- Sữa tươi hòa tan với bột bắp, đổ viên nước hầm cá vô quậy đều, rồi đặt lên bếp nhỏ lửa quậy cho tới khi sánh sệt nêm nếm vừa miệng, đổ nước kem sữa vô.

- Đồ biển đã thái nhỏ cho vô soong nước xốt, nấu vừa nóng, bắc ra.

□ TRÌNH BÀY:

- Xếp măng tây tươi đã luộc chín vô đĩa bầu dục, rưới nước xốt đồ biển lên trên. Tỉa mấy bông hoa ớt thật đỏ, ngâm nước cho xòe cánh, bày chung quanh đĩa.

G. CÁC MÓN THỊT KHÁC

- Chim sẻ nướng
- Ếch chiên giòn
- Lươn nướng chả
- Lươn bung chuối
- Miến lươn
- Thỏ nấu nấm
- Dê nấu giả cầy
- Chạo dê

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

CHIM SẺ NƯỚNG

VẬT LIỆU: 4 phần ăn

+ *30 con chim sẻ*
+ *2 cái lạp xưởng*
+ *1 muỗng canh xì dầu*
+ *1 muỗng canh mật ong*
+ *1 muỗng canh bột năng*
+ *1 muỗng canh dầu mè*
+ *1 muỗng canh chanh tươi*
+ *2 muỗng canh rượu thơm*
+ *1 muỗng cà-phê bột đỏ xá-xíu*
+ *1/2 muỗng cà-phê bột ngũ vị hương*
+ *Muối, tiêu, dầu ăn...*

CÁCH LÀM:

Mua chim sẻ nhỏ, rửa sạch từng con để ráo. Gia vị trên trộn chung ướp vô chim sẻ, thỉnh thoảng đảo đều cho ngấm mắm muối.

- Lạp xưởng xắt khoanh tròn xéo cỡ lóng tay út nhét vô bụng chim. Có nơi dùng đậu phộng chiên ăn cũng ngon nhưng không thơm đậm đà như lạp xưởng.

- Xiên que tre 5 con cặp vô vỉ nhôm đặt lên than vạc lửa nướng, hoặc cho vô lò nướng quay thơm ngon và tiện hơn.

CÁCH LÀM TỔ CHIM BẰNG KHOAI TÂY: 1 ổ

+ *1 củ khoai tây 100g*
+ *1 muỗng canh bột mì*
+ *1 lít dầu ăn*

- Khoa gọt vỏ, thái chỉ trộn với bột mì.

- Rây sương sương lớp bột mì chung quanh rổ lưới.

- Rải khoai tây đều khắp trong lòng rổ lưới[1].

- Dầu thật sôi, đặt cái vá (muôi) nhôm đè lên khoai, nhúng vô chảo dầu đầy ngập rổ khoai, vặn nhỏ lửa. Khoai hanh vàng, nhẹ gỡ vá ra, một lát khoai chín vàng lấy ra khỏi chảo, để ráo, khẽ nậy ổ chim ra khỏi rổ lưới.

---

(1) Rổ lưới bằng nhôm tròn có tay cầm to 2 rổ lưới kẹp vô nhau đè lên khoai khi chiên rồi lấy ổ chim ra rất tiện hoặc nướng bằng lò nướng sẽ lẹ và giòn ngon hơn.

CÁCH LÀM TRỨNG CHIM:

+ *1 củ khoai tây 100g*
+ *2 muỗng canh bột mì*
+ *1 lòng đỏ trứng gà*
+ *Muối, tiêu, bơ...*

- Khoai tây luộc chín, tán nhỏ trộn với bơ, muối, bột mì, lòng đỏ hột gà nhồi đều rồi viên nhỏ tí như trứng chim sẻ đem rán vàng đặt vô tổ chim. Dưới ổ chim lót rau xà lách soong.

ẾCH CHIÊN GIÒN

VẬT LIỆU: 6 phần ăn

+ *6 con ếch*
+ *1 chén thịt nạc heo xay*
+ *6 nấm hương*
+ *1/2 củ hành tây*
+ *1 chén bột mì*
+ *2 muỗng canh bột năng*
+ *2 hột gà*
+ *1 muỗng canh rượu trắng*
+ *Muối, tiêu, chanh, gừng, ngò, mỡ chài*

CÁCH LÀM:

- Ếch làm sạch lột da chặt bỏ chân, xương sống, ngâm trong nước có pha rượu trắng, nước chanh, nước gừng cho hết nhớt.

- Rút bỏ xương ếch, ướp muối, tiêu cho thấm.

- Nấm hương ngâm nước cho mềm, rửa sạch vắt ráo bỏ chân nấm băm vụn.

- Hành, tỏi bóc vỏ băm nhỏ vắt nước hành.

- Thịt ếch, nấm, hành, tỏi trộn chung trong tô cùng vài lá ngò xanh cho có vị thơm và đẹp.

- Mỡ chài rửa nhiều nước, vắt ráo, cắt miếng vuông nhỏ cỡ bàn tay trải lên thớt, xúc 2 muỗng canh nhân thịt ếch vô cuốn lại giống chả giò, đem tẩm hột gà, lăn qua hỗn hợp bột mì và bột năng.

- Dầu ăn trong chảo nóng giờ thả vô chiên chín vàng gắp ra đĩa có lót giấy thấm dầu. Khi nào ăn chiên lại lần thứ hai mới giòn ngon. Dùng kéo cắt khoanh tròn nhỏ.

Ếch chiên giòn cuốn với rau diếp (xà lách dài) và các loại rau thơm chấm nước mắm chanh, ớt, tỏi...

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

NƯỚC MẮM PHA:

+ *1 chén nước mắm*
+ *1 muỗng canh đường*
+ *1/2 chén nước lọc*
+ *4 tép tỏi vụn*
+ *1/2 trái chanh*
+ *2 trái ớt*

LƯƠN NƯỚNG CHẢ

VẬT LIỆU:

+ *Lươn* 2 con
+ *Thịt ba chỉ* 200g
+ *Sả băm* 1 muỗng canh
+ *Nước nghệ* 1 muỗng canh
+ *Nước riềng* 1 muỗng canh
+ *Rượu Mai Quế Lộ* 1 muỗng canh
+ *Hành, tỏi, đậu phộng*
+ *Muối, tiêu, đường...*
+ *Rau thơm, ngò gai, rau om*

CÁCH LÀM:

- Thịt ba chỉ xắt miếng lớn. Ướp thịt với nước hành, tỏi, sả bằm, nước củ riềng và rượu mai quế lộ với nghệ.

- Lươn: cạo sạch, lạng lấy 2 miếng nạc 2 bên, xong cắt từng miếng dài khoảng 2 phân. Ướp vào lươn: nước hành, tỏi, sả bằm, nước củ riềng và nghệ.

- Ướp thịt và lươn độ 30 phút thì dùng xiên nhọn ghim xen kẽ cứ 1 miếng thịt 1 miếng lươn. Để lên than nướng cho vàng đều. Xong bày lên đĩa rưới hành phi thơm và rắc đậu phộng lên.

- Dọn ăn nóng chấm nước mắm me.

NƯỚC MẮM ME:

+ *1/2 chén nước lọc*
+ *1 muỗng canh đường*
+ *1 muỗng canh nước mắm*
+ *4 tép tỏi băm vụn*
+ *2 trái ớt đỏ bầm nhuyễn*
+ *2 muỗng canh nước cốt me*

LƯƠN BUNG CHUỐI

VẬT LIỆU:

+ *Lươn 1 con* 700g
+ *Sườn heo* 500g
+ *Dọc mùng (bạc hà)* 1 cây
+ *Đu đủ xanh* 1/2 trái
+ *Chuối già xanh* 4 trái
+ *Cà chua* 4 trái
+ *Nghệ, củ riềng, mắm tôm, me vắt hoặc mẻ*
+ *Lá tía tô, hành lá, nước mắm, muối, tiêu, đường, bột ngọt*

CÁCH LÀM:

- Lươn: làm sạch, cắt khúc dài độ 3cm. Ướp: gia vị và tỏi bằm

- Sườn heo: chặt miếng, ướp giống như ướp lươn.

- Bạc hà: tước vỏ, thái xéo, bóp chút muối, rửa nhiều nước.

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

- Chuối xanh: tước vỏ, cắt khoanh dài 3cm, chẻ làm tư.

- Me: ngâm nước nóng, vắt lấy nước chua bỏ hột.

- Nghệ và củ riềng: gọt vỏ, giã nhỏ, vắt lấy nước cốt (chừng 2 muỗng xúp).

- Lá tía tô: xắt sợi.

- Cà chua: cắt làm 8.

CÁCH LÀM:

- Bắc chảo dầu chiên lươn cho vàng. Xếp ra dĩa.

- Phi thơm hành tỏi, trút sườn vô đảo đều cho thịt săn lại, đ 2 lít nước vào nấu chừng 30 phút cho chuối xanh, đu đủ, cà chu vào nấu cho mềm. Đổ nước nghệ, củ riềng, nước me vào. Nêm gia v cho đậm đà.

- Cuối cùng cho bạc hà vô để sôi 1 chút rồi bắc xuống cho hàn lá và lá tía tô vào. Nêm 1 muỗng cà-phê mắm tôm.

- Bún đơm vô tô, chan nước sườn bung thật nóng lên, xếp 3 khu hay 4 khúc lươn và rải ngò lên. Ăn với các thứ rau ghém.

MIẾN LƯƠN

VẬT LIỆU:

+ *2 con lươn vàng mập*
+ *100g bún tàu (miến)*
+ *20g nấm mèo sợi*
+ *4 củ hành ta*
+ *6 cây hành lá*
+ *Muối, tiêu, đường*
+ *Nước mắm, ngò, rau răm*

CÁCH LÀM LƯƠN:

Hòa nước muối tương đối đặc hoặc nước vôi trắng vô thùng, thả lươn vào đậy kỹ. Sau 30 phút ngâm nước muối lươn bị xót tự quậy mạnh sẽ ra nhớt, dùng rơm hay sơ mướp tuốt rửa sạch. Trụng qua nước nóng tuốt lại lần nữa, thấm khô rồi mổ lươn, moi bỏ hết ruột, nặn đường máu nơi xương sống lươn - (khi mổ xong thấm thật khô trong bụng lươn tuyệt đối không rửa nước lã) chặt bỏ đầu lươn.

- Hấp chín hoặc nướng (xiên que tre vô mình lươn đốt lửa rơm) da lươn nút bóc bỏ, gỡ lấy thịt. Xương lươn nấu mềm giã nhỏ lọc lấy nước.

- Hành phi thơm với dầu ăn cho thịt lươn vô xào nêm nước mắm, tiêu, đường... xào đảo thật săn.

- Nước xương lươn đã lọc sạch, nấu sôi nêm gia vị cho miến đã ngâm mềm cắt sợi ngắn vô nấu vừa chín. Thêm nấm mèo, rau răm, ngò, hành lá, thịt lươn đã xào thơm.

- Múc miến lươn ra tô, bày thịt lươn lên trên mặt tô rắc lá ngò xanh và tiêu.

THỎ NẤU NẤM

VẬT LIỆU:

+ *Thỏ*	*1 con*	+ *Xì dầu*	*1 muỗng canh*
+ *Rượu trắng*	*2 muỗng canh*	+ *Hành tây*	*1 củ*
+ *Muối*	*1/3 muỗng cà-phê*	+ *Cà chua*	*4 trái*
+ *Tỏi*	*1 củ*	+ *Nấm rơm*	*200g*
+ *Tiêu*	*1/4 muỗng cà-phê*	+ *Đường*	*1 muỗng cà-phê*
+ *Bột ngọt*	*1/2 muỗng cà-phê*	+ *Ớt*	*1 trái*
+ *Hành ta*	*10 củ*	+ *Lá nguyệt quế*	*6 lá*

CÁCH LÀM:

- Thỏ lột da lau sạch bằng rượu trắng chặt miếng to ướp gia vị muối, tiêu, bột ngọt, hành tỏi, giã nhỏ, xì dầu, lá nguyệt quế.

- Dầu sôi chiên từng miếng thịt thỏ vàng đều.

- Nấm rơm cạo phấn đen, ngâm nước muối, rửa sạch, chẻ hai.

- Cà chua xay nhỏ lọc lấy nước, hành tây xắt miếng, tỏi hành ta bằm nhỏ. Phi hành thơm, cho tỏi và hành tây vô đảo sơ, trút nước cà chua vô xào cùng với nấm.

- Nước gia vị ướp thỏ để chung với nước xốt cà chua, cùng với trái ớt và chút đường đổ vô nồi thịt thỏ đã rán vàng, hầm nhỏ lửa, 30 phút sau thỏ mềm, bột năng hòa với chút nước chế vô nấu hơi sền sệt là được, vớt bỏ lá nguyệt quế.

DÊ NẤU GIẢ CẦY

VẬT LIỆU: 4 phần ăn

- *1 kg thịt dê thui vàng*
- *1 củ nghệ nhỏ (hoặc bột nghệ)*
- *2 muỗng canh mẻ*[1]
- *1 nhánh riềng tươi*
- *1 muỗng canh mắm tôm*
- *4 tô nước hầm bò (1 lít)*
- *Hành lá, tỏi, sả...*
- *Nước mắm, muối, tiêu...*

CÁCH LÀM:

- Dê để ăn thịt phải vừa độ chừng 1 năm; dê nuôi trên núi hay đồng ruộng ăn ngon, ít hôi.

- Cắt tiết dê và hứng nước tiết sống hòa với rượu uống rất bổ.

- Sau khi lấy hết huyết, dội nước sôi và cạo lông như làm lông heo (lợn).

- Rửa thật kỹ cho hết mùi hôi dê, mổ bụng lấy bộ lòng ra, làm sạch bằng rượu trắng. Khâu bụng dê lại.

- Xiên nguyên con dê bằng thanh nhôm tròn nhọn, đặt lên lò lửa để thui dê hoặc để dê lên vỉ thiếc dưới đốt lửa, xoay trở cho da vàng đều (thui dê bằng rơm rạ ngon hơn).

1) - Riềng cạo vỏ thái lát mỏng.

- Nghệ rửa sạch giã nhỏ hòa muỗng nước sôi trộn đều, vắt lấy nước làm màu.

- Sả bỏ nang cứng, đập dập băm vụn.

- Hành lá đập củ thái khúc ngắn.

- Mẻ, và mắm tôm nghiền nhỏ lọc bỏ bã.

2) - Thịt dê thui cạo sạch, rửa kỹ, chặt miếng vuông to ướp riềng, nghệ bột, mắm tôm, nước mắm, muối, tiêu... 1 giờ. Thỉnh thoảng xóc lên cho thịt ngấm gia vị...

---

(1) Thay mẻ bằng nước me chua.

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

3) - Dầu ăn đun nóng bỏ sả và tỏi vô phi vàng thơm, cho thịt dê đã ướp gia vị vào xào chín cho săn lại (lửa lớn).

- Rưới nước mẻ đặc vô, đậy vung đun 10 phút; thịt thấm mắm, muối, chế nước lèo (nước hầm bò) vừa sâm sấp, đun nhỏ lửa om cho thịt chín, thỉnh thoảng đảo đều nước sánh sệt là được.

4) - Thịt chín nhừ, nêm nếm vừa ăn rắc dọc hành, đảo nhanh tay múc ra tô.

- Trang trí bằng lá ngò xanh.

CHẠO DÊ (THỊT BÒ)

NGUYÊN LIỆU:

+ *Thịt bò phi-lê* 500g
+ *Thịt heo ba chỉ* 150g
+ *Bì heo xắt sợi* 100g
+ *Thính gạo* 2 muỗng canh
+ *Cà-rốt* 1 củ
+ *Rau + giá + xà-lách + bánh tráng*
+ *Muối, tiêu, đường, bột ngọt, tỏi bằm, xì dầu và dầu ăn.*

CÁCH LÀM:

- Thịt bò: thấm khô, cắt dọc làm đôi. Ướp thịt bò: tiêu, muối, đường, bột ngọt, tỏi bằm, xì dầu, để 15 phút cho ngấm gia vị.

- Rau, xà-lách, giá: rửa sạch để ráo.

- Bánh tráng: ủ lá chuối qua đêm cho dẻo.

- Tỏi: bằm nhuyễn, phi vàng.

Cà-rốt: gọt vỏ, xắt chỉ, ngâm giấm đường làm đồ chua cho vào chén nước mắm.

- Bắc chảo lên bếp, cho 2 muỗng xúp dầu ăn vào. Vặn lửa lớn, cho thịt vô chiên, thịt vàng bên ngoài bên trong vẫn còn hơi sống, vớt ra để ráo dầu, xắt mỏng rồi thái sợi.

- Thịt ba chỉ: luộc chín với chút muối, xắt sợi.

- Trộn: thịt bò, thịt ba chỉ, bì heo, tỏi phi vàng, muối, tiêu, đường, bột ngọt và thính gạo cho đều, nêm vừa ăn. Xếp ra dĩa.

CÁCH DÙNG:

- Lấy bánh tráng, để rau sống lên, trên để thịt cuốn lại chấm nước mắm chanh ớt, hay tương cự đà.

PHẦN IV

Các món ăn Trung Hoa

A. Các món ăn chế biến từ thịt gia cầm và gia súc

B. Các món ăn thủy sản

C. Cơm - canh - xúp - lẩu và các món ăn khác

D. Các món bánh - xôi - chè