

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

- Dầu ăn đun nóng cho hạt điều vô quay cho ra nước màu đỏ rưới lán 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 súp 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

CANH CHUA CÁ LÓC (cá quả)

8

▣ VẬT LIỆU:

+ Cá lóc	1 kg	+ Rau om (rau ngổ)	1 bó
+ Xá	1 muỗng cà-phê	+ Tỏi	4 tép
+ Bạc hà (dọc mùng)	5 cọng	+ Đậu phộng rang	1 muỗng canh
+ Muối	1 muỗng cà-phê	+ Nước	4 tô
+ Hành khô	2 củ	+ Dầu ăn	2 muỗng canh
+ Ớt	1 trái	+ Me vắt	1 muỗng canh
+ Nước mắm	1 muỗng canh	+ Thom (dứa)	1 miếng
+ Bột ngọt	1/2 muỗng cà-phê	+ Đường	1 muỗng cà-phê
+ Tương hạt	1 muỗng canh	+ Cà chua	3 trái

▣ CÁCH LÀM:

- Cá đánh vẩy, mổ bụng, lấy bộ lòng ra rửa lại cho sạch, rạch trên mình cá 2, 3 khía. Chặt cá làm hai: ướp muối, tiêu, tỏi.

- Me vắt nấu với chén nước sôi, lọc bỏ hạt.

- Nước đổ vô song nấu sôi, thả cá vô rồi cho luôn cả nước me vô canh, hót bọt cho nước được trong.

- Hành dầu phi thơm cho cà chua đã thái miếng vô nêm nước mắm và bỏ tương hạt vô đảo cho thấm rồi cho sả băm nhỏ vô sau.

- Thom (dứa) xắt miếng nhỏ. Bạc hà tước vỏ, xắt vát xéo rắc chút muối bóp cho hết chất ngứa, xả nước vài lần cho hết mặn. Rau om ngắt bỏ ngọn (vì đắng), thái nhỏ rau om với hành ngò.

- Canh chua sôi vài lần hót bọt rồi cho những thứ trên vô song canh, nêm thêm gia vị: đường, ớt, muối.

- Trong tô để sẵn đậu phộng rang đã giã nhỏ và hành ngò. Canh nóng đổ vô tô, hành ngò nổi lên coi đẹp mắt.

- Canh chua có thể nấu với cá dứa, cá chim hay cá đồng cũng ngon, dùng để ăn cơm hoặc bún. Miền Nam, nấu canh chua không rán cá như miền Bắc vì chiên cá mất thì giờ, khi ăn không béo, cá bị xác. Dùng tỏi ướp cá cho át mùi tanh và cho giá vô canh chua.

- Miền Trung cho ớt nhiều hơn và rau ngò răng cưa (ngò gai) xắt nhỏ. Miền Bắc ít ăn chua và cay, không cho đường.

Chú ý:

Nấu canh chua phải hót bọt, không dậy nắp. Me trái không ngon bằng me vắt, canh chua nấu với me vắt, nước canh không chua gắt như me trái.

CANH SÚNG CÁ BIỂN

▣ VẬT LIỆU:

+ Cá chim hoặc cá da láng	1 kg	+ Tương hạt	2 muỗng canh
+ Nước	2 lít 500	+ Cà chua	4 trái
+ Me vắt	1 muỗng canh	+ Đậu phộng rang	3 muỗng canh
+ Rau om, hành, bột ngọt, tiêu, tỏi, muối		+ Nước mắm	2 muỗng canh
+ Sả băm nhỏ	1 muỗng canh	+ Đường	1/2 muỗng canh

▣ CÁCH LÀM:

- Cá làm sạch, khứa theo ý thích. Nấu 1 chén nước lã với me, để sôi 15 phút cho me ra hết hạt lọc lấy nước me, nước trong nồi thật sôi mới thả cá vào, nêm muối, nước mắm và bột ngọt.

- Tương vớt cái băm nhỏ.

- Bắc chảo đổ 4 muỗng canh dầu ăn để tỏi chiên vàng, cho cà chua và tương hạt băm nhỏ vào xào cho thơm. Cho sả vào phần nước tương đã vớt lúc nãy. Tất cả trút vào song canh.

- Củ hành xắt khoanh mỏng cũng cho vào nồi canh rồi hót bọt, rắc hành lá, rau om xắt nhỏ. Nhấc xuống múc ra tô rắc đậu phộng, ớt xắt khoanh.

- Ăn với bún và nước mắm, giấm, ớt.

CANH BÁNH ĐÀ

▣ VẬT LIỆU:

+ Cua đồng	1 kg	+ Nước mắm	2 muỗng canh
+ Nước	8 tô	+ Muối	1 muỗng cà-phê

- | | | | |
|------------|--------|-----------|--------------|
| + Bánh đa | 10 cái | + Dầu ăn | 1 muỗng canh |
| + Rau nhút | 1 bó | + Hành lá | vài cây |

□ CÁCH LÀM:

- Cua rửa sạch, bỏ yếm, bóc mai, lột bỏ bọng cua rửa lại để ráo nước.
- Trong mai cua có gạch, lấy đũa khều ra chén, đổ nước vô rửa lại vài lần.
- Minh cua bỏ vô cối giã nhỏ nhớ cho chút muối khi giã thịt cua không bắn ra ngoài.
- Cua giã xong, cho vô cối 2 tô nước khuấy đều, chắt nước cua qua nôi, vớt bã cua vắt ráo nước. Giã lại bã cua lần nữa rồi cũng làm như trên, gạn đi gạn lại, khi nào nước cua trong là được.
- Trước khi bắc nôi lên bếp, phải lấy đũa khuấy để cho thịt cua khỏi lắng dưới nôi. Canh sôi, thịt cua đóng váng nổi lên, bớt lửa, nêm gia vị.
- Nếu không có rau nhút, có thể thay bằng rau muống hoặc rau cần cũng được. Rau nhút nhặt bỏ cuống già, lấy cọng non ngắt từng khúc phân đem rửa sạch.
- Bánh đa bẻ từng miếng (thái cũng được) thả vô nôi canh đang sôi cho rau nhút vào, bắc ra liền.
- Gạch cua phi hành mỡ cho thơm, rưới trên mặt canh bánh đa.

CHÁO LÒNG

□ VẬT LIỆU: (10 tô)

- | | | | |
|------------------------------------|-----------|--------------|--------------|
| + Bao tử | 1/2 cái | + Lá mía | 1 cái |
| + Xương heo | 2 kg | + Gan heo | 100g |
| + Lưỡi heo | 1 cái nhỏ | + Huyết sống | 1/2 kg |
| + Nước | 3 lít | + Gạo | 1 chén |
| + Tim heo | 1 cái | + Phèo | 1 khúc |
| + Ruột heo | 1 khúc | + Nước mắm | 3 muỗng canh |
| + Bột ngọt, tiêu, hành lá, muối... | | | |

□ CÁCH LÀM:

Xương heo lựa mua xương ống, chặt khúc. Đổ 3 lít nước vô nôi nấu sôi thả xương heo vô, hớt bọt cho trong. Nấu một lát cho gạo vào, nêm nước mắm, bột ngọt.

- Lưỡi heo trụng nước sôi cạo sạch nhớt trắng cho vô nôi xương heo luộc mềm.

Phèo lựa mua khúc nào ngon (bóp nhẹ thấy trong ruột heo chảy ra chút lợn cợn trắng khi ăn không đắng) luộc với bao tử (bỏ nước). Tim, gan, lá mía, luộc với 2 lít nước nêm chút muối, lọc nước đổ cho vô nôi cháo.

- Huyết heo luộc riêng (bỏ nước) rồi xắt miếng cho vô cháo đã chín. Bớt lại 1 miếng huyết sống khi gần bắc ra, dầm nhỏ miếng huyết đó cho vô nôi cháo.

- Ruột heo rửa thật sạch cho hết mùi hôi, rồi nhồi huyết sống trộn với hành và rau răm cùng với vài miếng thịt mỡ nêm gia vị, sau khi nhồi cột hai đầu, lấy kim xâu khúc đôi thả vô nôi luộc (lối Bắc).

- Làm theo miền Nam: nhồi thịt mỡ và hành tỏi băm nhỏ vô ruột heo rồi đem chiên vàng. Khi ăn, xắt ra từng khoanh cho vô tô cháo (ngon và giòn).

Chú ý:

* Khi tra gạo vô nôi nấu nhỏ lửa nhưng không được cho vá hoặc đũa khuấy, hạt gạo bị đổ nhựa sẽ làm khô cháo (bén nôi).

* Cháo chín, nêm gia vị muối, bột ngọt. Trong tô để sẵn hành ngò xắt nhỏ. Sau khi múc cháo, rắc tiêu và nước mắm sau (không nên cho nước mắm vô trước cháo bị chua không ngon).

□ LUỘC LÒNG HEO GIÒN VÀ TRẮNG:

Đun nước thật sôi, thả lòng heo vô luộc, lúc lòng vừa chín tới, vớt ra, nhúng ngay vô chậu nước đá lạnh có pha phèn chua (1 lít nước, 1 miếng phèn chua tán nhỏ).

LẦU HẢI SẢN

▣ VẬT LIỆU:

- | | | | |
|--------------------|------------------|--------------------------------|-----------|
| + Xương ống heo | 1 kg | + 2 con mực tươi tía hoa | |
| + Dầu, cánh gà | 1 kg | + 1/2 chén nghêu | |
| + Tôm khô | 100g | + Ớt trái | 2 trái dỏ |
| + Khô mực | 2 con nhỏ | + Cần tàu | 100g |
| + Riềng | 1 nhánh | + Hành tây | 2 củ |
| + Xả | 4 cây | + Tỏi | 8 tép |
| + Me vắt | 50g | + Nấm rom búp | 200g |
| + Trái tắc | 10 trái | + Hành lá cọng to | 10 cọng |
| + Ớt bột | 1/2 muỗng cà-phê | + Muối, tiêu, đường, bột ngọt, | |
| + Thịt bò xắt mỏng | 200g | dầu ăn | |

▣ CÁCH LÀM:

- Xương heo, xương đầu cánh gà: rửa sạch. Cho 3 lít nước lạnh vào nồi nấu sôi, cho tất cả xương vào hầm thêm một chút muối, tôm khô, khô mực. Vặn lửa nhỏ, vớt bọt thường xuyên. Thấy thịt dính trong xương mềm là được. Lọc nước lèo qua miếng vải cho nước được trong, nêm gia vị vừa ăn.

- Hành tây: bóc vỏ, cắt làm 6 theo chiều dọc.

- Riềng: giã nhỏ cho chút nước sôi vào nồi vắt lấy nước.

- Nấm rom: gọt sạch chân, cho vào nước muối rửa sạch. Phi vài tép tỏi băm rồi cho nấm vào xào xò.

- Cần tàu: lật sạch cắt khúc ngắn 5cm.

- Tỏi đập dập, bóc vỏ băm nhuyễn, phi vàng.

- Ớt trái: cắt mỏng.

▣ CÁCH NẤU:

Nước lèo đã lọc đổ vào soong nấu lại cho sôi, thả hành tây, nước me (hay nước tắc) củ riềng, xả cây, tỏi phi sẵn, cần tàu, nấm rom, ớt bột, ớt trái, ngò gai, tiêu, muối đường, bột ngọt. Nêm cho vừa ăn.

Nước lèo (nước lẩu) sôi nhúng mực tươi, tôm tươi, nghêu, thịt bò phi-lê... Món này ăn nóng với mì hay bún gạo kèm rau sống.

XÚP HẢI SẢN

▣ VẬT LIỆU: 4 phần ăn

- | | |
|---------------------|--------------------------------------|
| + 1 con cá sống | + 1 tách rượu vang trắng |
| + 8 con tôm | + 1 muỗng cà-phê xốt cà chua |
| + 2 con cua thịt | + 1 nhúm bột nghệ |
| + 12 con chem-chép | + Lá nguyệt quế, ngò, thìa là hạt... |
| + 2 lít nước hầm cá | + Muối, tiêu, đường... |

▣ CÁCH LÀM:

- Cá biển thứ có vẩy: cá song, cá hồng... làm sạch. Cá lớn xắt 2, cá vừa để nguyên, ướp gia vị.

- Tôm rửa sạch, cắt bỏ mắt và râu. Cua làm sạch, bỏ mai, đập chày đập dập, mỗi con chia hai.

Chem chép cọ rửa sạch hấp lửa to, lựa bỏ con nào miệng không mở (những con này hư).

- Dưới soong lót rau ngò tây, lá nguyệt quế, thìa là, tỏi, xốt cà chua.

- Đổ 2 lít nước hầm vô soong đun sôi, thả cá, tôm, cua, chem chép vô nấu vừa chín (không đập nắp), rưới rượu rắc bột nghệ, nêm gia vị.

▣ NƯỚC XỐT TỎI:

- | | |
|---------------------|----------------------------|
| + 6 tép tỏi băm nhỏ | + 1 muỗng canh vụn bánh mì |
| + 1 trái ớt tây dỏ | + Muối, tiêu, đường... |
| + 1 chút ớt bột | |

- Phi tỏi thơm với dầu ăn, cho ớt tây đã băm nhỏ vô xào, rắc vụn bánh mì, rưới chút nước xúp cá vô nấu cho sánh, nêm muối, tiêu.

▣ TRÌNH BÀY:

- Khi ăn, vớt cua, cá, tôm ra đĩa. Bày những khoanh chanh thái mỏng (lột da cá bỏ đi).

- Một đĩa bánh mì xắt hạt lựu nướng giòn.

- Rưới 2 muỗng canh nước xốt tỏi lên liền xúp hải sản, múc ra đĩa.

XÚP BIA

□ VẬT LIỆU: 2 phần ăn

- | | |
|------------------------|------------------------|
| + 2 lon bia | + 4 muỗng xúp kem tươi |
| + 1 muỗng cà-phê đường | + 1 chút bột quế |
| + 2 lòng đỏ trứng | + Muối, tiêu... |

□ CÁCH LÀM:

- Cho bia, đường vô soong đun sôi, quậy đều cho đường tan, bắc ra.

- Đánh lòng đỏ trứng trong tô, rưới kem tươi (hiệu bông hồng) vô.

- Đong 1/4 tách bia nóng trong soong đổ vô tô trứng, kem trộn đều.

- Rắc bột quế, muối, tiêu... vô xúp quậy đều trên bếp (lửa nhỏ) cho tới khi xúp sánh sệt, nêm vừa miệng, ăn nóng.

Chú ý:

Để lâu xúp bia nguội, phải hâm nóng cách thủy. Đừng đun sôi.

XÚP NỤ HOA

□ VẬT LIỆU: 4 phần ăn

- | | |
|------------------------------|-------------------------------------|
| + 2 chén nước hầm gà | + 2 muỗng canh đậu bi (đậu Hòa Lan) |
| + 1 thân gà luộc chín xé sợi | + 1 miếng giò lụa thái chỉ |
| + 1 chén thịt heo xay | + 1 củ cà-rốt xắt sợi nhỏ |
| + 2 miếng dăm-bông thái rời | |
| + 10 nấm tươi | |

□ CÁCH LÀM:

- Xương cổ, cánh gà, nấu nước leo để làm nước xúp.

- Nước thật sôi thả xương vô nấu lửa lớn, hớt bọt. Nướng hành, gừng thả vô soong xúp cho thơm, nêm gia vị.

□ NỤ HOA:

- | | |
|------------------------------|---------------------------|
| + 2 trứng gà | + 1 muỗng cà-phê nước mắm |
| + 2 muỗng cà-phê rượu sherry | |

- Đánh trứng gà cho tan lòng đỏ và lòng trắng cùng với rượu sherry, nước mắm. Thoa dầu ăn láng chảo tráng trứng mỏng đều khắp lòng chảo (chảo sâu lòng). Tô lớn thoa dầu, đặt miếng trứng vô đó.

- Thăn gà, heo xay, dăm-bông, nấm tươi, đậu bi, giò lụa cà rốt trộn đều. Tất cả những hỗn hợp đó đổ vô miếng trứng, gấp lại cho vén khéo, úp đĩa lên đem hấp 30 phút.

□ TRÌNH BÀY:

- Đặt nụ hoa bao trứng vào tô súp lớn bằng thủy tinh: khía tách nụ hoa làm 6. Đổ nước xúp nóng vô, rắc hành ngò.

XÚP BÍ ĐAO

□ VẬT LIỆU:

- | | | | |
|-------------------|----------|--|--------|
| + Bí nhỏ | 3 quả | + Cà-rốt | 2 củ |
| + Giò sống | 1/2 chén | + Nấm Đông-cô | 10 tai |
| + Thịt heo nạc | 1/2 chén | + Nước leo (hầm 2 kg xương heo và dầu cánh gà) | |
| + Thăn gà | 1/2 chén | + Gia vị, ngò | |
| + Dăm-bông | 1/2 chén | | |
| + Đậu Hòa Lan hạt | 1/2 chén | | |

□ CÁCH LÀM:

- Bí cắt làm 2, khoét ruột, thành 6 chén bí, gọt vỏ.

- Thăn gà, thịt heo, dăm-bông: xắt hạt lựu.

- Cà-rốt: 1 củ tía hoa luộc sơ, 1 củ luộc sơ xắt hạt lựu nhỏ.

- Đậu Hòa Lan: luộc sơ với chút muối.

- Nấm Đông cô: ngâm nước cho nở, cắt bỏ chân nấm, xắt hạt lựu.

- Trộn chung: Giò sống, thăn gà, thịt heo, dăm-bông, cà-rốt xắt hạt lựu, 1/2 đậu Hòa Lan, nấm Đông cô và gia vị.

- Múc nhân nhồi vào những chén bí đã khoét ruột.

- Xếp bí vào nồi, đổ 2 lít nước leo vào hầm chừng 15 phút. Bì chín múc xếp vào tô, rải 1/2 đậu Hòa Lan và cà-rốt tía hoa xung quanh bí rắc vài cọng ngò. Ăn nóng.

XÚP BÒ THẬP CẨM

□ VẬT LIỆU: 4 phần ăn

- + 3 khoanh thịt bò
- + 2 củ khoai tây
- + 4 nhánh cần tây
- + 2 củ cà-rốt
- + 2 củ cải tròn
- + 2 củ hành tây nướng
- + Muối, tiêu, đường...

□ CÁCH LÀM:

- Miếng thịt đùi bò tròn (đã cưa) có khúc xương ở giữa, dùng để nấu xúp.

- Nước trong nồi sôi, thả thịt bò vào nấu ngập nước (lửa to). Hớt bọt nhiều lần, hầm âm ỉ chừng 2 giờ, nêm gia vị...

- Các thứ rau: cần tây, cà-rốt, củ cải, khoai tây... xắt hạt lựu lớn cho vào hầm chung với xương và hành nướng. Vừa nhừ, bắc ra, để thật nguội.

- Cắt vỏ tủ lạnh 1 đêm. Vớt bỏ váng mỡ bò đọng trên mặt nồi xúp, đun sôi lại, vớt xương ra lóc lấy thịt.

□ NƯỚC XỐT CÀ:

- + 1 muỗng canh dầu ăn
- + 2 trái cà chua
- + Muối, tiêu, đường

- Cà chua cắt làm 8 miếng, cho dầu vào chảo đun sôi, bỏ cà vào xào nhừ, mềm, lọc bỏ bã nêm gia vị: muối, tiêu...

- Trút cà chua vào nồi xúp bò cho thịt bò vào nấu chung, vặn lửa nhỏ, nêm nêm vừa miệng.

XÚP DƯA HẤU

□ VẬT LIỆU: 6 phần ăn

- + 1 trái dưa hấu tròn 4 kg
- + 2 thân gà xé nhỏ tòi
- + 1 khoanh giò lụa xắt rối
- + 3 miếng dăm-bông thái chỉ
- + 1 tách hạt sen luộc mềm
- + 1 củ cà-rốt thái sợi

- + 8 nắm hương thái chỉ
- + 12 trứng cút luộc chín

- + 2 muỗng canh đậu bi (đậu Hòa Lan)
- + 2 lít nước hầm gà

□ CÁCH LÀM:

- Xương cổ cánh gà nấu lấy nước ngọt hành tây mực khô, gừng nướng vàng cho vào mới có vị thơm đặc biệt của xúp.

- Nước hầm gà đun sôi cho thân gà, giò lụa, dăm-bông, hạt sen, cà-rốt, nấm, trứng cút, đậu bi vào nấu, nêm gia vị.

- Dưa hấu cắt phần đầu khoét bỏ hạt và 1 phần ruột, xẻ rãnh xung quanh miệng trái dưa. Đổ nước xúp đã có đủ những hỗn hợp thập cẩm vào trái dưa. Phần cắt đầu trái dưa, làm nắp.

- Đặt trái dưa vào tô thủy tinh lớn hoặc khuôn nhôm tròn để vào xấp hấp, 1 giờ hay khi trái dưa vừa chín là được.

□ TRÌNH BÀY:

- Đặt trái dưa vừa hấp nóng lên bàn. Nước xúp và cái, ăn chung. Dùng muỗng nạo phần ruột dưa đỏ ăn với xúp rất ngon và mát, cắt xón dần trái dưa khi nước xúp và cái cạn (ăn hết tới đâu, cắt bớt vòng dưa tới đó).

CÀ-RY DƯA HẤU

□ VẬT LIỆU:

- + Dưa hấu 1/2 trái
- + Dầu ăn 2 muỗng canh
- + Bột cà-ry 1 muỗng cà-phê
- + Bột ớt 1 muỗng cà-phê
- + Nước hầm gà 1 chén
- + Tỏi băm nhuyễn 3 tép
- + Nước chanh tươi 1 muỗng canh
- + Đại hồi hình ngôi sao 1 cái
- + Nước dưa hấu 1 ly
- + Muối, tiêu, đường...

□ CÁCH LÀM:

- Xắt dưa hấu hình con cò (khối vuông)

- Nước dùng xương cổ cánh gà lọc lấy 1 chén; nếu nấu chay: xay máy sinh tố đông lấy một ly nước dưa hấu đỏ.

- Cho dầu ăn vào chảo phi thơm với tỏi (nếu ăn chay dùng tỏi

tây thái vụn) chế nước dưa hấu vò, nêm gia vị: muối, tiêu, bột ớt, bột cà-ry hoặc màu vàng của nghệ bột, cho hồi hương vào nấu chung khi nào ăn vớt bỏ.

- Đun nhỏ lửa nước hơi sánh đặc, rắc chút đường (nếu dưa ngọt khỏi nêm đường) vắt chanh rồi cho ruột dưa đã xắt hình khối vô nấu chung chừng 3 phút là chín.

□ **TRANG TRÍ:**

- Dùng trái dưa hấu cắt 1/3 phần trên làm nắp, phần dưới nạo hết ruột dưa, cắt răng cưa miệng trái dưa, đổ món cà-ry dưa hấu vô đem chung hấp 15 phút rắc hành ngò (ăn nóng) múc mỗi thực khách một chén nhỏ.

- Bị bệnh tiểu đường, cổ họng đau, thận hư dùng ruột dưa hấu xay lấy nước uống hàng ngày có tác dụng lợi tiểu, hạ hỏa...

- Dưa hấu nếu để gần gạo nếp hay nước com rượu dễ bị hư rữa.

CÀ-RY VỊT (GÀ)

□ **VẬT LIỆU:**

- | | | | |
|----------------|--------------|--------------------------------|--------------|
| + Vịt | 1 con | + Hành ta | 8 củ |
| + Dừa khô | 1/2 trái | + Hành tây | 1 củ |
| + Sả | 4 củ | + Ớt | 2 trái |
| + Cà-ry chai | 1/2 chai | + Bột mì | 1 muỗng canh |
| + Khoai tây | 1/2 kg | + Lá cà-ry | 1 cành tươi |
| + Cà chua tươi | 2 trái | + Gừng | 1 miếng |
| + Cà chua hộp | 1 muỗng canh | + Muối, tiêu, bột ngọt, xì dầu | |
| + Tỏi | 8 tép | | |

□ **CÁCH LÀM:**

- Dừa nạo nhỏ, vắt nửa chén nước cốt dừa, chế thêm nước sôi vô xác dừa vắt lấy 4 tô nước dừa dảo (nước nhè).

- Vịt chặt miếng; ướp gia vị: muối, tiêu, bột ngọt, cà-ry. Nước gừng giã nhỏ, vắt nước ướp vịt chừng 1 giờ.

- Khoai tây chiên vàng (cắt miếng vuông có góc cạnh khi nấu mềm khoai không bị bể).

- Hành tỏi phi thơm với dầu ăn, cho cà chua hộp vô xào chung với cà chua thái miếng. Cà mềm, cho vịt đã ướp gia vị vô đảo qua rồi trút vào nồi cùng với nước dừa dảo, nấu mềm.

- Củ sả, ớt trái thả vô nồi cà-ry. Gân bắc ra cho hành tây thái miếng và lá cà-ry tươi (mua ở chợ).

- Vịt mềm, trút khoai tây đã chiên vô. Nấu một lúc rồi hòa bột mì quậy với một chút nước thêm vào, nấu hơi sền sệt (sanh sánh).

- Nước cốt dừa cho sau, rồi bắc ngay xuống.

CÀ-RI CÁ

□ **VẬT LIỆU: 4 phần ăn**

- | | |
|--------------------------|-----------------------------|
| + 4 khúc cá tươi | + 1 cây tỏi tây |
| + 1 muỗng canh bột cà-ri | + 2 trái cà tím |
| + 1 lon nhỏ sữa tươi | + Ớt, bột mì, nước cốt dừa |
| + 1 trái dưa leo | + Maggi, muối, tiêu, tỏi... |
| + 2 nhánh cần tây | |

□ **CÁCH LÀM:**

- Rửa sạch khúc cá để ráo xát muối tiêu, tỏi, xì dầu của Pháp (maggi) dùng vô ướp. Chảo nóng, cho cá vô chiên vàng.

- Dưa leo rửa sạch lau khô vỏ, bổ đôi theo dọc quả, bỏ ruột thái xéo mỏng; ớt Tây rạch đôi, bỏ hạt, thái miếng, ướp giấm cùng với dưa leo. Cà tím bổ đôi thái khúc, ngâm nước. Tỏi tây tước bỏ lá già. CẦN Tây rửa sạch đập dập, cuống xắt khúc.

- Bột cà-ri, bột mì hòa với sữa quấy tan đều. Phi thơm tỏi. Cho tô nước bột vô chảo nóng, quấy nhanh bột chín trong. Bỏ dưa leo, cà tím, ớt vô đảo đều. Sau đó cho cần, tỏi tươi xào vừa chín tái.

- Tiếp theo bỏ cá đã chiên vô rưới nước cốt dừa đảo nhẹ tay chừng 10 phút, múc cà-ri cá ra đĩa sâu lòng, rắc tiêu. Ăn nóng với bánh mì ổ hoặc bún.