

### □ VẬT LIỆU:

- + Bột mì số 11 1kg
- + Nước không phèn, không mặn và không có vôi

### □ CÁCH LÀM:

- Một lít nước lã pha 10g muối, đun sôi 10 phút đoạn bắc ra cho nguội dần (50°).

- Rây 1 kg bột mì vào chậu, từ từ đổ nước ấm, bóp, nhồi thật kỹ độ 15 phút. Bột với nước ấm thành sền sệt. Không nên cho nhiều nước quá, vừa đủ thôi, bột lỏng ít mì căn.

- Cho cục bột đã nhồi rồi vào túi vải rộng 20 x 30 phân, túm miệng lại cột dây.

- Nhúng túi bột vào chậu nước lã, ngâm bột cho ướt túi, đoạn bóp mạnh và kỹ, túi phải luôn luôn ngập nước. Khi bóp túi tinh bột ngấm ra ngoài làm trắng nước trong chậu. Bột dẻo ở lại trong túi là mì căn. Phải bóp túi bột trong 8 hay 9 chậu nước khi nào thấy nước gợn trong, là được mì căn rồi.

- Mở túi ra, lấy mì căn nặn thành thỏi tròn, đường kính 4 phân, dài 10 phân.

- Để thỏi mì căn vào xúng (hay chỗ thổi xôi) hấp chín. Lấy ra ngoài để nguội làm các món ăn chay.

- Bánh phồng tôm chay

- Bánh bông lan chay

- Buche Noël chay

- Bánh lá chay

- Bánh hạt vẹt chay

- Bánh hời thịt bò

## BÁNH PHÒNG TÔM CHAY

### ▣ VẬT LIỆU PHẦN I:

+ Khoai tây	500g	+ Bột năng (đào)	100g
+ Tỏi tươi	1 củ	+ Mật nang <sup>(1)</sup>	1 muỗng cà-phê

### ▣ CÁCH LÀM:

Khoai rửa sạch, luộc chung với củ tỏi tươi cho thơm, nấu chín, lột vỏ. Cho khoai vào cối giã nhuyễn, rắc bột năng vào cối chung, rồi cho mật nang vô nhồi đều cùng với gia vị.

### ▣ VẬT LIỆU PHẦN II:

+ Bột ngọt	1 muỗng cà-phê
+ Đường phèn	1 muỗng cà-phê

- Đổ khối bột trên bàn nhồi nhiều lần (20 phút) cho thật mịn. Để miếng bột khoai trên lá chuối, thoa dầu ống cán, lăn mỏng miếng bột theo chiều dài của lá. Dem hấp chín, để nguội. Lấy kéo cắt tròn hoặc chữ nhật, xẻ chính giữa, lột chéo như cà-vạt (nơ) đem phơi nắng thật khô.

### ▣ CÁCH LÀM:

- Ngắt bột từng viên như quả táo. Cắt lá chuối ra từng miếng vuông 10 phân, mỗi miếng bột là 1 miếng lá. Ép bột mỏng ấn khuôn tròn (dùng miệng lon sữa bò) thành từng cái bánh nhỏ.

- Nước sôi thả bánh vô nước chừng 1 phút bánh tróc ra khỏi lá, vớt ngay, xếp bánh lên sàng thưa, phơi thật khô.

- Dùng chảo nhỏ sâu lòng, đổ nhiều dầu ăn, thật sôi. Thả từng chiếc bánh vào chiên (rán) bánh, phải trở lẹ tay, bánh nở phồng trắng và xốp.

(1) Mai mục cứng và xốp tán nhỏ, rây lấy bột, mua tiệm thuốc bắc.

## BÁNH BÔNG LAN CHAY

### ▣ VẬT LIỆU:

+ Bơ <sup>(1)</sup>	200g	+ Bột nổi	1 muỗng cà-phê
+ Đường	200g	+ Bột mì	350g
+ Sữa tươi <sup>(2)</sup>	250g	+ Nho khô	100g

### ▣ CÁCH LÀM 1:

- Đánh đường với bơ cho nổi rồi chế sữa đặc hoặc sữa tươi vô. Dem ra trộn bột mì và bột nổi đã rây kỹ vào, sau cùng rắc nho.

- Lấy chén giấy đổ chừng 2 phần chén, bỏ lò nướng 60 phút bánh chín. Lò nóng trung bình.

### ▣ CÁCH LÀM 2:

- Rót sữa tươi vào ly rồi cân đường đổ vào khuấy đều.

- Để bơ vào tô đánh tan cho nổi 10 phút. Xong rồi cho sữa tươi trộn đường từng muỗng vào, khi nào hết chỗ sữa là được. Trộn bột mì cùng bột nổi, rắc nho khô vào trộn đều một nửa, còn bớt nho lại rắc lên trên (hoặc rắc mút đu đủ xanh đỏ).

## BUCHE NOËL CHAY

### ▣ VẬT LIỆU KEM BƠ:

+ Bơ	250g	+ Sữa tươi	150cc
+ Đường	150g	+ Chocolat	50g

- Sữa và đường khuấy tan trong ly. Bơ đánh mềm mức từng muỗng sữa đổ vào bơ cho tới hết. Chocolat hơi nóng, lấy muỗng nghiền cho tan. Chocolat nguội mức 1/2 kem bơ đổ vô trộn đều làm vỏ cây, 1/2 kem bơ còn lại pha màu làm cành, lá hoa.

(1) Dầu ăn cũng được

(2) Nước thay sữa tươi

□ CÁCH LÀM BÁNH:

+ Bột mì	300g	+ Bơ (dầu ăn)	180g
+ Đường	180g	+ Va-ni	1 chút
+ Sữa tươi <sup>(1)</sup>	150cc	+ Bột nổi	1/2 muỗng cà-phê

- Bơ đánh thật mềm, đường, sữa hòa vô ly, tan đường trút vô bơ đang đánh. Khi thấy nhuyễn đem ra trộn bột mì, bột nổi. Quậy nhẹ tay một chiều.

- Khuôn bôi bơ, rắc bột cho bánh khỏi dính. Trút bột vô khuôn<sup>(2)</sup> đem nướng. Lò phải đốt nóng trước 5 phút.

- Bánh nướng hơi vàng mặt, vặn nhỏ lửa, dây giấy thiếc lên mặt bánh cho khỏi bị cháy. Khi bánh chín để nguội, cắt ngang bánh rưới rượu Rhum có pha nước và đường rồi trét kem lên mặt bánh, úp lại. Lấy đuôi răng cưa cho vô túi giấy trong có bơ (chocolat) làm vỏ cây. Dùng đuôi nhỏ để viết chữ, và cành cây.

## BÁNH LÁ CHAY

□ VẬT LIỆU:

**Nhân:**

+ Đậu hủ chiên	2 miếng	+ Bột ngọt, đường	1 muỗng cà-phê
+ Tỏi tươi	1 cây	+ Tiêu, muối	1/2 muỗng cà-phê
+ Dầu	4 muỗng canh	+ Màu cam	5 giọt

- Đậu hủ rán xắt nhỏ bằng cọng tăm.

- Bắc dầu lên nấu sôi, để tỏi tây cho thơm xào đậu hủ với các gia vị. Nêm vừa ăn, rắc màu cam vào nhân cho giống gạch tôm.

**BỘT:**

+ Bột gạo	100g	+ Bột năng	50g
+ Muối	1 muỗng cà-phê	+ Nước	1 lít
+ Dầu	2 muỗng canh	+ Lá chuối	20 miếng

(1) Thay nước.

(2) Khuôn nhôm dài như ống máng.

- Hai thứ bột hòa với nước cho tan, lọc lại, nêm muối và dầu bắc lên bếp khuấy nửa sống nửa chín.

- Lá chuối lau sạch múc 1 muỗng canh bột vừa khuấy xong trải ra theo chiều dài, giữa để nhân xếp lại làm 3, bẻ 2 đầu lá. Đặt lên xừng hấp 15 phút ăn với chả tôm, nước mắm ớt.

**NƯỚC MẮM ỚT:**

+ Muối	1/2 muỗng cà-phê	+ Giấm	1/2 muỗng canh
+ Đường	1 muỗng cà-phê	+ Ớt	1/2 muỗng cà-phê
+ Chanh	1/2 trái	+ Bột ngọt	1 muỗng cà-phê
+ Nước lọc	4 muỗng canh		

- Muối, đường chế nước lọc quậy cho tan; giấm, bột ngọt khuấy đều. Sau cùng cho ớt băm (xay) nhỏ và vắt chanh.

## BÁNH HỘT VỊT CHAY

□ VẬT LIỆU:

+ Vỏ hạt vịt	10 cái	+ Bột năng	50g
+ Dừa nạo	100cc	+ Đậu xanh	100g
+ Bột gạo (tẻ)	50g	+ Đường	150g

□ CÁCH LÀM:

- Vỏ hạt vịt rửa sạch; dừa khô cho nước ấm vô nhồi kỹ, vắt lấy nước, hòa với bột gạo và bột năng. Liệu chừng dùng để đặc hay loãng quá. Muốn ăn ngọt trộn thêm 50g đường.

- Đậu xanh nấu chín xay nhuyễn, bỏ 100g đường vô, pha màu vàng hoặc bột nghệ, khuấy bếp nhỏ lửa cho thật kỹ, rắc nước hoa bưởi, vỏ viên làm giả lòng đỏ hạt vịt.

- Bắc xừng lên bếp để thật sôi, đặt hạt vịt trên chén nhỏ, đổ bột 1/2 hạt vịt, chừng gần chín để nhân đậu xanh vào ấn nhẹ cho nhân hơi lút vào bột rồi đổ bột tiếp cho vừa đầy hạt vịt. Đậy nắp xừng cho chín bột hạt vịt chín lấy ra thả vào nước. Trên vỏ hạt vịt có dư bột lấy dao hớt cho khéo, bỏ đi rồi lột vỏ để ra đĩa trông giống như hạt vịt luộc.

## BÁNH HỎI THỊT BÒ

### ▣ VẬT LIỆU:

- |  |                |           |      |
|--|----------------|-----------|------|
| + Đậu hủ   | 2 miếng        | + Tỏi tây | 1 củ |
| + Sả băm nhỏ                                     | 1 muống cà-phê | + Nấm rom | 100g |
| + Đậu phộng rang, đường, nước tương, bột ngọt... |                |           |      |

### ▣ CÁCH LÀM:

- Đậu hủ rửa sạch để trên rổ cho ráo nước. Cắt đậu làm 8 miếng. Dầu cho vô chảo thật sôi, thả đậu vào chiên vàng, gắp ra đĩa.

- Nấm rom cạo phần đem ngâm nước muối, xả nước rửa sạch băm nhỏ.

- Bắc chảo lên bếp nhỏ lửa cho dầu ăn vô (1 muống canh), xào với tỏi tây đã xắt nhỏ. Phi thơm trút nấm vô xào, cho sả vô nêm gia vị muối, tiêu, bột ngọt, và những miếng đậu hủ đã chiên vàng vô đảo qua đảo lại cho thấm gia vị. Trút ra đĩa, rắc đậu phộng rang giã nhỏ ăn với bánh hỏi ra xà-lách và rau thơm.

## E. CÁCH LÀM VÀ CÁCH PHA CHẾ CÁC LOẠI NƯỚC CHẤM

- Nước tương
- Nước mắm chay
- Nước mắm chanh ớt
- Cách làm giấm
- Cách làm chao