*
- *Hành tây* — *3 củ*
- *Gừng* — *1 miếng*
- *Hồi hương* — *1 tai*
- *Quế chi* — *1 chút*
- *Thảo quả (Tò o)* — *1 trái*
- *Củ cải* — *2 củ*
- *Hành lá, ớt, ngò, rau thơm và gia vị: muối, tiêu, bột ngọt, tương ngọt, tương cay, giá sống v.v...*

Chú ý:

Muốn làm phở ngon, có 3 điều cần ghi nhớ.

1. Bánh phở phải trắng và dẻo.
2. Nước lèo (nước hầm) phải ngọt và thơm.
3. Thịt phải mềm.

CÁCH CHỌN THỊT BÒ:

Khi mua thịt bò nên chọn thịt màu đỏ tươi, thớ thịt nhỏ. Lấy đầu ngón tay ấn vào thịt thấy khô và dính tay, không chảy nước là thịt bò vô bệnh, mới làm. Thịt bò xấu, màu đỏ tím, mỡ vàng xám, thớ thịt to nhão, dính nước. Thịt bò cái ngon hơn bò đực. Thịt bò con mềm, mỡ trắng, thớ thịt mịn.

CÁCH LÀM:

- Xương và thịt bò phải sát muối vài giờ, rồi rửa sạch. Giả gừng hoa với rượu trắng đổ vô xương và thịt tẩy cho hết mùi hôi bò. Rửa lại bằng nước ấm vài lần. Tuyệt đối không được rửa xương bằng nước lạnh.

- Nước trong nồi đun sôi, bỏ xương và thịt vô. Nướng mấy củ hành cho thơm và 1 lát gừng đập dập, cho vô nồi. Hồi hương, quế chi, tò o rang lên rồi đựng trong một chiếc túi vải nhỏ, buộc chặt lại, cho vô nồi nước hầm để tạo hương vị đặc biệt của phở.

- Khi nước hầm sôi, bọt nổi nhiều, phải hớt hết, nước hầm mới trong. Phải hầm liên tục trong 3 tiếng đồng hồ, nước ngọt trong xương bò mới tiết ra hết. Còn miếng thịt nạm gầu muốn mau nhừ, xoa một chút muối rồi lấy nước ấm rửa lại. Nước hầm phải nêm nước mắm, muối cho vừa miệng và thêm vài miếng củ cải hoặc mía tươi, nước hầm sẽ ngọt hơn.

Sau khi hớt bọt nhiều lần, nước hầm sẽ trong và váng mỡ bò bắt đầu nổi lên. Dùng vá hớt váng mỡ ra một chiếc tô, để ai muốn ăn béo sẽ cho thêm vào sau. Nước hầm lấy hết váng mỡ ra, lại trong vắt.

- Trong khi chờ đợi nồi nước hầm đạt tới đúng độ, chuẩn bị thái bánh phở, xắt hành, cắt chanh ớt, rau thơm, giá sống và tiêu bột...

❑ CÁCH THÁI THỊT BÒ:

Thái thịt bò là một nghệ thuật. Thịt phải thái ngang thớ, khi ăn mới mềm. Nên nhớ, thịt nạm gầu trong nồi nước hầm vừa mềm vớt ra. Đừng để mềm quá ăn kém ngon.

❑ CÁCH TRÌNH BÀY TÔ PHỞ:

Trình bày một tô phở cũng đòi hỏi mỹ thuật. Bánh phở trụng nước sôi cho mềm, trút vô tô. Xếp những lát thịt lên trên, rồi hành lá, rau thơm thái nhỏ. Nước hầm phải thiệt sôi đổ vô tô. Khi ăn cho thêm giá, vài cọng ngò om, vài củ hành luộc, mấy lát ớt đỏ tươi, rắc chút tiêu, vắt vài giọt chanh, thêm tương, tương ớt. Nếu thích ăn béo, rưới 1 muỗng mỡ bò vô tô.

Muốn ăn phở tái, thái thịt bò (sống) bày lên trên bánh phở, gia vị cũng như phở chín. Nước hầm sôi, đổ lên tô phở, thịt bò tai tái, ăn vừa ngọt vừa mềm.

PHỞ BÒ ĐẶC BIỆT

❑ VẬT LIỆU: 20 tô

+ *5 kg xương ống bò*
+ *1 kg thịt nạm gầu*
+ *1 chén muối*
+ *1 nhánh gừng*

❑ CÁCH LÀM:

- Lựa xương ống bò, nước phở mới trong. Rắc muối và gừng giã nhỏ lên xương và thịt nạm, ướp 1 đêm.

- Rửa nước âm ấm nhiều lần cho xương và thịt bò hết mặn.

- Đun nồi nước sôi, thả xương bò và thịt vô trụng rồi vớt ra liền, rửa lại bằng nước âm ấm lần nữa.

- Đặt lên bếp một soong tròn và cao (nấu phở nên dùng loại soong nhôm này vừa gọn và không kềnh càng làm chật bếp) đổ 2/3 nước vô soong.

- Nước sôi, cho xương vô nấu trước (nấu phở hoặc các loại nước

hầm: heo, bò, gà, không đậy nắp). Đậy vung kín, xương hoặc thịt quá nhừ làm vẩn đục nước lèo.

- Miếng nạm gầu ướp gia vị cho vô hầm chung với xương bò.

- Khi nước hầm sôi, bọt nổi nhiều phải hớt hết, nước phở mới trong (có thể cho thêm vài khoanh củ cải, hoặc mấy lóng mía tươi, nước phở ngọt thanh).

- Sau khi hớt bọt nhiều lần, nước hầm rất trong, váng mỡ bò nổi lên, hớt ra tô làm nước béo.

❑ CÁCH NẤU:

+ *2 củ hành tây*
+ *1 nhánh gừng tươi*
+ *3 cánh đại hồi (star anise)*
+ *1 cục đường phèn*
+ *2 con mực nướng*
+ *2 muỗng canh tôm khô*
+ *Muối, tiêu, nước mắm...*

- Nướng mấy củ hành và gừng, vỏ hơi cháy: cạo và rửa sạch.

- Đại hồi rang nóng hoặc nướng sơ qua (gừng và hồi tôm khô đựng trong túi vải nhỏ, buộc chặt cho vô soong nước phở).

- Mực khô đem nướng, rửa sạch, cho vô nồi sau khi đã hớt hết bọt và váng mỡ.

- Nêm gia vị: muối, đường phèn, bột ngột (khi nào ăn hãy nêm nước mắm).

- Muốn ăn phở tái, thái mỏng thịt bò phi lê bày lên trên bánh phở.

❑ BÍ QUYẾT:

- Sớt nước phở ra soong nhỏ cho mau nguội (ngâm soong trong nước có đá cục) cất tủ lạnh để lâu được.

- Thịt nạm gầu trong nồi nước phở vừa mềm, vớt ra, ngâm vô thau nước đá lạnh (thịt trắng mau nguội không bị thâm).

- Đường phèn ngọt thanh hơn đường trắng.

MÌ VỊT

❑ NƯỚC LÈO:

+ *Xương heo* 2 kg
+ *Đầu gà* 10 cái

+ *Cánh gà*	*10 cái*	+ *Nước*	*500cc*
+ *Muối*	*1 muỗng cà-phê*	+ *Bột ngọt*	*1 muỗng cà-phê*
+ *Đường*	*1 muỗng cà-phê*		

- Những hỗn hợp trên nấu chừng 1 giờ lọc lấy nước ngọt (nước lèo).

□ CÁCH LÀM VỊT HOẶC BỒ CÂU:

Vịt hay bồ câu rửa sạch mổ moi, mật ngà thoòng (mạch nha) hòa với rượu trắng; xoa da vịt ướp 30 phút, đem chiên. Dầu soi thả vịt vô ngập con vịt, vớt ra liền. Chặt vịt ra làm 4 miếng cho vô tô ướp gia vị nửa giờ.

□ GIA VỊ:

+ *Gừng già*	*1 miếng nhỏ*	+ *Vỏ quít*	*1 miếng*
+ *Muối*	*1/2 muỗng cà-phê*	+ *Hồi hương*	*2 tai*
+ *Đường*	*1 muỗng cà-phê*	+ *Đinh hương*	*2 cái*
+ *Xì dầu*	*1 muỗng canh*	+ *Quế*	*1 miếng nhỏ*
+ *Bột ngọt*	*1 muỗng cà-phê*		

- Cho nước lèo vô nồi vịt hầm, khi nào xiên đũa thấy vịt mềm là được.

- 6 vắt mì - Nước sôi - Cải ngọt - Hành lá.

Nước sôi thả mì vô vớt ra nhúng ngay vào nước lã. Đổ mì vô tô, vịt bày lên trên, vài cọng cải ngọt luộc mềm, rưới nước lèo.

HỦ TIẾU NƯỚC

□ VẬT LIỆU: (20 tô)

+ *Hủ tiếu dai*	*2 kg*	+ *Tôm tươi*	*300g*
+ *Gà*	*1 con*	+ *Cua*	*2 con*
+ *Giò heo*	*1 cái*	+ *Bột ngọt*	*1 muỗng cà-phê*
+ *Nước*	*5 lít*	+ *Tỏi*	*1 củ*
+ *Thịt nạc*	*200g*	+ *Nước tương*	*1/2 chén*
+ *Gan lợn*	*200g*	+ *Đường*	*1 muỗng cà-phê*
+ *Hẹ, giá, cần tàu, tiêu, xà-lách*		+ *Muối, tiêu...*	

□ CÁCH LÀM:

- Hủ tiếu Mỹ Tho, bánh màu trắng đục làm bằng bột năng và bột gạo, ăn mềm hơi dai.

- Gà làm sạch, mổ moi, luộc chung với giò heo, thịt nạc, hớt bọt cho nước lèo trong, nêm muối, bột ngọt.

- Gan luộc riêng thái miếng, tôm luộc lột vỏ, chẻ hai.

- Gà chín chặt miếng hoặc xé nhỏ. Cua gỡ lấy thịt.

- Nước tương (xì dầu) pha với đường và bột ngọt, giá lót dưới tô, trên bày bánh hủ tiếu đã trụng chần, rưới nước tương và mỡ nước có phi hành, tỏi.

- Chân giò thái mỏng tròn, thịt nạc hoặc xá xíu xắt miếng, gà xé, cua gỡ bày trên tô hủ tiếu. Da gà vàng, gan heo nâu, tôm đỏ, hẹ xanh, bánh hủ tiếu trắng trong; tạo nên nhiều màu sắc đẹp mắt giúp cho khẩu vị thêm ngon.

- Khi ăn hâm nước lèo thật nóng, chan vô tô hủ tiếu, rắc chút tiêu, ăn với rau xà-lách, tần ô (cải cúc), cần tàu rất ngon nêm chút nước tỏi bằm nhỏ ngân giấm.

- Nếu nhạt, chế nước mắm ngoài, nước lèo chỉ nêm muối (1 muỗng cà-phê) vì chất cá của nước mắm làm cho nước lèo có vị chua ăn kém ngon.

BÚN BÒ GIÒ HEO

□ VẬT LIỆU: (10 tô)

+ *500g bò bắp*	+ *3 muỗng cà-phê muối*
+ *1 cái giò heo*(1)	+ *1 muỗng canh nước mắm*
+ *2 củ sả đập dập*	+ *2 muỗng cà-phê mắm ruốc*
+ *1 củ hành tây nướng*	+ *2 muỗng cà-phê đường*
+ *2 trái ớt*	+ *6 lon nước sôi (5 lít)*
+ *Huyết heo*	

(1) Luộc nguyên chân giò heo thì nước lèo trong và ngon khi thái miếng thịt đẹp có vân, da heo mềm dễ ăn.

Cõi Thiên Thai http://www.coithienthai.com

CÁCH LÀM:

1. Giò heo, huyết heo, thịt bò rửa sạch

- Đổ 6 lon nước vô nồi nấu thật sôi, thả bò bắp, giò heo vào luộc, đun to lửa, hớt bọt. Chế 1/4 lon nước lã vô thêm hớt bọt nhiều lần nước lèo mới trong và ngọt(1).

- Sau khi hớt hết bọt vặn nhỏ lửa.

- Nấu chừng một giờ cho sả, hành tây nướng, ớt trái, muối đun 2 giờ cho thịt mềm. Giò heo gắp ra trước(2).

2. Mắm ruốc quậy với hai vá nước sôi gạn lấy nước cho vào nồi nước leo lúc còn âm ấm (chớ nêm vô nước lèo khi đang sôi sẽ bốc mùi ruốc khắp nhà). Thịt bò và giò heo xắt ra từng lát khoảng 4 ly trộn với nước xốt cho thấm.

NƯỚC XỐT:

+ *1/2 gói hạt điều đỏ*
+ *1/2 chén dầu ăn*
+ *5 củ hành ta băm vụn*
+ *1 củ sả băm vụn*
+ *4 tép tỏi băm vụn*
+ *2 muỗng cà-phê ớt khô*
+ *1 muỗng canh nước mắm*
+ *1 muỗng cà-phê đường*
+ *1/2 muỗng cà-phê tiêu*
+ *1 chén nước lèo*
+ *Hành lá, ngò, rau răm xắt nhỏ*

- Dầu ăn trong chảo vừa sôi thả hạt điều đỏ vô quậy đều bắc ra ngay. Đợi khi nào thật nguội chắt lấy nước màu cho vô keo để dành được lâu.

- Lấy một nửa dầu ăn đỏ phi thơm với hành ta, sả, tỏi xào hơi vàng. Nhắc xuống khỏi bếp cho huyết heo, ớt khô, nước mắm, bột ngọt, đường, tiêu, thêm nước lèo bắc lên bếp cho sôi lại. Lấy ra 5 muỗng canh ướp với thịt bò, giò heo trộn đều cho thấm gia vị. Phần còn lại rưới vô mỗi tô bún một muỗng canh hoặc nêm vô nồi nước lèo.

- Bún sợi to luộc chín, đỗ ra xả nước lã để thật ráo đơm ra tô trên bầy thịt bò, giò heo, hành, ngò, rau răm và mấy cọng ngò xanh.

Bún bò giò heo ăn thật nóng: rau diếp (xà-lách), bắp chuối hột bào mỏng(3), ngò, tía tô, giá, húng, chanh, ớt.

---

(1) Nấu nước lèo tuyệt đối không đậy nắp vung.

(2) Vớt giò heo hoặt thịt bò ngâm vô nước lạnh thịt sẽ trắng đẹp.

(3) Không có rau chuối thay bằng cải bắp tím xắt mỏng dễ ăn và đẹp mắt, trộn chung với giá trắng, rau xanh.

BÚN ỐC

VẬT LIỆU:

+ *Bún* — *1 kg*
+ *Ốc nhồi* — *1 kg*
+ *Cà chua* — *3 trái*
+ *Muối* — *1 muỗng cà-phê*
+ *Nước hèm* — *2 muỗng canh*
+ *Gừng* — *1 củ nhỏ*
+ *Dầu ăn* — *1 muỗng canh*
+ *Rau muống chẻ, rau thơm, rau chuối, giá sống*
+ *Nước* — *3 lít (8 tô)*
+ *Xương heo* — *2 kg*
+ *Hành lá* — *4 cây*
+ *Bột ngọt* — *1/2 muỗng cà-phê*
+ *Nước mắm* — *2 muỗng canh*
+ *Mè* — *1 muỗng canh*
+ *Ớt màu* — *1/2 muỗng cà-phê*

CÁCH LÀM:

- Đổ 7 tô nước vô soong nấu sôi, thả xương ống heo (nấu mới ngọt nước và trong), hớt bọt rồi đổ thêm nửa tô nước còn lại. Đợi một lát, bọt xương lại nổi lên, hớt cho hết bọt dơ, còn nửa tô đổ tiếp cho hết và hớt cho sạch bọt rồi nêm gia vị. Nấu nhỏ lửa chừng 2 giờ, vớt bỏ xương.

- Cà chua xắt miếng cho vô soong nước lèo, me vắt nấu lấy nước chua bỏ hột.

- Phi thơm hành, rắc ớt bột vô đảo qua cho ra màu, cọng hành xắt nhỏ cho vô chung với ớt bột.

- Bã rượu vắt lấy nước bỏ xác, gừng giã nhỏ vắt lấy nước trộn chung với nước hèm. (nước bã rượu).

- Nêm vô nước lèo: ớt màu cho vô chút nước nóng lọc bỏ bã. Nước hèm có gừng, nước mắm, bột ngọt, nước me.

- Làm bún ốc nên chọn những con ốc vừa; ốc lớn ăn cứng, ốc nhỏ ăn không béo. Chắt nước gạo đặc để ngâm ốc, chiều đổ bỏ nước ngâm ấy thay nước vo gạo khác. Ngày thay nước 2 lần như vậy trong 2, 3 ngày ốc nhả hết chất dơ. Nếu ốc nổi lên, cầm thấy nhẹ, mùi hôi là ốc hư (chết), vớt bỏ.

- Những người bán bún ốc quanh năm (tháng 8 ăn ốc béo và ngon mua trữ ốc vào khoảng tháng 10, 11 ốc rẻ và không có con). Nuôi ốc cạn trong một cái bể khô, đổ đầy bể, nuôi như vậy để dành

ốc qua Tết tới tháng 2, tháng 3, ốc cũng không hư. Mỗi lần làm, đem ngâm nước vo gạo hoặc nước lã trước 1 đêm.

- Sau khi ngâm nước vo gạo rửa lại ốc cho sạch nhớt. Cho ốc vô soong, 2 trái ớt, muối, 1 muỗng mẻ, vài lá chanh luộc ốc cho thơm. Đậy nắp lại (đừng cho nước), chừng 5 phút mở nắp ra đảo nhẹ tay kẻo đứt ruột ốc, bắt xuống để nguội, cầm cái búa nhỏ xíu (hoặc muỗng) gõ nhẹ trôn ốc. Dùng kim khêu ốc ra, con nào to cắt làm hai, đơm bún vô tô bầy ốc lên trên, đổ nước lèo thật sôi lên ốc. Ăn với rau ghém...

BÚN SỨA (Giấm nuốt)

VẬT LIỆU:

+ *Sứa tươi* 1 kg
+ *Bún* 1 kg
+ *Bánh đa nướng* 2 cái
+ *Rau thơm, rau chuối, ớt, chanh.*

CÁCH LÀM:

- Sứa tươi mua về ngâm nước pha phèn chua và muối.

- Khi ăn xả nước cho hết mặn và chua, vắt ráo, nên lựa sứa chân: ăn giòn và ngon hơn.

NƯỚC LÈO:

+ *Cua gạch* 1 con
+ *Tôm thẻ* 10 con
+ *Tiêu, muối, nước mắm, hành, ớt màu*
+ *Giò sống* 100g
+ *Thơm* 1 miếng

CÁCH LÀM:

- Tôm rửa sạch, bóc vỏ, bỏ đầu, lau khô giã nhuyễn.

- Cua lấy gạch trộn chung với giò sống (thịt heo nạc giã mịn), thúc chung với tôm quết nhuyễn cho thật quánh. Nêm muối, tiêu, nước mắm; vo từng viên tròn thả vô nước sôi nấu lấy nước ngọt (3 lít).

- Thơm vắt bớt nước chua, xắt miếng cho vô. Hành phi thơm với ớt màu, trút vô soong nước lèo.

+ *Tôm sú* 300g
+ *Thịt ba chỉ* 100g
+ *Dầu ăn* 1 muỗng canh
+ *Tiêu, muối, nước mắm, hành lá*

CÁCH LÀM:

- Tôm lột vỏ. Thịt ba chỉ thái miếng mỏng. Dầu ăn phi thơm với hành cho thịt và tôm vô xào nêm gia vị và 1 mỗng canh nước, dùng dũa đánh cho đều, tôm thấm và rặc (khô) bớt nước là được.

- Bày tôm kho đánh, lên trên tô bún cùng với cua luộc gỡ lấy thịt, rồi tới sứa (con nuốc), rắc đậu phộng rang, hành lá, bánh đa nướng bẻ nhỏ. Chan nước lèo thật nóng vô tô bún sứa (giấm nuốc)

NƯỚC TƯƠNG ĐẶC:

Tỏi giã nhỏ, phi thơm, cho thịt nạc băm nhỏ vô xào với tương hột tán nhuyễn, đường, giấm, đậu phộng rang giã nhỏ. Nấu vừa đặc là được.

BÚN THANG

VẬT LIỆU: (20 tô)

+ *Gà mái* 1 con
+ *Mực khô* 2 con
+ *Giò lụa* 100g
+ *Hột vịt mặn* 2 cái
+ *Bún* 2 kg
+ *Xương heo* 2 kg
+ *Nước* 20 chén
+ *Tôm he khô* 3 con
+ *Trứng vịt* 1 quả
+ *Chanh ớt, cà cuống, mắm tôm, rau răm, hành ngò*

CÁCH LÀM:

Gà mổ moi bỏ bộ lòng ra rửa sạch (coi Bài Gà luộc giòn). Đổ vào nồi 20 chén nước nêm chút muối, vài củ hành, đun sôi cho gà vào luộc chín, vớt ra.

- Xương ống heo miếng lớn cho vào nước luộc gà đun sôi, hớt bọt.

- Mực khô ngâm nước vài giờ bóc bỏ màng rửa sạch, cho vô nồi khi hầm không đậy nắp, nước thang gà mới trong. Xương, mực, tôm nấu vừa mềm đừng nhừ quá nước đục.

- Gà nguội lóc lấy 2 miếng thăn (ức gà) xé nhỏ tơi từng thớ thịt, nửa phần gà phía dưới chặt miếng bày đĩa, cổ cánh gà nấu nước ngọt.

- Giò lụa lạng miếng mỏng thái chỉ.

- Trứng đập vô tô quậy đều với nửa muỗng canh nước, đổ trứng vô chảo láng thật mỏng rồi cuốn lớp trứng đó để nguội thái chỉ.

- Tôm giã ngâm mềm nát, chà trong lòng rá thật tơi. Cho vô chảo nóng đảo qua đảo lại (nhỏ lửa) tôm bông là được. Xương heo; mực nấu trong nồi nước hầm gỡ ra băm nhỏ xào với hành, nêm gia vị vừa ăn.

- Nước thang gà lọc thật trong.

❑ CÁCH TRÌNH BÀY:

Rau răm, hành lá xắt nhỏ lót dưới lòng tô, đơm bún lên trên. Thịt thăn gà, tôm chà bông, trứng tráng, giò lụa, thịt sườn heo, mỗi thứ bày một góc trên tô bún. Chính giữa bày một khoanh hột vịt muối luộc, rắc vài lá ngò (mùi) xanh. Khi ăn chan nước thang gà thật nóng.

BÚN BÒ HUẾ

❑ VẬT LIỆU: (10 tô)

+ *Thịt bò bắp* 500g
+ *Xương heo* 2 kg
+ *Nước* 10 tô
+ *Sả* 3 củ
+ *Hành ta* 4 củ
+ *Nước mắm, tiêu, hành tây, ngò, rau chuối...*
+ *Chả lụa Huế* 1 cây
+ *Móng heo* 10 cái
+ *Bún sợi lớn* 1 kg
+ *Tỏi* 5 tép
+ *Ớt màu* 1/2 muỗng cà-phê
+ *Mắm ruốc Huế* 2 muỗng cà-phê

❑ CÁCH LÀM:

Xương ống heo và móng heo hoặc một cái giò heo chặt khúc[1] rửa sạch, rồi cho vào nồi thịt bò đun sôi hớt bọt nhiều lần nước lèo mới trong. Nấu nhỏ lửa, móng heo mềm, gắp ra trước. Thịt bò để nguội xắt ra từng lát mỏng.

- Nước lèo lược lại cho trong, mắm ruốc Huế quậy lên gạn lấy

(1) Chặt từng khúc giò heo để nấu mới đúng cách Huế.

nước cho vào nồi nước lèo lúc còn nguội, sả đập dập cắt khúc cột lại, nêm gia vị vừa ăn, bắc lên bếp đun sôi, để nhỏ lửa.

NƯỚC XỐT:

Sả, tỏi, hành băm nhỏ, mỡ sôi bỏ vào xào hơi vàng, nhấc xuống khỏi bếp cho ớt bột, một chút màu đỏ[1]. Nêm nước mắm, bột ngọt, đường, tiêu, thêm chén nước nguội, bắc lên bếp cho sôi lại. Lấy ra 5 muỗng canh ướp với thịt bò đã chín xắt miếng trộn đều cho thấm gia vị. Phần còn lại rưới vào mỗi tô bún 1 muỗng canh.

- Bún sợi to trụng nước sôi để ráo nước đơm vô tô, trên bày thịt bò, móng heo (giò heo khúc), chả Huế, hành lá, chế nước lèo (nước hầm), bày ngò và rắc tiêu.

Rau xà lách xắt nhỏ, chanh, ớt, hành tây, ngò, rau thơm dọn riêng ăn kèm.

BÚN BUNG

❑ VẬT LIỆU:

+ *Sườn heo* 1 kg
+ *Dọc mùng (bạc hà)* 4 cái
+ *Đu đủ* 1/2 trái
+ *Chuối xanh* 5 trái
+ *Cà chua* 3 trái
+ *Nước sôi* 10 chén
+ *Nghệ* 1 củ nhỏ
+ *Dầu ăn* 1 muỗng canh
+ *Me vắt (hoặc mé)* 1 vắt nhỏ
+ *Hành lá, tía tô, nước mắm, muối, bột ngọt, ớt màu*

❑ CÁCH LÀM:

- Sườn chặt miếng ướp gia vị: muối, tiêu, bột ngọt.

- Dọc bạc hà tước vỏ, thái xéo bóp muối sả nhiều nước, xong vắt ráo. Khi gần ăn cho vô nồi sườn bung.

- Đu đủ hơi hường gọt vỏ, ngâm cho hết nhựa, cắt miếng.

- Chuối xanh tước vỏ, cắt khoanh dài 3 phân, chẻ tư.

- Me vắt nấu lấy nước trong, lọc bỏ hột, nghệ giã nhỏ vắt lấy nước, tất cả cho vô nồi sườn bung khi sườn gần mềm.

(1) Loại hột màu đỏ, nhỏ như hạt tiêu, sào với mỡ ra màu rất đẹp, dùng nêm vào bún ốc, cà-ry, bún bung... gọi tên là hạt điều đỏ (mua ở chợ).

- Hành phi thơm, trút sườn vô đảo đều cho săn thịt rồi đến cà chua thái miếng, đậy nắp soong đun cho nhừ cà, chế nước sôi vô nấu nhỏ lửa nửa giờ.

- Ớt khô xào với dầu cho ra màu, rồi cho chuối xanh, đu đủ vô đảo đều nêm gia vị, trút sang soong sườn bung.

- Thịt sườn mềm, cho dọc bạc hà vô, sôi vài dạo bắc ra cho hành lá, tía tô thái nhỏ.

- Bún đơm vô tô, chan nước sườn bung thật nóng, ăn với các thứ rau ghém...

BÚN RIÊU BẮC

VẬT LIỆU:

+ *Cua đồng*	*1 kg*	+ *Dầu ăn*	*1 muỗng canh*
+ *Khế*	*2 trái*	+ *Nước*	*8 tô*
+ *Cà chua*	*4 trái*	+ *Mẻ*	*1 muỗng canh*
+ *Me vắt*	*1 muỗng canh*	+ *Bún*	*1 kg*
+ *Muối*	*1 muỗng cà-phê*	+ *Nước mắm*	*1 muỗng canh*
+ *Mắm tôm*	*3 muỗng cà-phê*	+ *Bột ngọt*	*1/2 muỗng cà-phê*

CÁCH LÀM:

Cua đồng bóc yếm cho vào nồi, đổ nước, quậy nhiều lần để cua nhả hết bùn dơ. Đổ cua ra rổ xóc đều với chút muối rồi rửa lại (làm vậy cua bị say khỏi quắp), bỏ mai, lột hết bọng cua rửa lại vài lần.

- Gạch cua gỡ riêng để vào chén, rửa lại nước.

- Mình cua giã nhỏ (rắc chút muối, thịt cua không văng dính áo). Đổ tô nước vào cối, bóp nhẹ cho ra hết thịt cua. Lấy nước, còn bã giã lại lần nữa, thêm nước quấy đều. Lấy nước thứ hai, rồi đổ chung 2 lần nước cua đó vào nhau, sau hết gạn lại lần chót cho hết sạn.

- Phi hành thơm, cà chua xắt miếng cho vô xào mềm, nêm gia vị mắm, muối, bột ngọt.

- Me vắt nấu canh có vị chua thanh, (nước trong), cho nửa chén nước vô xoong nhỏ nấu với me, lọc bỏ hột (dùng me trái, nước canh vẩn đục, chua gắt).

- Khế cắt bỏ cạnh, bổ làm năm cho vào canh riêu cua. Nhưng nấu khế, canh có màu xám không đẹp. (không dùng khế, khi ăn vắt chanh thay khế).

- Trước khi bắc nồi riêu cua lên bếp, quậy cho đều kẻo thịt cua lắng xuống dưới. Nước sôi, nổi váng cua, gạt nhẹ sang bên cho cà chua và nước me vô, vặn nhỏ lửa. Lọc nước mẻ cho vào đun sôi, bắc nồi canh riêu xuống.

- Hành phi thơm cho gạch cua vô xào sền sệt là được; hành lá xắt nhỏ, trút vô canh riêu nổi váng mỡ coi đẹp và ngon.

- Bún riêu ăn với rau chuối giá sống, rau muống chẻ, rau thơm, mắm tôm, chanh ớt. Khi ăn, hâm riêu cua thật nóng chan vô tô bún.

BÚN RIÊU TÔM

VẬT LIỆU: 10 tô

- *1 chén tôm khô*
- *1 hộp thịt cua*
- *3 kg xương heo*
- *3 cái trứng gà*
- *4 trái cà chua*
- *1 muỗng canh mắm tôm*
- *2 muỗng cà-phê hạt điều màu*
- *Bún, hành, rau thơm, giá*
- *Rau muống chẻ, kinh giới*
- *Muối, tiêu, ớt, me chua.*

CÁCH LÀM:

- Xương heo hoặc xương gà, rửa sạch nấu với 2 lít nước. Cho vô vài củ hành ta nướng cho thơm. Nước sôi hớt bọt nhiều lần vớt bỏ xương, lắng lấy nước trong, nêm chút muối, đường...

- Tôm khô ngâm nước cho mềm, vớt ra để ráo, giã nhỏ trộn với cua hộp.

- Đánh 3 hột gà trong chén cho tan đổ vô tôm khô đã trộn chung với cua quậy đều hơi nhão.

- Me nấu với chén nước sôi lọc bỏ bã lấy nước chua.

- Cà chua thật đỏ bổ làm 6 miếng.

- Nước lèo trên bếp sôi nhè nhẹ thả tôm, cua, trứng đã trộn vô, vặn lửa nhỏ, khi váng nổi, kéo soong ra cạnh bếp để cái dạt sang

Cõi Thiên Thai http://www.coithienthai.com

một bên. Thả cà chua vô rồi tới nước me, nêm gia vị vừa ăn, đừng quên mắm tôm.

- Dầu ăn đun nóng cho hạt điều vô quậy cho ra nước màu đỏ rưới láng trên gạch cua trong nồi. Rắc hành, ngò.

- Chan nước riêu tôm cua lên bún ăn nóng, muốn ăn chua nhiều vắt chanh.

B. CÁC MÓN CANH - XÚP - CÀ-RY

- Canh chua cá lóc
- Canh súng cá biển
- Canh bánh đa
- Cháo lòng
- Lẩu hải sản
- Xúp hải sản
- Xúp bia
- Xúp nụ hoa
- Xúp bí đao
- Xúp bò thập cẩm
- Xúp dưa hấu
- Cà-ry dưa hấu
- Cà-ry vịt (gà)
- Cà-ry cá