
Ẩm Thực

trong ca dao Việt Nam

Hoài Bảo Anh Thư

Nói đến ca dao là nói đến niềm tự hào của dân tộc mình. Ca dao là văn chương dân gian đa dạng, trải qua nhiều thế hệ lịch sử, đã được sinh ra trong những giai đoạn xã hội lúc bấy giờ và lưu truyền cho đến ngày nay. Ít có người biết đến được chính xác các tác giả, dù vậy ca dao đã là vũ khí chống lại những xâm nhập văn hóa trái qua sự đô hộ của nhiều thời đại. Ca dao Việt Nam là thành trì bảo tồn nền văn hóa dân tộc. Những câu ca dao tục ngữ, lời hò, hát dặm, bài vè thường đề cập đến nhiều khía cạnh khác nhau như xã hội, gia đình, tín ngưỡng, tình yêu, thiên nhiên, v.v... Ca dao Việt Nam là một kho tàng vô giá, làm giàu thêm tiếng mẹ đẻ, chúng ta nên cố gắng và trang trọng gìn giữ.

Là một người phụ nữ Việt Nam, tôi luôn cố gắng để làm trọn bốn đức tính ‘Công Dung Ngôn Hạnh’ của một người con gái Việt Nam. Bởi vậy, tôi đã xem việc nội trợ rất cần thiết, tôi rất ưa thích học hỏi nấu nướng những món ăn, thực đơn lạ. Ca dao Việt Nam đã chứa đựng rất nhiều thú vị trong việc nội trợ qua các thực đơn mỗi miền.

Bắt đầu từ miền Bắc, tha thiết với món thịt nấu đông cho ba ngày Tết, cũng như những món ăn mà ca dao diễn tả như sau:

*Ra đi anh nhớ quê nhà
Nhớ canh rau muống, nhớ cà dầm tương.
Nhớ ai dãi nắng, dầm sương.
Nhớ ai tát nước bên đường hôm nao!*

Và rồi mỗi vùng đều có các món riêng cố hữu:

*Chàng đi nhớ cháo làng Ghề.
Nhớ com phở Mía, nhớ chè Đông Viên.
Dưa La, cà Láng, nem Báng, tương Bần.
Cua Phụng Pháp, rau muống Hiền Ngang.
Hồi cô thắt lưng bao xanh.
Có về An Phú với anh thì về
An Phú có ruộng tứ bề.*

Có ao tắm mát, có nghề mạch nha.

Ca dao Việt Nam thường ghép những món ăn nổi tiếng với những người sành ăn, biết thưởng thức để không uổng công người đầu bếp cũng như đem tình người thêm gần nhau:

*Bồng bồng mà nấu canh tôm.
Ăn vào mát ruột, đem hôm lại bông.
Sáng ngày bỏ dục chấm chanh.
Trưa gọi cá chấy, tối canh cá chấy.*

*Nhất trong là giếng làng Hôi.
Nhất báo, nhì bùi là cá rô rêu.*

*Canh cải mà nấu với gừng,
Chẳng ăn thì chớ xin đừng chê bai.*

*Khé xanh nấu với ốc nhồi,
Tuy nước nó xám nhưng mùi nó ngon.*

*Canh bầu nấu với cá trê
Ăn vô cho mát mà mê vợ già.*

Tôi biết chắc rằng kho tàng ca dao Việt Nam rất bao la cũng như các món ăn, làm sao kể cho hết, thôi thì ăn ít mình sẽ thêm muốn thêm hoài hoài vậy.

Bước vào miền Trung cổ kính, ca dao Việt Nam sẽ giúp chúng ta thưởng thức những món ăn của xứ Cố Đô:

*Yến sào Vĩnh Sơn.
Cua gạch Quảng Khê
Sò nghêu Quan Hà
Rượu dâu Thuần Lũ*

Những ân tình hình như bị bỏ quên mỗi khi nhắc đến món rượu dâu rừng có vị chua chua, ngọt ngọt của miền Trung. Biết bao chàng trai đắm say men rượu thay men tình:

*Mang bầu đến quán rượu dâu.
Say sưa quên biết những câu ân tình.*

Xứ Huế, đất Đế Đô, đất Thần Kinh không làm sao bỏ quên những câu ca dao bất hủ của các món như:

*Ốc gạo Thanh Hà
Thơm rượu Hà Trung.
Mắm ruốc Cửa Tùng.
Mắm nêm Chợ Sãi.*

Các món ăn theo ca dao cùng nhau vượt núi, vượt đèo Hải Vân:

*Nem chả Hòa Vang.
Bánh tổ Hội An.
Khoai lang Trà Kiệu.
Thơm rượu Tam Kỳ.*

Với đồi núi cao ngất, biển cả mênh mông, ca dao Việt Nam lại mang những món hải sản để trao đổi với những rau trái:

*Ai về nhắn với họ nguồn.
Mít non gửi xuống cá nguồn gửi lên.
Măng giang nấu với gạch nguồn.
Đến đây nên phải bán buồn cho vui.
Cá mực nấu với dưa hường.
Lơ mơ có kẻ mất chồng như chơi.
Thương em vì cá trích về.
Vì rau muống luộc, vì mè trộn măng.*

Ca dao ngọt ngào hương vị khi về tới xứ Quảng, Qui Nhơn:

*Kẹo gương Thu Xà
Mạch nha Thi Phổ.
Muốn ăn bánh ít lá gai
Lấy chồng Bình Định sợ dài đường đi.*

Ca dao qua các món sơn hào, hải vị khi bước vào Khánh Hòa:

*Yến sào Hòn Nôi.
Vịt lội Ninh Hòa.
Tôm hùm Bình Ba.
Sò huyết Cam Ranh.
Nai khô Diên Khánh.*

Thêm vào những món ăn của miền Trung qua ca dao Việt Nam còn có các món gỏi:

*Chi ngon bằng gỏi cá nhồng.
Chi vui bằng được tin chồng vinh qui.
Trên non túc một hồi còi,
Thương con nhớ vợ, quan đòi phải đi.
Không đi thì sợ quan đòi.
Đi ra thì nhớ cá mè nấu măng.*

Đi ‘dzô’ tới miền Nam phì nhiêu, cò bay thẳng cánh, ca dao vẫn phong phú:

*Biên Hòa có bưởi Thanh Trà
Thủ Đức nem nướng, Điện Bà Tây Ninh.
Bánh tráng Mỹ Long, bánh phồng Sơn Đốc.*

*Ba phen quạ nói với diều.
Cù lao Ông Chưởng có nhiều cá tôm.
Tháng tư com gói ra Hòn.
Muốn ăn trứng Nhạn phải lòn hang Mai.*

Ca dao không những qua thực đơn mà còn có những điều hò ru con của các bà mẹ:

*Gió đưa gió đẩy về rẫy ăn còng.
Về sông ăn cá về đồng ăn cua.
Vị bằng con cá nấu canh.
Bỏ tiêu cho ngọt, bỏ hành cho thơm.*

Ca dao còn giúp những món rau cải được tăng thêm sự thơm ngon cho người dùng:

*Mẹ mong gả thiếp về vườn.
Ăn bông bí luộc, dưa hường nấu canh.*

*Khoan khoan mổ một con gà
Bí đao xắt nhỏ, tiêu cà bô vô.*

Cũng như các ông thường thêm chút rượu đi đôi với:

*Đốt than nướng cá cho vàng.
Dem tiền mua rượu cho chàng uống chơi.*

Món cá kho tiêu của miền Nam mà tôi học được, rất bình dân cũng lại là món mà tôi thích nhất. Cứ mỗi lần nấu món này, tôi vẫn thường sợ hàng xóm ngửi mùi (cái mùi rất đặc biệt đối với dân Việt mình nhưng không mấy thân thiện cho người Mỹ!!):

*Bậu ra bậu lấy ông câu.
Bậu câu cá bóng chặt đầu kho tiêu.
Kho tiêu, kho ớt, kho hành.
Kho ba lượng thị để dành mà ăn.*

Sự dồi dào, phong phú của ca dao Việt Nam qua các thực đơn đã giúp cho việc nội trợ của tôi thêm phần thích thú mỗi khi vô bếp. Hy vọng rằng đã đem lại chút ít hứng thú cho người đọc và mong được bạn đọc chia sẻ những gì thiếu sót, cũng như ca dao Việt Nam qua những khía cạnh khác như đời sống, gia đình, tình yêu, thiên nhiên, v.v.