

BÁNH HỎI THỊT BÒ

□ VẬT LIỆU:

- | | | | |
|--|----------------|-----------|------|
| + Đậu hủ | 2 miếng | + Tỏi tây | 1 củ |
| + Sả băm nhỏ | 1 muỗng 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 muỗng 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

NƯỚC TƯƠNG

□ VẬT LIỆU:

+ Đậu hũ	5 miếng	+ Muối hạt	1kg
+ Nước	4 lít	+ Đường thê	100g
+ Bột ngọt	10g		

□ CÁCH LÀM:

- Đậu hũ sắp vào hũ, đậy kín để ủ 3 ngày, 3 đêm.
- 2 lít nước nấu với 1kg muối hạt, hớt cho hết bọt dơ.
- 2 lít nước nấu với 100g đường tán, lọc cho sạch.
- Đổ chung nước đường và nước muối vào với nhau.
- Lấy đũa quậy đều đậu hũ đã được ủ 3 ngày và 3 đêm cho thật nhuyễn ra rồi đổ vào nồi có nước đường và nước muối đem đun sôi khoảng 15 phút.
- Đem xuống lược (rây) bã cặn rồi để qua đêm. Hôm sau nấu sôi lại lần thứ nhì rồi bỏ 10g bột ngọt vô là xong, chất nước tương vô chai.

Chú ý:

Muốn cho nước tương có những đặc điểm như sau:

- * Nếu muốn có màu sậm: cho thêm vô chút đường đã thắng cháy.
- * Muốn để lâu không bị mốc hư: cứ 1 lít nước tương, đổ vô 1g Benzoate de sodium (bột bảo đảm).
- * Muốn tăng thêm mùi thơm: đổ thêm ét-xăng (Essence) tàu vị iểu (cứ 10 lít nước tương đổ vô 1 muỗng canh ét-xăng tàu vị iểu).
- * Súc chai cho thật sạch để nước tương khỏi hư: hòa 1 chút muối hoặc Carbonate de soude (tức Soda ash) với nước lạnh rồi đổ vô chai mà súc cho kỹ xong úp chai xuống cho ráo nước hãy để nước tương vô chai.

Đậu hũ làm bằng đậu nành bổ và ngon trong 100g đậu nành có chứa những chất bổ như sau:

- 37g60 chất đạm (giúp cho xây dựng cơ thể).
- 244g chất vôi (bổ xương và răng).

NƯỚC MẮM CHAY

□ VẬT LIỆU:

+ Đậu nành (đậu tương)	1/2kg	+ Muối	1/2kg
+ Đường tán (đường miếng)	2 miếng	+ Bột ngọt	1 muỗng cà-phê

□ CÁCH LÀM:

- Đậu nành ngâm vài giờ cho nở rồi đãi vỏ.
- 2 lít nước và đậu cho vào nồi, nấu nhỏ lửa thật mềm. Đậu nguội vớt ra cho vô túi vải cột lại, đặt vào hũ cho khỏi nổi, sau đó đổ nước đậu vào.
- Muối rang thật vàng để nguội cho vào hũ nước và đậu. Hai ngày sau muối tan ra hết, chắt lấy nước.
- Đường bẻ nhỏ thắng chung với nước đậu, trong hũ, lọc sạch, cho bột ngọt, để nguội đổ vô ve keo (lọ thủy tinh) đem phơi nắng. Nếu muốn nước mắm chay có màu đậm cho thêm vô chút đường thắng sậm màu.

NƯỚC MẮM CHANH ỚT

□ VẬT LIỆU:

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

□ CÁCH LÀM:

Muối, đường, chế nước lọc quậy tan cho giấm, bột ngọt khuấy đều. Sau cùng cắt ớt, băm nhỏ và vắt chanh cho vào nước tương.

CÁCH LÀM GIẤM

Cối Thiên Thai <http://www.coithienthai.com>

□ VẬT LIỆU:

UỐI TAY

- | | | | |
|------------|--------|--------------|--------|
| + Chuối sứ | 2 trái | + Nước lọc | 8 chén |
| + Dừa tươi | 1 trái | + Rượu trắng | 1 chén |

□ CÁCH LÀM:

Chuối sứ thật chín mùi, vỏ thâm đen, ép dẹp để trong liễn, phủ vải mỏng, 6 ngày sau chuối thom mùi rượu, có lớp màng trắng đục bám nhẹ quanh trái chuối, đó là lúc con giấm chuối đã lên men.

- Nước lọc, rượu trắng, nước dừa trộn đều (nếu không có nước dừa thay bằng 2 muỗng cà-phê đường), đổ vô hũ thủy tinh lớn thả con giấm chuối lên trên. Miếng hũ đậy vải mỏng, để chỗ ẩm.

- Nửa tháng sau nước giấm đã chua, con giấm lớn dần, váng trắng nhẹ nổi lên mặt nước giấm.

- Ném chua ngon, mức nước giấm ra lọc bằng bông gòn vô chai, bót lại trong hũ 1/3 nước giấm.

- Giấm cho vô chai muốn để lâu phải chung cách thủy.

- Mỗi lần chắt nước giấm ra lại chế thêm nước dừa xiêm, rượu và nước lọc hòa chung rồi đổ vô hũ để nuôi con giấm, rót vô thật khéo đừng làm vỡ meo, giấm sẽ bị hư (chết).

- Để hũ giấm nơi mát, hơi tối, đừng xê dịch đụng chạm tới hũ giấm.

CÁCH LÀM CHAO

□ VẬT LIỆU:

- | | | | |
|----------------|--------------|-------------|---------|
| + Đậu hũ miếng | 1/2kg | + Muối rang | 50g |
| + Rượu | 2 muỗng canh | + Nước | 1/2 lít |

□ CÁCH LÀM:

- Đậu hũ để thật ráo (khô), sắp lên tre (sàng), dưới có tro bếp trên lót 2 lớp giấy bản (giấy súc) rồi trải vải mỏng để thấm hết nước

đậu. Xếp đậu cách nhau 5mm để cho meo mọc giáp chung quanh miếng đậu và mặt phía trên (chỉ xếp 1 lớp) đoạn lấy lá chuối xé tua phủ kín cho đậu hủ hầm hơi và lên meo, trên mặt đậu hủ cần có khoảng cách với lá chuối để cho meo mọc nhiều.

- Tóm lại cốt yếu là đậy kín, cho hầm hơi và tránh ruồi đậu làm hư chao. Để vậy độ 1 ngày 2 đêm, meo mọc trên mặt và chung quanh miếng đậu hủ (meo có màu vàng là chao ngon).

- Khi đậu hủ đã lên meo cắt ra từng miếng nhỏ 2 phân rưỡi, đoạn lấy muối rang (muối hầm dầm nhuyễn) rây đều lên những miếng đậu hủ đã lên meo cắt nhỏ (rắc nhiều muối chao để được lâu nhưng mặn).

- Xếp đậu vô hũ, đậy nắp kín. Qua 1 ngày 1 đêm rưới nước muối và rượu vô (50g muối hòa với lít nước nấu sôi để nguội thả, vài hạt cơm vô, nếu nổi lên là vừa muối). Cho rượu và bột ngọt khuấy đều (muốn tránh meo mốc pha 5 lít nước muối với 1/2 muỗng cà-phê bột bảo đảm *benzoate sodium*).

- Làm chao lối này trong vòng 1 tuần lễ là được, cố tránh dùng để ruồi đậu vào sinh dòi. Công thức là như vậy, nhưng khi làm sẽ có kinh nghiệm vì đậu tự làm lấy ngon hơn mua ở chợ. Chao bị rộng nước, có khi làm không được; trao trở, không lên meo, mất màu (biến màu xám sậm) hơi khó ngủ; ăn đắng hoặc nồng rượu hay quá mặn vì nhiều muối. Khi ăn nặn chanh, trộn chút đường dầm ớt rất ngon.

CHAO TRẮNG VÀ CHAO ĐỎ:

- | | | | |
|----------|------|-------------|----------|
| + Đậu hũ | 1kg | + Men rượu | 2 viên |
| + Rượu | 50cc | + Muối rang | 1/2 chén |

□ CÁCH LÀM:

Đậu hủ miếng xắt thành miếng 4 phân vuông.

- Đun nước sôi bỏ muối vô, hớt hết bọt, thả đậu hủ vô luộc cho đến khi gần cạn nước, vớt ra rồi cắt thêm làm 4.

- Đem đậu hủ lấp lên tràng lót vải sạch để ráo (khô) rồi rây men đã cà thật nhuyễn trên mặt đậu hủ, xong lấy lá chuối đậy lại, trên úp thêm sàng nữa cho kín đem phơi nắng 1 buổi, rồi đem vô ủ thêm 2 ngày 2 đêm.

- Sau thời gian trên đậu hủ mốc trắng, đem phơi nắng 2 giờ, rồi sắp vô keo, đổ rượu trắng vào rồi ủ thêm 2 ngày 2 đêm nữa.

- Tiếp theo lấy muối hột đã nấu nước sôi, hớt bột, đo được 20 độ Beaumé (khí kế), để nguội, rót vô hũ chao cho ngập chừng 1 lòng tay theo tỉ lệ 1 rượu 4 muối. (Chao để càng lâu càng ngon).

CHAO ĐỎ: cũng làm như chao trắng, nhưng nước muối đổ vào ít hơn (vừa ngập) và đổ thêm hồng cúc (mua tiệm thuốc Bắc) ớt chín băm thật nhỏ, hoặc ớt xay nhuyễn. Đem phơi 15 ngày.

PHẦN VII

Các món tráng miệng

- A. Các món bánh
- B. Các món mứt
- C. Các món xôi chè
- D. Các món kẹo-ô mai
- E. Các món khác