

- Dùng cây tĩa tròn lớn xúc sâu vào nhiều cánh liền tiếp để tạo thành mắt quả thông.

- Dùng dao cắt 1 lớp mỏng cà-rốt để làm nổi những mắt thông đã tĩa.

- Tĩa tiếp nhiều tầng cho tới 2/3 củ, dùng cây tĩa tròn nhỏ để tĩa phần còn lại.

- Ngâm vào nước cho tươi.

TRÁI THƠM (Ốt)

□ VẬT LIỆU:

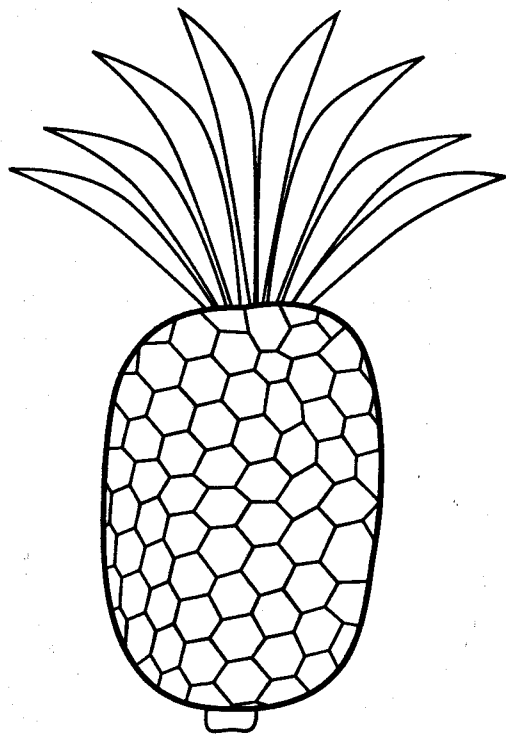
- + 1 trái ớt vàng, thẳng, phần gần cuống mập tròn, da láng
- + 1/2 lõi lam

□ CÁCH TĨA:

- Dùng lõi lam bóc nhẹ lớp vỏ ớt cho thật mỏng và tròn, bóc xen kẽ từng hàng, đến 2/3 trái.

- Còn 1/3 phía đầu nhọn của ớt dùng lõi lam chẻ dọc nhiều nhánh làm lá trái thơm.

- Ngâm vào nước cho mắt thơm nở ra, và lá thơm bung xòe.



PHẦN IX

Cách làm - Cách pha chế các nguyên phụ liệu và gia vị

- A. Cách chọn lựa - cách làm các nguyên phụ liệu
- B. Cách làm - cách pha chế các loại gia vị

A. CÁCH CHỌN LỰA - CÁCH LÀM CÁC NGUYÊN PHỤ LIỆU

- Cách chọn rau
- Cách chọn gà
- Cách chọn vịt ngon
- Cách chọn chim bồ câu
- Cách chọn và làm yến
- Cách chọn thịt bò, chọn cá và chọn tôm
- Cách làm thỏ
- Cách làm ba-ba
- Cách làm da heo khô
- Cách làm khô bò (khô nai)
- Cách quay: heo, bò, gà, vịt.
- Cách làm dưa thập cẩm - dưa món
- dưa góp (Trung - Nam - Bắc)
- Cách làm kẹo chua
- Cách làm tỏi ngâm giấm
- Cách làm hành nén
- Cách làm đồ chua
- Cách làm kim chi
- Cách làm củ cải nén (Ca-la-thầu)
- Cách làm giá
- Cách làm cơm rượu Nam - cơm rượu Trung và rượu nếp Bắc
- Cách làm mì sợi
- Cách làm bún
- Cách làm đậu hủ miếng
- Cách làm trứng vịt muối - trứng vịt muối 100 năm và hột vịt Bắc Thảo

CÁCH CHỌN RAU

□ CÓ NHIỀU LOẠI:

- Rau dền, lá nhọn: có thứ nếp, tẻ. - Dền nếp: ngọn trắng, ăn dẻo. - Dền tẻ: ngọn xanh, ăn thơm nhưng dai.
- Rau dền hến: lá tròn, mặt hơi vun, nấu canh chua rất ngon.
- Rau dền trứng (dền com): loại này thường mọc hoang dại, ngọn có nhiều hoa, lấm tấm như bông trứng cá. Dền trứng ăn bùi và ngon. Nấu canh hay luộc đều được cả.
- Rau dền tím: lá tím đỏ, cuống to, loại này ăn bổ máu.
- Rau dền đồng tiền: lá tròn như dền hến, nhưng xung quanh xanh, ở giữa hơi hồng, loại này ăn ngọt và giòn.

□ CÁCH CHỌN:

Rau dền:

Cuống mập, bẻ gãy ngay, nhiều nhựa, lá tươi, màu lá không quá đậm.

Rau muống:

- Rau muống trắng: thường trồng trên cạn, hoặc cấy trên ruộng có nước. Loại này dùng ăn sống hoặc xào ngon hơn.
- Rau muống đỏ: thường thả thành bè trên các mặt ao hồ. Rau này luộc ngon, vì bở, mau nhừ, nước ngọt. Cả hai loại này nên chọn thứ cuống dày và bóng (cuống mỏng là loại rau vóng nước hoặc thiếu ánh sáng ăn dai). Lá xanh tươi, búp mỡ. Mớ rau có nhiều ngọn dài là rau ngon. Khi mua, khẽ bấm chút cuống, thấy cuống tròn, có nhựa loãng ứa ra là rau tươi và non. Hoặc nhìn mớ rau nếu các ngọn đều uốn cong về 1 phía là rau hái đã lâu.

Rau cần:

Dùng luộc hoặc nấu canh: nên chọn thứ non, đốt dài, lá xanh nhạt, cuống trắng, không quá xốp mà lại mập, quanh đốt không có rỗ, nếu có rỗ thì trắng và ít.

Dùng muối dưa: chọn thân cây đánh mặt hơn, có màu nâu tím, đốt hơi ngắn, lá đậm, quanh một hai đốt dưới có chồi mềm.

Su hào:

Su hào có nhiều loại:

- Su hào trứng: củ tròn, nhỏ, cuống lá bé, mặt lá có phấn bạc, ăn giòn, nhưng hay có xương.
- Su hào trâu: củ cao hơn gang, lá dày, xanh đậm và dài, nách lá phóng to, sống lá gỗ, ăn ngọt và hơi dẻo.
- Su hào bánh xe: củ dẹt, có nhiều phần trắng, lá xòe ngang to hơn su hào trứng, nhưng nhỏ hơn lá su hào trâu, ăn bở và thơm.
- Su hào Trung Quốc: hơi giống su hào bánh xe nhưng to hơn nhiều. vỏ dày và lá to, mặt củ lõm sâu, ăn bở, gần như không bao giờ có xương, nhưng kém ngọt.
- Tùy theo yêu cầu của món ăn: xào, nấu, làm nộm, phơi khô, luộc, ngâm giấm... mà mình lựa mua từng loại thích hợp.

Muốn chọn loại rau non, tươi, không có xương, cần chú ý mấy đặc điểm sau:

- Mặt củ lõm (nhất là đối với su hào trứng). Từ gốc lên không quá 3 vòng lá rụng. Búp không chùn, trông láng mỡ. Mặt củ không tái, có màu phấn (nếu tái, không láng vỏ là su hào đã bị ôi).

CÁCH CHỌN GÀ

- *Gà mái chưa đẻ*: (hậu môn nhỏ, sần), lườn nảy (ức), da bóng có màu vàng, hồng hoặc đỏ. Lườn vàng: thịt ngọt và thơm; lườn hồng: thịt ngọt, khi luộc da vàng. Lườn trắng: thịt khô, nhạt vô vị.

- *Chân*: ngắn, da vàng và tươi. Tránh mua loại chân vôi (có nhiều nét sần sùi). Lòng: muốt.

- *Gà mái đã đẻ một vài lứa*: Lườn nở, thịt hồng, bụng xệ. Lòng và chân cũng như gà tơ.

- *Gà trống thiếu*: Lườn nở, vàng bóng, bầu sa (xệ), chân thấp, mỏ tốt, mào ngắn và tái.

- *Gà sống hoa*: (chưa thiếu): Chọn loại chưa biết đập mái hoặc mới biết ghe (nhìn cựa gà mới như mọc nơi chân). Cách chọn cũng như gà mái. Gà sống hoa già không nên ăn: thịt dai, xương rần, chỉ nên dùng để hầm, làm ruốc, hoặc nấu cà ry...

Chú ý:

Dấu hiệu nhận biết gà, vịt, ngan (toi) ốm.

- Gà: Có nhiều dấu hiệu nhưng nếu mới chớm cũng khó phân biệt. Nhìn chung có thể căn cứ vào mấy hiện tượng sau:

+ Mào thâm, mắt lơ đờ, miệng hôi. Điều chắc (cứng) hoặc có nước.

+ Hậu môn ướt, ít co bóp, bên trong cổ hột đỏ. Hay nằm gục, ngáp nhiều, cánh xòa. Xả cứt cò hoặc có lẫn máu.

- Vịt: Đầu sưng, mỏ khô (hiện tượng mất nước). Lỗ hậu môn ướt (vịt béo không trông rõ hậu môn) phân xanh.

- Ngan: Mỏ se, sổ nước mũi. Khuỷu chân nổi xanh như vết bầm nơi sống mũi trẻ em vài tháng tuổi. Cánh hơi xòa, hay ngủ gật.

CÁCH CHỌN VỊT NGON

Vịt đàn có 3 giai đoạn ăn ngon.

- Vịt răng lược: khi xòe cánh ra lông cánh như chiếc lược thưa, đầu lông nở xòe) 1 phân. Loại này, thịt tuy ăn hơi nhão nhưng làm các món quay, rán lại ngon, vì xương mềm, thịt ngọt.

- Vịt móng trâu: đôi cánh trên lưng tròn như móng chân trâu. Loại này làm các món Tàu, ăn ngon.

- Vịt chéo cánh: đôi cánh vất trên lưng bắt chéo nhau. Loại này đẻ nhiều lần, ăn chắc và ngọt, cả 3 loại vịt nói trên đều ít lông măng, dễ làm.

□ CÁCH CHỌN:

Vịt răng lược và móng trâu nên chọn vịt đực: vì thường dày mình, ngọt thịt. Vịt chéo cánh, nên chọn vịt cái, chắc thịt hơn.

- Một đàn vịt trong lồng nên chọn con nào?

Con nào nằm bẹp, miệng há thở mạnh, lông bóng (láng) thường là vịt béo. Xách ngược vịt lên, tay nắm từ hông xuống phao câu. Vịt béo khoảng đó sẽ mập, mềm mừn mừn, phao câu to tròn. Sau đó vuốt ngược từ bụng đến ngực vịt, không thấy lông măng lôm chôm

là vịt dễ làm (làm vịt ngán nhất là đang mọc lông mất thì giờ mà thịt lại nhạt, ít ngọt).

□ PHÂN BIỆT VỊT GIÀ VÀ VỊT NON:

Vịt già: mỏ nhỏ nhắn, đầu mỏ bẹt và bóng như da cuội (sỏi). Cổ: nấn thấy xương rần. Cánh: rần, lông đầu cánh xơ và bần. Chân: đỏ tía, nếp nhăn hẳn rõ phía dưới nổi cục.

- Nếu là vịt đực, đầu bóng, đuôi có vài cái lông cong như móc (lưỡi) câu.

- Các loại vịt non, thì các dấu hiệu trên đều trái lại.

□ CÁCH CHỌN NGAN:

Cũng giống như cách chọn vịt nhưng lưu ý: da chân con nào bóng là ngon thịt. Ngan trắng chân vàng bóng mới ngon.

CÁCH CHỌN CHIM BÒ CÂU

Chim bồ câu ăn ngon nhất có 2 thời kỳ: Chim ra ràng và chim mới biết bay.

- **Chim ra ràng:** Là loại chim mới thập thò cửa tổ, chưa biết bay. Đầu và mình còn nhiều lông chó (lông to) lông cánh và đuôi chưa nở hết. Con nào lườn phẳng, da mỏng, lưng mềm, bụng nhũn là béo.

- **Chim tập bay:** Ngực nở, lông bóng mượt, cẳng và ngón chân ngắn, mập, lườn thịt có màu xám hồng là ngon.

CÁCH CHỌN VÀ LÀM YẾN

Điều cần biết về chim yến là thịt nó rất nên thuốc nếu dùng già nát rịt trị trĩ, lở loét, ngứa ghẻ nhưng thịt nó ăn không được bởi rất hao tổn thân khí.

□ PHÂN CHIM:

- Rang cho thơm phức và chữa chứng mù máu ghẻ lở. Lợi tiểu tiện.

□ TỔ YẾN:

- Chim yến ở biển ăn một thứ sâu trên lưng có cái gân không tiêu hóa được nên phải thổ ra để làm tổ ở. Yến có 3 loại: đen, trắng, đỏ. Xấu nhất là đen, trung bình là trắng, còn loại đỏ thì rất hiếm.

Yến chủ trị bổ phổi, ho lao, hòa tan đờm dãi.

□ CÁCH LỰA YẾN:

- Nên lựa thứ tai yến to và trắng. Yến đen và vụn là yến xấu. Tai yến nào sợi trắng, còn nguyên vẹn, là yến tốt. Tai yến màu hồng hồng là yến tuyệt, rất quý, vì đó là huyết của chim yến ứa ra làm tổ. Thứ yến này hiếm vì tính chất quý giá đặc biệt của nó. Khi lựa yến nên cẩn thận, để mua nhầm yến giả.

□ CÁCH NHẶT LÔNG YẾN:

1) Ngâm tai yến vào nước một đêm cho mềm và nở. Khi yến nở nhả ra những lông yến nổi trên mặt nước. Chắt hết nước, cho lông yến theo nước trôi đi. Tuy nhiên, thế nào cũng còn sót lại những chiếc lông quá nhỏ bám chặt vào sợi yến.

- Đổ muống canh dầu mè vào yến rồi bóp đều. Những sợi lông yến nhỏ sẽ quện theo dầu mè và nổi lên, gạn nước lấy tắm nhật hết lông ra vì còn lông ăn vào lại sinh chứng ho khan. Yến nấu với gà hoặc chung đường phèn, hay tần với bồ câu non thêm thuốc như hoài sơn, liên nhục, cấu kỷ tử, táo tàu. Chú ý đừng bỏ thịt vào nhiều quá yến tự nhiên mất sức bổ.

2) Còn 1 cách nhặt lông yến thật mau là đổ yến vô rổ lưới, cho rổ đó vô trong chậu thau đầy nước, quậy nhẹ cho lông yến và bụi lọt xuống đáy chậu. Rửa vài lần đã thấy khá sạch.

- Vớt yến ra đĩa trắng sâu lòng (cho dễ nhìn thấy lông yến màu đen hoặc xám) dùng chiếc nhíp nhật kỹ cho hết những lông nhỏ.

CÁCH CHỌN THỊT BÒ

Lựa thịt bò màu đỏ tươi, mỡ vàng, thớ thịt nhỏ, khô và mịn. Lấy ngón tay ấn vào thịt, thấy dính tay không chảy nước là thịt bò ngon.

CÁCH CHỌN CÁ

Muốn biết cá tươi hay không, nên nhìn mắt cá trong hay đục và lấy ngón tay ấn nhẹ lên mình cá. Cá tươi mắt trong và mình cứng.

CÁCH CHỌN TÔM

Lựa tôm thật tươi, mình cứng, vỏ trong xanh, đầu tôm còn nguyên.

CÁCH LÀM THỎ

- Dùng chày đập đầu thỏ, bẻ gục xuống, cắt tiết, nếu nấu xốt vang húng tiết trong tô có sẵn rượu vang và chút muối để hãm cho tiết khỏi đông.

- Cắt bỏ 1 bên tai thỏ lạng thật sát da, rồi tới tai bên kia lột hết phần dầu chỉ còn trơ sọ.

- Bẻ 4 chân thỏ, nơi khớp xương, chặt bỏ phần chân cho dễ lột da.

- Dùng dao nhọn luôn vô cổ thỏ (phần đầu đã lột hết chỉ còn trơ sọ) lách từ từ cho da rời khỏi thịt, lóc chừng 2 đốt tay. Treo thỏ lên cái đinh lớn, tuốt hết bộ da thỏ (hoặc 1 người cầm cổ thỏ, người khác tuốt da, rất nhanh và gọn) làm cẩn thận đừng để lông thỏ dính vô mình thỏ. Lột xong tuyệt đối không rửa thỏ: thịt nhạt không ngon. Tắm khăn có rượu trắng lau cho hết mùi hôi và những lông bám vô mình thỏ.

- Lột từ trên cổ tới 2 chân trước nhỏ, tuốt từ từ tới bụng, rồi tới 2 chân sau, tuốt hết tới đuôi thỏ (chặt bỏ đuôi) thế là xong.

- Mở bụng lấy hết bộ lòng ra, để lại lá gan.

- Lau bụng thỏ bằng gừng giã nhỏ hòa với rượu trắng.

- Một chú thỏ mồm mồm, khi lột da chỉ còn lại 1/4 thịt.

- Nếu quay thỏ để nguyên con, ướp gia vị vài giờ.

- Nấu xốt vang chặt miếng lớn ướp với rượu chát và các thứ gia vị nửa ngày.

CÁCH LÀM BA BA

Dùng que dài và chắc để gắn miệng Ba ba cho nó đóp lấy que, nó cắn rất chắc không bao giờ nhả ra. Kéo cổ ba Ba ra cắt tiết, dùng bàn chải, rom hay sơ muóp chà cọ thật kỹ cho Ba ba sạch bóng. Dùng dao nhọn khía quanh mai chỗ thịt giáp giới mu rấn chắc, lật ngửa mai ra bỏ hết ruột gan làm khéo sao không bị vỡ ruột bỏ mai và ruột. Dùng rửa nước, chặt thịt ra từng miếng vuông lớn (thịt Ba ba rất nạc không có xương, ướp: hành, tỏi, nước mắm; mang om hoặc xào nấu như các món khác. Ba ba không tanh, ăn ngon hơn thịt gà, bồ âm.

CÁCH LÀM DA HEO KHÔ

□ VẬT LIỆU:

+ Da heo 1kg
+ Phèn chua 1 muỗng cà-phê

□ CÁCH LÀM:

- Da heo cạo hết mỡ, nhổ lông, ngâm nước pha phèn chua, rửa sạch đem luộc, khi miếng da heo trong mềm là được, để nguội.

- Xâu dây, căng que tre cho da heo thẳng đem phơi khô một tuần hoặc hơn.

- Dùng chảo gang thật to, rang cát nóng già, lửa củi lớn. Lùi miếng da heo khô vô chảo cát thật nóng, phủ (vùi) cát trên dưới. Da heo phồng rộp lên, dùng xẻng nhỏ (to gấp bốn cái bàn sang), dần miếng da heo, cầm kim sắt cán dài, uốn thẳng bên mép và kéo cho da heo không cong lên hoặc cuốn vô, trở qua mặt khác cũng làm như vậy.

- Khi miếng da heo đã phồng đều gấp ra khỏi chảo, đặt lên khay

hoặc hàn nhôm, phủ cát trên dưới. Để một lát cát hơi nguội, lấy ra, giữ chài cho sạch cát bám trong da heo.

- Cắt sửa vuông vắn cho đẹp, để vô bao nylon cột dây treo để dành (không buộc kỹ để lâu gió làm tóp da heo).

- Khi ăn ngâm nước vo gạo vài giờ cho da heo (bóng) nở, nhặt hết cát dính trong da và lông heo.

- Gừng giã nhỏ trộn với rượu trắng và phèn chua, rửa da heo cho hết mùi hôi và khét. Cắt từng miếng nhỏ hình chữ nhật để xào hoặc nấu.

CÁCH LÀM KHÔ BÒ (KHÔ NAI)

□ VẬT LIỆU:

+ Thịt bò	1kg	+ Xi dầu	1 muỗng canh
+ Gừng	1 miếng	+ Dầu ăn	3 muỗng canh
+ Rượu thơm ⁽¹⁾	1 muỗng canh	+ Tiêu	1/2 muỗng cà-phê
+ Muối	1 muỗng cà-phê	+ Hành ta	10 củ
+ Đường	2 muỗng cà-phê	+ Tỏi	1 củ
+ Ót bột	1 muỗng cà-phê	+ Mè (vừng)	50g
+ Bột cà-ry	1/2 muỗng cà-phê	+ Muối diêm	1/4 muỗng cà-phê
+ Sá bằm	1 muỗng cà-phê		

□ CÁCH LÀM:

- Thịt lọc bỏ gân, lạng mỡ, lau sạch dùng rửa nước thái miếng mỏng to theo số ngang miếng thịt. Lấy chày đập cho thịt dãn ra làm khéo kéo rách (nát).

- Rượu thơm hòa với xì dầu, rưới vào thịt.

- Tỏi, hành bóc vỏ, giã nhỏ trộn với gia vị trên ướp thịt nửa ngày, muốn để lâu thịt khỏi hư, ướp vô thịt bột bảo đảm (Benzoate sodium).

- Phoi thịt tãi từng miếng thịt mỏng trên sàng, hoặc phên. Thỉnh thoảng trở qua trở lại cho thịt mau khô, hoặc sấy than, (quây cốt như sấy rau).

(1) Mai quế lộ

CÁCH QUAY: HEO - BÒ - GÀ - VỊT

- Quay là một nghệ thuật chế biến đồ ăn cổ truyền. Ở đây chúng tôi hướng dẫn việc quay thịt với những tiện nghi trong nhà. Thông thường, chúng ta hình dung: quay thịt xiên, thịt đặt trên một trục quay có 1 độ cao tăng giảm được trên một máng than đốt cháy. Khoa học kỹ thuật ngày nay cũng đã mang lại những tiện nghi thích ứng với kết quả tốt cho nghệ thuật chế biến đồ ăn, đặc biệt là món quay: heo, gà, bò, vịt...

- Hầu hết gia đình nhà nào cũng có bếp với nhiều tiện nghi. Khi quay bạn nên chú ý những điều cần thiết sau đây để miếng thịt quay được thơm ngon đậm đà.

A/ Lấy thịt trong tủ lạnh ra, để trong mát nửa giờ

B/ Lò phải vắn nóng trước, vỉ nhôm hay khay đựng phải sạch và điều chỉnh cho đúng kích thước miếng thịt.

C/ Khay đựng thịt để quay phải xoa dầu, mỡ. Khi dầu bốc khói, đặt thịt vào khay, rồi quay.

D/ Thỉnh thoảng trở thịt, lấy nước ngọt trong khay xối lên món quay: độ 15 phút làm như vậy 1 lần để thịt mềm và chín.

E/ Khi thịt quay chín vàng đều, lấy ra đặt vào đĩa lớn để trong lò với nhiệt độ ấm, để có thời giờ làm nước chấm.

CÁCH LÀM

DƯA THẬP CẨM - DƯA MÓN - DƯA GÓP

(Trung)

(Nam)

(Bắc)

□ VẬT LIỆU:

+ Củ cải	5 củ	+ Thom	1 miếng
+ Cà-rốt	2 củ	+ Ót	10 trái
+ Đu đủ	1 trái	+ Tỏi	2 củ
+ Dưa gang	1 trái	+ Đường	1 chén
+ Su hào	2 củ	+ Nước mắm	3 chén
+ Kiệu	200g	+ Phèn chua	2 muỗng cà-phê

□ CÁCH LÀM:

- Củ cải: Lựa củ trắng, suông thẳng, dưới củ cải hơi nhọn là non. Vỏ củ cải vàng hơi lấm tấm đen, dưới tròn là củ cải già hoặc để lâu bị xốp. Rửa sạch củ cải nhưng đừng gọt vỏ ăn rất giòn. Cắt củ cải từng khoanh ngắn hơn khúc mía, rồi chẻ làm 4 ngâm vô nước có pha phèn chua. Nửa giờ sau, vớt ra rửa lại, để lên sàng phơi cho ráo nước, củ cải se mặt là được.

- Đu đủ: Trái nặng, vỏ xanh mượt, cuống tươi là đu đủ sống, ít hột, trái vừa hái nên cuống còn dính nhựa. Gọt vỏ đu đủ cũng cắt như củ cải, ngâm vô nước có phèn chua rồi cũng vớt ra rửa lại, đem phơi như củ cải.

- Cà-rốt: Củ đỏ tươi, da láng không cần là tốt, không non mà cũng không già ăn ngon và giòn. Sau khi gọt vỏ cũng xắt từng miếng như củ cải, đem phơi khỏi ngâm nước phèn.

- Dưa gang: Lựa trái dưa còn phần là dưa mới hái, nếu hanh vàng là dưa ôi. Đừng gọt vỏ, lau sạch bỏ đôi trái dưa, lấy muỗng cạo hết ruột, cắt từng miếng đem phơi hơi heo héo (dưa leo cũng được).

- Su hào: Lựa củ vỏ xanh tươi láng, những cọng chung quanh to đều, lá không héo úa, đầu củ su hào hơi lõm xuống, nếu lồi ra là già. Gọt vỏ su hào rồi cũng cắt miếng như củ cải, khỏi ngâm nước phèn, đem phơi nắng.

- Kiệu: Bỏ rễ, nhưng đừng cắt sát quá, kiệu dễ bị ủng. Cắt lá bóc bỏ lớp vỏ mỏng bên ngoài, ngâm kiệu với nước có pha phèn chua 2 giờ, xả nước nhiều lần rồi đem phơi tái.

- Thom (dứa): Gọt vỏ cắt bỏ mắt thom, rồi cũng xắt miếng phơi cho ráo nước thom.

- Tỏi: Lựa tỏi già, tách ra từng tép, bóc vỏ đem phơi với ớt trái cho hơi héo.

- Nước mắm nấu với đường, nêm chút bột ngọt, đun sôi, hớt bọt để nguội.

- Tất cả các thứ làm dưa món đã phơi héo, trộn chung, cho vô ve keo (lọ thủy tinh) rộng miệng đã lau khô, đổ nước mắm đường vô.

- Hôm sau, chắt hết nước trong thấu ra, nấu lại lần nữa rồi cũng để nguội, hãy cho vô dưa món, làm kỹ như vậy dưa món để lâu không bị chua (meo, mốc) ăn đậm đà, giòn, ngọt.

CÁCH LÀM KIÊU CHUA

□ VẬT LIỆU:

+ Kiệu	1kg	+ Muối	1 chén
+ Phèn chua	1 muỗng cà-phê	+ Đường	1 chén
+ Giấm	2 chén		

□ CÁCH LÀM:

Lựa kiệu già, to củ, phần lá héo rụng làm mới ngon. Kiệu non lá xanh tươi, coi đẹp nhưng làm dưa không giòn.

- Kiệu để nguyên rễ, cắt bớt lá ngâm trong muối (đổ nước xâm xấp) 2 ngày 2 đêm. Xả nước cho hết mặn, chắt nước vo gạo ngâm kiệu phơi ngoài nắng, ngày 2 lần thay nước.

- Cắt bỏ rễ, lá còn lại, củ kiệu dài độ 2 đốt ngón tay (đùng cắt rễ sát quá, kiệu bị ủng). Rửa nước nhiều lần, cho kiệu vào nước có pha phèn chua ngâm 1 đêm.

- Rửa kiệu cho sạch phèn.

- Giấm, đường và chút muối đun sôi, hớt bọt, để nguội, đổ vào kiệu 1 tuần sau là được. Nhưng ngâm lâu chừng 1 tháng kiệu chua, ăn ngon hơn.

- Nếu muốn thẩu kiệu trắng trong, đẹp mắt, chắt nước giấm cũ, (để dành pha nước mắm ăn cơm) thay nước giấm đường khác.

CÁCH LÀM TỎI NGÂM GIẤM

□ VẬT LIỆU:

+ Tỏi	500g	+ Phèn chua	1 muỗng cà-phê
+ Tro bếp	1 chén	+ Giấm	1 chén
+ Muối	1 chén gạt		

□ CÁCH LÀM:

- Tro bếp rây sạch, hòa với nước xâm xấp, ngâm tỏi 1 đêm (tỏi sẽ rất dễ bóc vỏ).

- Sàng rửa sạch, lột vỏ ngâm tỏi trong nước muối vài giờ, rồi xả sạch hết chất mặn.

- Phèn chua hòa tan với nước, lọc lấy nước trong, ngâm tỏi 1 đêm.

- Đổ tỏi ra, rửa cho hết nước chát của phèn. Giấm đổ vào chậu, cho tỏi vào. Đem phơi 1 nắng, thỉnh thoảng trở tỏi cho đều, tỏi mới trắng và giòn.

- Vớt tỏi ra xả nước nhiều lần, để trong rổ thưa cho ráo nước rồi xếp tỏi đầy thau dùng dây nắp. Úp xuống miếng vải trắng khô để 1 lát, nước còn thấm trong tỏi sẽ chảy ra hết.

Cách làm nước giấm đường để ngâm tỏi:

+ Giấm	2 chén
+ Đường	1 chén
+ Muối	1/2 muỗng cà-phê

□ CÁCH LÀM:

- Giấm, đường, muối nấu sôi hớt bọt, để thật nguội. Đổ vào thau tỏi, chừng 1 tuần lễ là được. Để lâu tỏi thấm ăn ngon hơn. Nước ngâm tỏi, pha nước mắm ăn rất ngon.

CÁCH LÀM HÀNH NÉN

□ VẬT LIỆU:

+ Hành củ	2kg	+ Muối hạt	2 chén
+ Tro bếp	1 chén đầy	+ Mía	2 khúc

□ CÁCH LÀM:

- Lựa hành già, củ chắc (hành non làm dưa khi nén bị xẹp).

- Cắt bỏ dọc hành (chừa rễ). Tro bếp khuấy đều trong nước, cho hành vào ngâm 2 ngày 2 đêm; mỗi ngày đảo hành 1 lần.

- Cắt rễ rồi lột lớp vỏ đỏ bên ngoài, bỏ bớt lá. Củ hành còn dài độ 5 phân, rửa lại để ráo nước.

- Xếp 1 lượt hành trong khay (vại sành), rải lớp muối phủ lên tới lớp mía chẻ mỏng, hết lớp này đến lớp khác rồi lấy vỉ tre gài chặt, trên để cối đá nén cho nặng, ngày sau dần thêm tấm thớt.

- Chùng 2 tuần là được. Lấy hành nén ra, cắt đầu đuôi bóc nõn, rửa cho hết mặn; để ráo, xếp vô thẩu (lọ thủy tinh), ấn thật chặt, nấu nước giấm đường đổ vô.

+ Giấm	1 chén
+ Đường	1 chén
+ Nước mắm	1 chén

- Đun nước mắm, đường giấm để nguội, đổ vô thẩu hành, vài ngày ăn được.

- Nếu muốn ăn ngay, thái mỏng từng củ hành trộn với nước mắm, tỏi, ớt, đường. Ăn rất ngon.

CÁCH LÀM ĐỒ CHUA

□ VẬT LIỆU:

+ 2 củ cải trắng	700g	+ 2 chén nước lọc (đun sôi để nguội)
+ 2 cà-rốt	300g	+ 4 muỗng cà-phê muối
+ 6 muỗng canh đường	1/2 chén	+ 1 củ tỏi
+ 1 chén giấm trắng	2 chén	+ 6 trái ớt đỏ

□ CÁCH LÀM:

- Củ cải, cà rốt gọt vỏ rửa sạch xắt miếng dài 5cm dẹt sòng hoặc tĩa hoa, lá, ông sao, trái đào... cắt răng cưa thái miếng hình vuông hoặc chữ nhật dài 4cm, ngang 1cm 5, dày 1/4cm.

- Rắc 2 muỗng cà-phê muối bột xóc đều vài lần để chùng 1/2 giờ cho thấm.

- Sả nước củ cải, cà-rốt nhiều lần cho hết mặn, đem phơi hơi héo cho ráo nước, kho ăn giòn hơn.

- Tỏi bóc vỏ xắt miếng mỏng, ớt xắt cuống chẻ đôi bỏ hạt.

- Trộn chung tỏi, ớt, cà-rốt, củ cải vô hủ thủy tinh đã có đường, giấm, muối, nước lọc hòa chung.

- Đồ chua làm bằng su hào cũng ngon và giòn.

- Đồ chua làm bằng đu đủ để được lâu nhưng khi bóp muối xong nhớ rửa bằng nước nóng âm ẩm cho sạch nhựa.

CÁCH LÀM KIM CHI (Đưa cải muối Triều Tiên)

□ VẬT LIỆU:

+ Cải lọ (cải dài)	1kg (1 cây)	+ Đường	1 muỗng cà-phê
+ Cà-rốt	2 củ	+ Tỏi	1 củ
+ Củ cải	2 củ	+ Ớt	5 trái
+ Gừng non	1 nhánh nhỏ	+ Muối	1 muỗng canh
+ Hành lá	vài cây	+ Nước mắm	1/2 chén

□ CÁCH LÀM:

- Cây cải để nguyên rửa sạch, vạch từng lá rắc muối, đặt trong rổ thưa cho rau mềm và chảy bớt nước. Vài giờ sau rửa lại từng lá rau cho hết mặn, nhẹ tay vắt ráo nước.

- Cà-rốt, củ cải, gừng gọt vỏ rửa sạch rồi thái chỉ.

- Hành lá cắt khúc dài 2 đốt ngón tay.

- Rắc muối vào củ cải, gừng trộn đều cho mềm rồi rửa lại, xả cho hết mặn, vắt ráo nước.

- Nước mắm, đường trộn chung với tỏi băm nhỏ, ớt thái miếng.

- Nếu làm ăn ngay, cắt từng lá cải rời ra rồi cho cà-rốt, củ cải, hành lá vào trong lá cải, cuộn lại để vô ve keo, rưới nước mắm ớt.

- Muối làm nhiều để dành, xếp nguyên cải trong hủ sành, mỗi lớp cải lại rắc củ cải, cà-rốt, hành lá, gừng rồi rưới nước mắm tỏi ớt lên trên.

- Khi ăn để nguyên cây xắt từng khúc tròn đặt lên đĩa bày rất đẹp, chung quanh có củ cải trắng, hành lá xanh, cà-rốt đỏ.

CÁCH LÀM CỦ CẢI NÉN (Ca-La-Thầu)

□ VẬT LIỆU:

+ Củ cải	3kg	+ Đường	1 muỗng cà-phê
+ Nước	1 chén	+ Muối	1/2kg
+ Xi dầu	1/2 lít		

□ CÁCH LÀM:

- Lựa củ cải to, bỏ bớt lá, độ từ cuống lá trở lên chừng 2 phân hãy cắt. Nếu củ cải cắt sát tới cuống rau khi nén sẽ bị úng.
- Nước và muối nấu cho tan, để nguội lọc sạch ngâm củ cải với nước muối nửa ngày.
- Xếp củ cải vào chậu sành, chắt bỏ nước muối, nén củ cải 1 đêm, trên để tấm thớt và vài hòn gạch đè cho thật nặng, để nước muối trong củ cải chảy hết ra.
- Lau củ cải cho khô, sắp vào vại, củ nọ khít củ kia nén cho thật chặt. Xì dầu đun với đường để nguội đổ vào củ cải vừa sắp, ngâm chừng 2 tuần, củ cải thấm đều là được.
- Đổ củ cải ra 1 cái chậu rộng miệng đem phơi nắng. Trở qua trở lại luôn cho củ cải mau khô.
- Vài nắng củ cải hút hết xì dầu, sắp củ cải vô ve keo dầy kín để giành kho cá, kho thịt, hầm xương, xào hay thái miếng mỏng ăn cơm hoặc cháo hoa rất đậm đà.

CÁCH LÀM GIÁ

□ VẬT LIỆU:

- | | |
|------------------------------|------------------|
| + Đậu xanh hạt 200g | + Vôi trắng 50g |
| + Thạch cao 1/2 muỗng cà-phê | + Lá tre 1 mớ to |

□ CÁCH LÀM:

- Đậu xanh bỏ hạt lép (đậu dạn), lựa hạt đậu nảy đều (giá mới mập), ngâm nước một lát, rồi xát trong rá cho mỏng bớt vỏ.
- Nửa giờ sau, rắc thạch cao vô trộn đều, đập lại ủ vài giờ cho đậu nứt nanh.
- Trải đậu vô nồi xửa (nồi đất), nếu dùng sọt hoặc giành phải lót lá tre, rom khô, hoặc lá chuối xé nhỏ ở phía dưới và chung quanh cho giá khỏi lọt. Tùy theo nồi to nhỏ mà lượng đậu. Trung bình một nồi xửa nhỏ 100g đậu là vừa (1 lạng đậu 600g giá) hoặc ủ giá bằng cái xô nhựa nhỏ, đục thủng mấy lỗ cho dễ thoát nước, hay cái nồi, chõ bằng nhôm...

- Rãi đều nửa phần đậu xanh đã nở mộng, dùng dũa tải nhẹ những hạt đậu kéo bị gãy mộng (cứ 1 lớp lá tre tới lớp đậu).
- Gài miếng vỉ tre, rồi ghim thật chặt bằng những thanh tre mỏng (khi úp xuống giá và lá tre không tuột ra).
- Ngày cho giá ăn 3 lần: sáng, trưa và tối. Mỗi lần ngâm cả xô giá vô chậu nước 1 giờ (nếu ở miền quê thả cả giành xuống ao rồi vớt lên).
- Ngày hôm sau lấy vôi trắng (vôi ăn trầu) khuấy với nước lã, lỏng lấy nước trong chừng 6 lít để tưới vô giá.
- Mỗi lần cho giá ăn, hòa nước vôi và nước lã tưới vô giá. 1 giờ sau, úp cái xô hoặc nồi xuống cho chảy ra hết nước.
- Ngày đầu cho giá ăn nước lã (nước ao hoặc giếng tốt hơn).
- 3 ngày sau tưới thêm nước vôi trong.
- Tùy theo thời tiết nóng thì 3 ngày, lạnh 5 ngày, là có giá ăn.
- Không nên mở ra coi nhiều, gió vào, giá sẽ bị le lười.

CÁCH LÀM CƠM RƯỢU NAM

□ VẬT LIỆU:

- | | |
|------------------|----------------------------------|
| + Nếp 750g 1 lít | + Phèn chua 1/2 muỗng cà-phê |
| + Nước 700cc | + Lá chuối ⁽¹⁾ vài lá |
| + Men 3 viên | + Nước vôi |

□ CÁCH LÀM:

- Vôi trắng ăn trầu lỏng lấy nước trong.
- Phèn chua hòa với nước vôi, cho nếp vào vo rồi xả nước, để ráo.
- 700cc nước đun sôi, tra nếp (750g) vô nồi nấu như nấu cơm nếp (không chắt nước).
- Nếp chín giở ra mâm cho mau nguội.
- Men giã nhỏ, rây trên nếp trộn đều. Xoa tay bằng nước muối

(1) Lá chuối: dùng lá chuối xiêm hay lá chuối hạt tươi còn mủ, phải lau kỹ để cơm rượu không bị đen.

đun sôi, vo viên tròn nhỏ như quả táo, sắp vào chậu, phủ trên lớp lá chuối. Ủ kín 2 ngày và 2 đêm cho rịn nước, nếm thấy ngọt là được.

- Những viên com rượu cho vô lọ thủy tinh. Nước đường nấu sôi để nguội chế vô, cùng với 2 muống canh rượu để.

CƠM RƯỢU TRUNG

□ VẬT LIỆU:

+ Gạo nếp	1 lít
+ Men	3 viên
+ Hoài Sơn	3 miếng

□ CÁCH LÀM:

- Nếp vo sạch, ngâm nước ấm 1 đêm, sáng xả nước vài lần, xóc cho ráo (khô).

- Nếp nấu 2 lần: lần thứ nhất hấp vừa chín tới (15 phút) để ra rá ngâm vô thau nước, quậy đều nhẹ tay cho nếp thấm nước rồi đem hấp lại lần nữa, thật chín mềm.

- Chỗ xôi để lên bếp cho nóng, khuôn gỗ vuông lót lá chuối, xới nếp ra ém chặt, quạt cho mau nguội, rắc men và hoài sơn đã tán nhuyễn (rải đều bề mặt thôi).

- Mỗi chén nước hòa với 1 muống cà-phê muối rang nấu sôi để nguội thoa tay khi vắt com rượu và lau lá chuối, cũng bằng nước muối.

- Thoa dao để xắt xôi bằng nước đường thắng với muối, hoặc nước muối cũng được. Xắt xôi mỗi miếng nếp bề dài 4 phân, ngang 2 phân, dày 1 phân.

- Lá chuối xếp vòng tròn quanh rổ, để những miếng nếp vô giữa, rồi đặt lá chuối ở trên đem ủ kín. Để chỗ nào hầm, nóng cho com rượu mau dậy (trời nóng 2 đêm 2 ngày là được).

- 1 lít nếp làm chừng 3 lát hoài sơn (không có cũng được). Trước khi làm: hoài sơn phơi khô hoặc sấy, giã nhuyễn trộn chung với men, đâm thành bột rắc lên nếp đã chín.

RƯỢU NẾP BẮC

□ VẬT LIỆU:

+ Nếp lúc ⁽¹⁾	1 lít
+ Men	4 viên
+ Lá chuối ⁽²⁾	vài lá

□ CÁCH LÀM:

Nếp nhặt bỏ trấu, thóc; vo sạch rồi ngâm nước 1 đêm, sáng đem xả lại nước cho hết mùi chua của gạo. Đổ vô chõ đồ xôi 20 phút, rồi đổ xôi vào chậu xả sơ cho ngấm nước. Trút vô chõ hấp thêm 1 giờ, thỉnh thoảng rảy nước vào xôi, nếu thấy nếp chua mềm.

- Đổ xôi ra mâm, để thật nguội, rắc men đã giã và rây trộn đều lên xôi.

- Trút xôi nếp vào soong men, trên phủ lớp lá chuối rồi dậy nắp bọc miếng nylon. 24 giờ mở ra, thăm nếp, đảo sơ, ủ lại ngày hôm sau là được (trời nóng 3 ngày, lạnh 5 ngày).

- Muốn để lâu khi rượu nếp ăn được rồi, cho vô lọ thủy tinh rưới thêm 5 muống canh rượu trắng. Nếu để trong tủ lạnh, ăn rất ngon.

Cách làm nước com rượu:

Các bạn muốn làm rượu nếp để lấy nước com rượu, cho com rượu vào lọ chế thêm 1 lít rượu trắng rồi đem hạ thổ 3 tháng 10 ngày uống rất bổ.

- Bã rượu còn lại, xào với hành nêm chút đường, muối, rắc đậu phộng giã nhỏ ăn với món cuốn tôm.

(1) Nếp trắng cũng được, nhưng bớt men 1 viên, hoặc tùy theo số lượng viên men của người bán.

(2) Dùng lá chuối xiêm hay lá chuối hột, lá chuối tươi còn mù, phải lau kỹ, để com rượu khỏi bị đen.

CÁCH LÀM MÌ SỢI

□ VẬT LIỆU:

- | | | | |
|--------------------------|-------|-----------------|----------------|
| + Bột mì | 500g | + Màu vàng | 1 muỗng cà-phê |
| + Hạt vệt ⁽¹⁾ | 2 cái | (màu thực phẩm) | |
| + Nước ấm | 200cc | + Nước tro tàu | 1 muỗng cà-phê |

□ CÁCH LÀM:

- Hạt vệt đánh tan.
- Nước ấm, màu vàng, nước tro tàu hòa chung với nhau, quậy cho tan, rồi đổ vô tô trứng.
- Bột mì rây vô thau, chế từng muỗng những hỗn hợp trên, quậy cho đều bằng đũa bép (đũa cả).
- Đổ bột lên bàn nhồi kỹ, chùng 20 phút cho mịn bột.
- Cán bột thật mỏng, rồi gấp 3 (hơi giống cách cán bánh quai vạc) cán qua gấp lại chùng vài lần.
- Mặt bột đã mịn, cán thẳng cho mỏng, rây lớp bột mì, rồi cuốn tròn xắt sợi nhỏ (dùng máy cán và xắt, sợi mì ngon hơn).
- Đặt xúng lên bếp, nước thật sôi, để mì vô hấp. Sợi mì nhỏ hấp 15 phút, sợi lớn giống nui hấp 20 phút đây nắp, thỉnh thoảng mở nắp ra vẩy nước mồ hôi, lấy đũa trở mì cho đều.
- Muốn để dành lâu, phơi mì (hong khô) không nên để chỗ nắng quá, khi ăn có vị khét.
- Mì sợi nấu với com, ăn mềm và dẻo. Mì sợi hấp rau, mì làm gói ăn rất ngon, mì sợi nấu tôm khô, mì trứng (chần) để ráo nước rồi đảo sơ qua với chút mỡ ăn cũng tốt, vì trong bột mì có rất nhiều chất bổ và dễ tiêu.

CÁCH LÀM BÚN

□ VẬT LIỆU:

- + 1 lít gạo (sóc nâu hay gạo ba quân)

(1) Không có hạt vệt cũng được

Gạo dùng làm bún phải là thứ gạo cũ, vì gạo cũ bún sẽ nở nhiều

□ CÁCH LÀM:

Gạo ngâm trước 1 ngày, đem xay (có thể dùng cối xay trái cây), đổ ra rây. Rây xong ngâm bột 1 hay 2 ngày nữa.

□ CÁCH RỬA BỘT:

- Khi bột đóng dưới đáy chậu, đổ nước ở trên đi rồi cho nước mới vô, lấy đũa đánh tan, để ít lâu bột lắng xuống đáy chậu. Gạn hết nước ở trên, đổ nước mới vô và đánh tan rồi lại để bột lắng xuống. Làm lại như trên độ 3, 4 lần là được.

- Rửa bột nhiều lần, bột không bị chua, ăn mới ngon. Nước để rửa bột, phải dùng nước giếng, nếu dùng nước máy phải đánh phèn chua, bún mới trắng.

- Một lít gạo 800g làm thành bột ngâm đi ngâm lại, rồi gạn hết nước còn 600g. Cho bột vào túi vải ép cho ráo nước, rồi vo tròn, nặn bẹt xuống. Bỏ cục bột vô nồi nước đã sôi, đun khoảng 15 phút. *Bột chín vỏ ngoài*, vớt ra bỏ vào cối giã thiệt kỹ. Sau khi giã, cho bột vào một cái chậu, dùng tay nhào thêm cho tới khi bột thật nhuyễn và mềm tay là được.

- *Cách đổ khuôn bún*: Muốn bột trở thành bún, cần phải có:

a) 1 cái khuôn bằng nhôm hoặc bằng đồng (đường kính độ 10 phân) có đục nhiều lỗ nhỏ (có thể dùng nắp hộp Guigoz đục lỗ, trong trường hợp nhà không có sẵn khuôn).

b) Một miếng vải dày hình vuông 0th40 x 0th40, ở chính giữa cắt 1 hình tròn hẹp hơn cái khuôn. Đặt chiếc khuôn vô cái hình tròn đó và xiết kín lại bằng dây hồng.

c) Cho bột vô khuôn, túm 4 góc vải rồi ép mạnh. Những dòng bột bún tuôn theo hàng lỗ nhỏ chảy xuống nồi nước sôi đặt sẵn trên bếp lửa. Chỉ 1 phút là bún chín.

- Khi bún chín, vớt ra ngay bằng 1 chiếc vớt lưới. Bỏ bún vô thau nước lạnh độ 1 phút lại vớt ra, thay nước lạnh khác. Rửa nước lạnh độ 2 lần là đủ. Khi rửa xong, vớt bún đặt vào lá chuối để nguội là ăn được. Bún có thể để dành ăn trong 2 ngày không bị chua.

Trong trường hợp muốn làm kỹ nghệ bún, cách làm cũng như trên, nhưng phải dùng máy ép bột và cối xay cũng chạy bằng máy, nhất là phải đảo 1 cái giếng nước ngay ở trong nhà.

CÁCH LÀM ĐẬU HỦ MIẾNG

□ VẬT LIỆU:

- + Đậu nành 600g
- + Nước 4 muỗng
- + Nước chua 1 lít

□ CÁCH LÀM:

Mua đậu nành ở chợ đem về phơi khô một nắng, cho vô cối đá cà đậu cho vỡ đôi. Dem ngâm chừng 2 hoặc 3 giờ, đãi sạch vỏ như đãi đậu xanh.

- Đãi sạch vỏ xong, cho vô cối đá xay. Nếu nhà không có cối đá, dùng máy xay trái cây cũng được. Xay đậu nhớ đong nước cho vừa, xay đi xay lại cho bột thật mịn. Trút bột vô túi vải lọc lấy nước bỏ bã. Nước đậu sẽ trắng đục như sữa.

Đổ tất cả nước đậu vô nồi nấu. Nhớ coi chừng, nước đậu nành sôi bùng lên hay bị trào ra ngoài.

Khi nước đậu đang sôi chế vô từ từ 1 lít nước chua. Nước đậu trong nồi sẽ nổi váng như gạch cua là được.

Cần phải có khuôn đậu và những miếng vải để gói đậu. Khuôn đậu làm bằng những thanh gỗ mỏng, cao chừng 2 phân, đóng thành từng ô: 5 phân x 8 phân. Trong mỗi ô đặt miếng vải, mức đậu đổ vào miếng vải rồi gói lại. Mỗi ô lại có nắp gỗ, ấn chặt từ từ cái nắp gỗ vào miếng vải cho chảy hết nước. Trên mặt khuôn đậu để thêm tấm thớt hoặc hòn đá to cho đậu dính thành miếng. Một lát sau, mở miếng vải lấy miếng đậu ra. Miếng đậu trắng mềm trông rất ngon.

CÁCH LÀM NƯỚC CHUA:

- + Đậu nành 300g
- + Nước 2000g
- + Giấm 50g

Đậu nành ngâm vài giờ đem xay, cho vô túi vải lọc bỏ bã. Lấy nước đặt lên bếp, nước đậu sôi chế giấm vô, đợi nước đậu sôi lên lần nữa rồi nhắc ra khỏi bếp chắt lấy nước để 1 ngày sau thành nước chua.

Chú ý:

* Nước hơi vàng là nhiều nước chua, đậu sẽ cứng. Để một lát cho lắng đậu xuống dưới, mức nước trong để dành ngày mai làm nước chua.

* Đậu ép nặng quá bị cứng, ăn không ngon.

CÁCH LÀM TRỨNG VỊT MUỐI

□ VẬT LIỆU:

- + Hột vịt 20 cái
- + Nước 1 lít
- + Muối hột 500g
- + Tro bếp 5 chén

□ CÁCH LÀM:

- Nước và muối đun sôi để nguội lọc sạch.

- Hột vịt thật tươi xếp vô ve keo (lọ) hoặc hũ sành, gài trên trứng bằng vĩ tre.

- Đổ nước muối vô hũ trứng ngập nước độ 2 lóng tay. 1 tháng sau muối ngấm vào trứng, đem luộc ăn với cháo trắng hoặc cơm.

- Nếu muốn để dành lâu, hòa 1 phần muối với 20 phần tro trộn với nước bao kín chung quanh hột vịt xếp nằm trên trấu. 2 tháng sau có trứng ăn, vì muối mặn đã ngấm vô trứng.

- Cách lựa và thử trứng coi bài "hột vịt Bắc - Thảo".

TRỨNG VỊT MUỐI 100 NĂM

□ VẬT LIỆU:

- + 12 trứng vịt tươi
- + 1 chén vôi
- + 6 muỗng canh muối (1/2 chén)
- + 1 chén nước nóng
- + 1 chén trà tàu
- + Tro than hay than củi

□ CÁCH LÀM:

- Trộn đều những hỗn hợp trên (như hồ xây tường): muối, trà, vôi, tro hòa chung với nước nóng; bọc quanh kín mỗi quả trứng, nghĩa là mỗi cái trứng có lớp hỗn hợp bao ngoài dày khoảng 5mm.

- Dùng khay hay chậu lớn, lót một lớp đất vườn xếp đúng trứng lên trên, xong phủ thêm kín đất rồi đem hạ thổ (chôn) trong vườn nơi có bóng mát 100 ngày.

- Trứng ngả màu xanh đậm, đặc trong là được, ăn rất mát và bổ.

- Dù gọi là trứng muối 100 năm, nhưng thực tế trứng chỉ được ủ muối 100 ngày.

HỘT VỊT BẮC THẢO

□ VẬT LIỆU:

+ Hột vịt	30 cái	+ Trà mạn	50g
+ Bồ kết	3 trái	+ Rau dền gai	1 nắm
+ Quế bột	2 muỗng cà-phê	+ Trắc bách diệp	40 lá
+ Đinh hương	1/2 muỗng cà-phê	+ Phèn chua	2 muỗng cà-phê

□ CÁCH LỰA TRỨNG:

- Muốn lựa trứng tươi, tay trái nắm gọn quả trứng chỉ hở phần trên, tay phải hơi cong để chống trên tay trái rồi soi lên ánh sáng mặt trời hoặc dưới đèn thấy trong đều là tốt.

- Thả trứng vào nước muối, trứng chìm xuống là tốt (1 lít nước, 50g muối hòa tan).

□ CÁCH LÀM:

- Lau trứng cho sạch hết chất dơ bám chung quanh vỏ.

- Bồ kết nướng thành than giã nhỏ như bột. Trà mạn pha với lít nước sôi, 1 giờ sau vắt bỏ bã lấy nước. Đinh hương sao vàng tán nhỏ. Rau dền gai phơi khô đốt lên lấy tro, trộn với bột quế và lá trắc bách diệp giã nhỏ.

- Phèn chua hòa với lít nước ngâm hột vịt 3 ngày. Lòng trắng sẽ trong, lòng đỏ sẽ vàng. Luộc ăn bùi và béo ngậy.

Nếu muốn để lâu, trộn những nguyên liệu trên bao ngoài trứng. Mỗi quả trứng bọc thêm lá trắc bách diệp, xếp đầu nhọn của trứng xuống dưới, đặt trong vại đậy nắp thật kín, chôn xuống đất (trứng này ăn mát nhờ hạ thổ 3 tháng 10 ngày, có thể để lâu chừng nửa năm hoặc hơn càng tốt).

B. CÁCH LÀM - CÁCH PHA CHẾ CÁC LOẠI GIA VỊ

- Cách làm nước mắm cá

- Cách làm tương ớt và ớt mẫu

- Cách làm sốt Gravy

- Cách làm mắm ruốc

- Cách làm mắm nêm

- Cách làm mắm cà

- Cách làm ruốc gà

- Cách pha chế: nước mắm giấm tỏi - nước mắm gừng - nước mắm cà cuống - nước mắm chanh ớt

- Cách pha chế: mắm nêm - mắm tôm - tương gừng - tương chám (miền Trung)

- Cách lấy nước cà - cuống

- Cách nấu nước hầm heo và gà