

Cây ớt – và trái ớt trong đời sống

Tác Giả: Lê Bình

Thứ Sáu, 03 Tháng 10 Năm 2008 23:15

Theo đông y, ớt có vị cay, nóng, và ớt có tác dụng tán hàn, tiêu thäc, giảm đau... Trong dân gian thäng dùng ớt để chữa đau bụng do lạnh, tiêu hóa kém, đau khớp, dùng ngoài chữa rắn rết cắn...v.v.

Theo Tây y, ớt có rất nhiều ích lợi cho sức khỏe. Chất capsaicin trong ớt kích thích não bộ sản xuất ra chất endorphin, một morphin có tác dụng giảm đau, đặc biệt có ích cho người bị viêm khớp mãn tính và ung thư. Ớt cũng giúp ngăn ngừa bệnh tim như một số hoạt chất giúp máu lưu thông tốt, tránh tình trạng đông đät tiểu cầu. Ngoài ra, ớt còn giúp ngăn ngừa tình trạng huyết áp tăng cao.

Một số nghiên cứu cho thấy, các loại ớt vị xanh, trái nhỏ có hàm lượng capsaicin cao hơn.

Trái ớt trong y học thì nhỏ thä, nhưng trong đời sống, trái ớt còn có nhiều chuyện để bàn tán, thêm bớt và tỏ o nên nhiều câu chuyện vui buồn rất sinh động, phong phú và rất “ngäi”.

Có một câu chuyện của tác giả Côn Thä hay Ninh Kiều (?) đã viết về trái ớt, và để ý như vậy “Có một gia đình kia, anh chàng là “dân” trí trí thäc, (nói chung là có học đi nhé) nhưng (däng nhä) một cái tật phong kiến, gia trưởng; cái kiểu cách “chäng chúa vä tôi”, còn người vợ đäc mô tả là rất đäm đang, hiền thäc, 3 täng, 4 đäc đäu có đä. Nhưng cô vợ (cũng đäng nhä) một cä anh chàng nên ngày nào, bữa ăn nào cũng không làm anh chàng hài lòng; trong khi đó, ”

Cây ớt – và trái ớt trong đời sống

Tác Giả: Lê Bình

Thứ Sáu, 03 Tháng 10 Năm 2008 23:15

chung nhà còn có cô em chäng rät mäc thäng yêu chä däu. Cô nàng luôn luôn tìm cách bình väc che chä cho chä. Và anh chäng rät khoái ăn ớt. Cách ăn ớt cäa anh cũng cäu kä: Đem trái ớt chín đä ra đä trên chiäc đĩa sä träng, dùng dao nhän chä trái ớt làm đôi, läy hät bä ra, và cät träi ớt thành nhiäu miäng nhä, đäm trong mäc mäm, ăn canh chua mà thiäu däa mäm ớt là có chuyän ngay. Đäi khái là nhä thä. Và cô vä thì rät đäm đäng, nhäng vì anh chäng “đän áp” mäi ngày cho nên nàng rät quänh quäng, läp cäp...v.v. cho nên càng lo läng chu toàn chäng nào thì càng sä sót nhiäu chäng näy. Đäc câu chuyän làm nhä đän chuyän phim “Säng väi kä thù” (Live with enemy) cũng có anh chäng quá quäc nhä thä.

Còn có chuyän Trái ớt nhä väy: Có anh chàng kia, đến tham bän, täi bäa ăn đäc ngäi bän mäi dùng bäa. Trong bäng chàng là muän ăn, nhäng ngoài mät läi tä vä áy náy chäi tä. Mäi mäc mäc mãi, cuäi cùng anh chàng mäi nói “Thäy đĩa ớt đä au ngon quá, thôi thì läi dùng bäa cùng gia đình anh chä.” Và chàng thän thät quät mät bäng no cänh hông...cũng nhä có mäy trái ớt.

Trong gia đình ngäi Viät ở Thung läng silicon, häu nhä nhà nào có chút đät, chút sân, có khoäng không gian träng...đäu có träng mät vài loäi rau trái...và trong đó không thä thiäu cây ớt. Không hiäu sao, ớt cay mà ngäi nào cũng muän ăn, bäa cäm thiäu trái ớt là mät ngon; trong khi đó, đäc ngäng läi chäng mäy ai thêm(?) Cay, đäng läi thêm, ngät ngào không ham...chäng trách cuộc đäi sao mà nhiäu cay đäng.

Ớt cũng có liên quan đän nä giäi:

“Ớt nào mà ớt chäng cay,

Gái nào là gái chäng hay ghen chäng.”

Thiät là täi nghiäp cho thân phän nä nhi. Ngäi đäi cä gán cho phän hay ghen, mà ngäi ta läi không đä cäp đän nguyên nhân gây nên “tánh” ghen nä i phän. Täi dzì anh chäng có “mäo chuät” “tätí te” thì cô vä mäi ghen chä? Ngäi ta đäng báo có nhäng chuyän ghen cät mät “cäa quý” cäa anh chäng quäng cho chó ăn, hoäc bäm cho dzät xäc... Läi näa, nói nhä väy nghĩa là là đän ông không ghen Ớ?

Cây ớt – và trái ớt trong đời sống

Tác Giả: Lê Bình

Thứ Sáu, 03 Tháng 10 Năm 2008 23:15

Và theo kinh nghiệm dân gian truyền khẩu thì, cô gái nào trồng ớt, giồng ớt, cấy ớt mà cay...thì cô đó ghen “ba chề”, ghen “tàn canh gió lùa”, ghen hớt biếng luôn ...chồng biếng đúng sai nào. Còn cánh đàn ông cấy ớt, bươm ớt mà cay hời có ghen không? Đúng là mậy ông đàn ông đi thùa, đi vớ cho phôi thôi.

Rồi cũng theo kinh nghiệm truyền khẩu thì, muống ớt cay nên bón phân gà, muống trái ớt cay thì nên hái vào buổi sáng...v.v. Thế xem sao?

Và ớt cũng có nhiều loại, có ớt cay và cũng có ớt không cay. Tôi nhớ mậy trái ớt chuông (bell pepper) trong chợ Mỹ...chồng có vợ cay tí nào dù cho trái ớt loại này to đùng, bự thì chồng...giồng như ớt trái chuông.

Ngồi Viêt Nam cho ớt ớt Xiêm (ớt hiểm) là cay nhất; cũng có người cho ớt trái ớt Chìa Vôi mới là loại ớt cay nhất. Nhưng, theo sách vở thì ớt có hàng trăm loại khác nhau, và trái ớt cay nhất thế giới là loại ớt Bhut Jolokia trồng ở Ấn Độ. (Bhut Jolokia. The world's hottest chilli is the Bhut Jolokia also known as Bih Jolokia originating in Assam in North East India. It is the Guinness World Book Record Holder with an official Scoville heat rating (SHU) of 1,001,304 SHU twice that of the previous record holder, the Red Savina. A SHU stands for Scoville Heat Unit and is the amount of water needed before the chilli heat is undetectable. One drop of the Bhut Jolokia extract needs a million drops of water.)

Khi ta đến Hoa Kỳ, nhất là vùng Cali nông nghiệp mậy, có dân tộc Mỹ Tây Công chúng. Tại nông nghiệp Mỹ tây Công có “quả cay” là trái ớt và cái nón trồng vành? Có nghĩa như là người Mỹ ăn cay nhất thế giới. Tuy nhiên, khi chúng đến vùng này, món ăn Mỹ chúng có món nào cay cho ra hồn. Ở miền tây Mỹ có món ăn “Salsa” là món chấm cà bánh tráng bắp (chip). Món salsa làm bằng cà chua, ớt là chính. Có ăn thì mới biết chúng thấm vào đầu so với chén muối ớt chấm xoài chua ngâm cam thảo, chum ruốt cà mậy cô, mậy ch.

Còn có loại ớt kiêng bán vào mậy ngày Tết. Trái sum suê, trái chi chít với đi màu xanh đỏ tím vàng. Đi chợ Hoa Nguyễn Huệ vào nông ngày trước Tết, bà con Sài Gòn đi với loại ớt này. Ớt kiêng để chăm bón để biếng đến ngày cần thì mới cho trái ớt chum, sung mãn. Người ta chúng mậy chửi với kiêng với c muối sung túc, tỉn bực cà cà đi y nhà như trái chi chít trên cành.

Cây t – và trái t trong đ i s ng

Tác Giả: Lê Bình

Thứ Sáu, 03 Tháng 10 Năm 2008 23:15

Trái t b t ngu n t đầu, l ch s thu n hóa nó nh th nào...ch ng có công đầu mà đi tìm. Nh ng có m t đ u ng là dân t c nào cũng khoái ăn t, dùng t nh là gia v trong b a ăn, và m i qu c gia có riêng t ng lo i t đ c bi t c a x s mình. Không bi t ng i Vi t Nam có gi ng t nào tiêu bi u. Nh ng trong đ i s ng đã t n đ ng, khai thác trái t cho l i ích dân gian. t là m t v thu c:

M t s bài thu c Nam thông đ ng có t: (đ c tham kh o trích đăng t trang S c Kh e & Đ i S ng)

- Ch a r ng tóc do hóa tr li u: t trái 100 g, ngâm v i r u tr ng trong 10-20 ngày. Dùng r u này bôi lên da đ u, có tác đ ng kích thích m c tóc.

- Gi m đau do ung th , đau kh p: Ăn 5-10 g t m i ngày.

- Ch a ăn u ng kém tiêu do ung th : t 100 g, h c đ u x 100 g, tán b t ăn h ng ngày.

- Ch a ăn u ng ch m tiêu: t trái dùng làm gia v , ăn h ng ngày.

- Ch a đau th t ng c: t 2 qu , đan sâm 20 g, ngh đen 20 g. S c u ng ngày 1 thang.

- Ch a đau d dày do l nh: t 1-2 qu , ngh vàng 20 g, tán b t u ng ngày 2-3 l n.

- Ch a b nh chàm (eczema): Lá t t i 1 n m, m chua 1 thìa. Hai th giã nh , l y v i s ch gói l i, đ p lên n i b chàm đã r a s ch b ng n c mu i.

- Ch a r n r t c n: Lá t giã nh , đ p vào n i b th ng, băng l i. Ngày làm 1-2 l n cho đ n khi h t đau, 2-3 gi là kh i.

Cây ớt – và trái ớt trong đời sống

Tác Giả: Lê Bình

Thứ Sáu, 03 Tháng 10 Năm 2008 23:15

- Cháa bánh váy nán: Lá ớt 1 nám to (sao chín nháng không cháy), tinh tre đáng ngà 1 bát, lá sáng đái 7-9 lá, thiên niên kián khoáng 300 g. Tát cá cho vào nái vái 2 lít nác, đun sôi ká, uáng đán thay nác chè, uáng cháng 3 ám là khái.

- Đau báng kinh niên: Rá cây ớt, rá chanh, rá hoàng lác mái thá khoáng 10 g. Sao vàng, sác uáng ngày 1 thang.

- Cháa đau láng, đau kháp: Ớt chín 15 quá, lá đu đá 3 cái, rá chá thiên 80 g. Tát cá đem giã nhá, ngâm cán vái tá lá 1/2, dùng đá xoa bóp, sá mau khái.

- Cháa mán nhát: Lá ớt giã nát vái ít muái, dùng đáp vào nhát đang máng má, sá bát đau nhác, đá vá má, mau lành.

- Cháa khán cá: Dùng ớt làm thuác súc miáng (đái đáng cán thuác).

- Cháa rán rát cán: Lá ớt giã nhá, đáp vào vát tháng cho đán khi hát đau nhác thì bá đi. Ngày đáp 1-2 lán cho đán khi hát đau. Tháng chá 15-30 phút thì hát đau.

Lành thay trái ớt. Vá cay, tánh ám, tiêu hàn. Trái ớt cay cho tình nghĩa mán náng, tánh ôn nhu hái ám cho con ngái ái gán gái vái nhau. Tiêu hàn trác xuát nháng lánh láng đang bao bác chung quanh nháng con ngái cùng màu da cùng cháng tác, cùng mát mái nhà là trái đát thân tháng.