

Khám phá ẩm thực Việt Nam

Mỗi món ăn là một câu chuyện

Với người Việt, ẩm thực không chỉ đơn thuần là ăn để no. Mỗi món ăn là kết tinh của lịch sử, văn hóa, thiên nhiên và lối sống của con người trên dải đất hình chữ S. Đằng sau hương vị thơm ngon là những câu chuyện được truyền từ thế hệ này sang thế hệ khác.

Phở – Sự kiên nhẫn và hài hòa

Mỗi buổi sáng sớm, khi những hàng quán bắt đầu mở cửa, hương thơm từ nồi nước dùng nghi ngút khói đã lan tỏa khắp con phố. Mùi quế, hồi, gừng nướng và xương bò hòa quyện trong không gian, đánh thức mọi giác quan.

Nhìn bát phở, người ta dễ nghĩ rằng đây là một món ăn giản dị. Nhưng để tạo nên một bát phở ngon lại là cả một nghệ thuật. Nước dùng phải được ninh liên tục trong nhiều giờ để lấy vị ngọt thanh tự nhiên. Bánh phở mềm mại được làm từ gạo – loại lương thực đã nuôi sống người Việt suốt hàng nghìn năm. Những lát thịt bò được thái mỏng và chín vừa để giữ được độ mềm và vị ngọt.

Trên tất cả là sự cân bằng hoàn hảo giữa các nguyên liệu. Không hương vị nào lấn át hương vị nào. Tất cả cùng hòa quyện để tạo nên một tổng thể hài hòa.

Gỏi cuốn – Sự tươi mới và gần gũi với thiên nhiên

Nếu phở mang đến cảm giác ấm áp, gỏi cuốn lại mang hơi thở của thiên nhiên. Ẩn sau lớp bánh tráng mỏng là sắc xanh của rau thơm, màu hồng của tôm, màu trắng của bún và vị tươi mát của các nguyên liệu.

Không chiên rán, ít dầu mỡ, gỏi cuốn giữ trọn hương vị tự nhiên vốn có.

Một cuốn gỏi ngon là sự kết hợp của vị ngọt từ tôm thịt, hương thơm của các loại rau và độ mềm dai của sợi bún. Khi chấm cùng nước mắm hoặc sốt đậu phộng, mọi hương vị trở nên trọn vẹn.

Gỏi cuốn thể hiện sự gắn bó giữa người Việt với thiên nhiên. Trong bữa ăn Việt Nam, rau sống và rau thơm không chỉ là món ăn kèm mà là một phần không thể thiếu của văn hóa ẩm thực.



Bánh mì – Sự giao thoa văn hóa

Bánh mì là minh chứng rõ nét cho sự gặp gỡ giữa các nền văn hóa. Bắt nguồn từ chiếc baguette của Pháp, người Việt đã biến nó thành một món ăn mang bản sắc riêng.

Vỏ bánh mỏng và giòn, ruột bánh nhẹ và xốp, kết hợp cùng pate, thịt nướng, chả lụa, đồ chua, dưa leo và rau thơm.

Giòn nhưng mềm.

Đậm đà mà không ngấy.

Quen thuộc nhưng luôn tạo bất ngờ.

Bánh mì cho thấy khả năng tiếp thu và sáng tạo của người Việt: đón nhận những ảnh hưởng từ bên ngoài và biến chúng thành một phần của văn hóa bản địa.



Bánh xèo – Sự sẻ chia và đa dạng vùng miền

Người ta thường nghe thấy bánh xèo trước khi nhìn thấy nó. Tiếng “xèo” vui tai vang lên khi bột gạo được đổ vào chảo nóng. Chỉ ít phút sau, chiếc bánh vàng ruộm với nhân tôm, thịt và giá đỗ đã tỏa hương thơm hấp dẫn.

Nhưng điều thú vị nhất nằm ở cách thưởng thức. Một miếng bánh được đặt lên bánh tráng, cuộn cùng rau sống và rau thơm rồi chấm vào bát nước mắm chua ngọt. Vị giòn của bánh, vị ngọt của tôm thịt, sự tươi mát của rau xanh và vị đậm đà của nước mắm hòa quyện trong từng cuộn nhỏ.

Bánh xèo cũng phản ánh sự đa dạng vùng miền. Miền Trung chuộng những chiếc bánh nhỏ, mỏng và giòn; miền Nam lại nổi tiếng với bánh lớn, nhiều nhân và vô số loại rau ăn kèm.

Dù khác nhau về hình thức, bánh xèo ở khắp mọi miền vẫn là món ăn của sự sẻ chia, nơi gia đình và bạn bè cùng quây quần bên mâm ăn.



Mâm cơm – Nơi những câu chuyện tiếp tục

Dù nổi tiếng với nhiều món ăn đặc sắc, trái tim của ẩm thực Việt Nam vẫn là mâm cơm gia đình. Người Việt thường đặt các món ăn ở giữa bàn để mọi người cùng gấp và cùng thưởng thức.

Bữa cơm không chỉ là lúc ăn uống mà còn là khoảng thời gian để trò chuyện, quan tâm và gắn kết các thế hệ trong một gia đình.

Vì thế, hương vị đáng nhớ nhất đôi khi không phải là những món ăn nổi tiếng, mà là bát canh mẹ nấu hay bữa cơm sum họp sau những ngày xa nhà.



*Phở là câu chuyện về sự hài hòa được vun đắp qua thời gian
Gỏi cuốn là hương vị của thiên nhiên và sự tươi mới
Bánh mì là thành quả của sự giao thoa và sáng tạo
Bánh xèo là món ăn gắn kết con người bằng tình thân sẻ chia
Mỗi món ăn đều mang trong mình lịch sử, lối sống và tình cảm của người Việt.*

Nhưng có lẽ, những điều đẹp đẽ ấy không chỉ riêng Việt Nam mới có.

Tôi tin rằng, mỗi quốc gia trên thế giới đều sở hữu những giá trị và nét đẹp riêng, được thể hiện qua nhiều phương diện khác nhau trong cuộc sống thường ngày. Và ẩm thực chính là một trong những cánh cửa gần gũi nhất để chúng ta bước vào và cảm nhận những giá trị ấy.

Khi cùng ngồi bên một mâm cơm, thưởng thức một món ăn truyền thống, chúng ta không chỉ nếm thử hương vị, mà còn được chạm tới lịch sử, ký ức và những câu chuyện của con người nơi đó. Hiểu về sự khác biệt, trân trọng những nét riêng của nhau sẽ mở ra những cuộc gặp gỡ mới và những kết nối ý nghĩa hơn. Hy vọng rằng, từ những câu chuyện nhỏ của ẩm thực Việt Nam, chúng ta sẽ thêm yêu và tò mò khám phá những nền văn hóa khác trên thế giới, để lắng nghe những câu chuyện tuyệt vời mà mỗi đất nước đang gìn giữ và trao truyền qua từng thế hệ.

Tác giả: Hoàng Mai-Điều phối viên quan hệ quốc tế Việt Nam



Các Điều phối viên quan hệ quốc tế tỉnh Mie mỗi tháng sẽ chọn một chủ đề khác nhau để giới thiệu về các nền văn hóa trên thế giới.