

Nh&#223;ng đ&#223;c đ&#223;m văn hóa dân t&#223;c, cũng nh&#223; khí h&#223;u đ&#223; quy đ&#223;nh nét riêng cho văn hóa &#223;m th&#223;c m&#223;i vùng mi&#223;n, đ&#223;t n&#223;c. Đ&#223;i v&#223;i Vi&#223;t Nam cũng v&#223;y, nh&#223;ng đ&#223;c đ&#223;m v&#223; thói quen, tính cách c&#223;a ng&#223;i Vi&#223;t đ&#223; th&#223; hi&#223;n ph&#223;n nào qua món lẩu – món ăn m&#223;i ra đ&#223;i trên x&#223; s&#223; "lúa gạo" này.



[nh:dumuc.info](http://nh:dumuc.info)

Có &#223; nhi&#223;u ng&#223;i s&#223; th&#223;c m&#223;c vì sao tôi &#223;i d&#223; dàng kh&#223;ng đ&#223;nh nh&#223; v&#223;y. Nh&#223;ng n&#223;u đ&#223; ý m&#223;t chút s&#223; th&#223;y, tuy lẩu không ph&#223;i là món ăn truy&#223;n th&#223;ng c&#223;a dân ta, ch&#223;a x&#223;ng danh b&#223;ng ph&#223;, bún, hay c&#223;m, bánh tr&#223;ng ho&#223;c bánh t&#223;... nh&#223;ng cũng ph&#223;i nói, t&#223;ng nguyên li&#223;u, cách ch&#223; bi&#223;n đ&#223;n th&#223;ng th&#223;c món ăn này đ&#223;u đ&#223;c bi&#223;n đ&#223;i sáng t&#223;o đ&#223; phù h&#223;p v&#223;i đ&#223;c tính khí h&#223;u, văn hóa đ&#223;t n&#223;c và con ng&#223;i Vi&#223;t Nam.



[nh:anchoigiatrivi.vn](http://nh:anchoigiatrivi.vn)

Ai cũng bi&#223;t r&#223;ng, Vi&#223;t Nam là m&#223;t n&#223;c nông nghi&#223;p Á Đông, thu&#223;c x&#223; nóng. Chúng ta có r&#223;t nhi&#223;u lo&#223;i rau nhi&#223;t đ&#223;i cũng nh&#223; đ&#223;a đ&#223;ng các lo&#223;i th&#223;t b&#223; đ&#223;ng mà &#223;i ngon. H&#223;n n&#223;a, các món lẩu còn có s&#223; k&#223;t h&#223;p hoàn h&#223;o c&#223;a m&#223;t ho&#223;c nhi&#223;u lo&#223;i rau ghém, rau s&#223;ng. Chính s&#223; đ&#223;a đ&#223;ng c&#223;a các lo&#223;i rau (rau c&#223;i xanh, c&#223;i ng&#223;t, rau c&#223;i cúc, rau mu&#223;ng, rau c&#223;n...) đ&#223; mang đ&#223;n h&#223;ng v&#223; ngon ng&#223;t và mát khi ăn kèm v&#223;i các th&#223;c ph&#223;m khác. Ngoài rau, lẩu còn h&#223;p đ&#223;n b&#223;i

## Lẩu Việt

T&#225;c Gi&#7843;: Saigon Echo s&#228;m  
Ch&#250;a Nh&#7853;t, 13 Th&#225;ng 12 N&#259;m 2009 21:01

---

Vì ng&#228;t th&#228;m c&#228;a các lo&#223;i th&#228;t, cá và ph&#228;n ăn kèm theo nh&#228; mi&#228;n, mì tr&#228;ng, bún g&#228;o, mì tôm... Tr&#228;c khi món lẩu du nh&#228;p vào n&#228;c ta, ng&#228;i Việt cũng đã có thói quen th&#228;ng th&#228;c món ăn nóng t&#228; mì, mì&#228;n,... ăn kèm rau và n&#228;c dùng ng&#228;t nh&#228; món: ph&#228;, bún hay món h&#228;u l&#228;n... Có lẽ vì th&#228; mà nhi&#228;u ngu&#228;n tài li&#228;u cho r&#228;ng, lẩu là món ăn có ngu&#228;n gốc và là s&#228; sáng t&#228;o v&#228; cách chế bi&#228;n, cách th&#228;ng th&#228;c món h&#228;u l&#228;n (hay m&#228;t lo&#223;i mì n&#228;c nào đó)



### Lẩu hải sản ở các ng&#228;i miền Trung & a chu&#228;ng

Tuy nhiên, vì nhi&#228;u lo&#223;i gia v&#228;, rau, nấm, măng, khoai môn, th&#228;t, th&#228;y hải sản và các d&#228;ng n&#228;c dùng chuyên bi&#228;t, lẩu ở các ng&#228;i Việt ta &#228;a chu&#228;ng và ngày càng phát tri&#228;n đa d&#228;ng h&#228;n r&#228;t nhi&#228;u. Qua th&#228;i gian, v&#228;n là ki&#228;u chế bi&#228;n và phong thái th&#228;ng th&#228;c nh&#228; ban đ&#228;u, nh&#228;ng lẩu đã t&#228;ng b&#228;c đa d&#228;ng h&#228;n v&#228; h&#228;ng v&#228; cũng nh&#228; nguyên li&#228;u để chế bi&#228;n cho t&#228;ng món.



### Lẩu cua hoàng đế San hô đỏ

Kinh t&#228; phát tri&#228;n cũng kéo theo s&#228; thay đ&#228;i kh&#228;u v&#228; c&#228;a m&#228;i ng&#228;i, các món lẩu vì th&#228; cũng đ&#228;c c&#228;i bi&#228;n h&#228;n cho phù h&#228;p. Khi m&#228;i ra đ&#228;i, ph&#228; bi&#228;n nh&#228;t là các món lẩu th&#228;y hải sản, đ&#228;c bi&#228;t là lẩu cá, lẩu cua, tôm, m&#228;c,... Ngày nay, có r&#228;t nhi&#228;u món lẩu m&#228;i là s&#228; kết h&#228;p t&#228;ng nh&#228;ng nguyên li&#228;u th&#228;t “sang” h&#228;n nh&#228; lẩu bò, lẩu m&#228;m, lẩu hoa xuân... Có ng&#228;i t&#228;ng kh&#228;ng đ&#228;nh r&#228;ng: “Nguyên li&#228;u để làm thành món lẩu đa d&#228;ng đ&#228;n m&#228;c nhìn m&#228;t n&#228;i lẩu, chúng ta c&#228;m nh&#228;n đ&#228;c t&#228;c nh&#228;ng vì chế t&#228;t nh&#228;t cho s&#228; kho&#228;”.

Lẩu là món ăn mang đ&#228;c đ&#228;y đ&#228; nh&#228;ng đ&#228;c tr&#228;ng v&#228; văn hóa &#228;m th&#228;c Việt Nam. Đó là tính

hoà đ&#ng - đ&# đ&#ng, tính đ&# m đ&# h&# đ&#ng v&# , tính t&#ng hoà nhi&# u ch&# t, nhi&# u v&# , tính ngon và lành, tính dùng đ&#a, tính c&#ng đ&#ng - t&#p th&# và tính “đ&#n thành mâm”. Th&# c s&# , ch&# a th&#y món ăn nào l&#i đ&# đ&#ng trong nguyên li&# u ch&# bi&#n, đ&# m đ&# trong h&# đ&#ng v&# , đ&# m đ&# trong cung cách th&# đ&#ng th&# c nh&# món l&#u. Nh&#ng n&#i l&#u nóng h&#i đ&#t gi&#a bàn ăn, n&#c dùng ngon ng&#t cùng các lo&#i rau t&#i, b&# đ&# đ&#m đ&#n s&# đ&# c bi&#t, khác l&# c&# a món ăn này.



[nh:chudu24.com](http://nh:chudu24.com)

L&#i nói đ&#n cung cách th&# đ&#ng th&# c, vào m&#i đ&#p gia đình, b&#n bè đoàn t&# , có l&# ng&#i ta s&# nghĩ đ&#n món l&#u tr&# c tiên, b&#i nó đem l&#i không khí v&# a đ&#m b&#ng v&# a phù h&#p đ&#ng&#i qu&#n đồng ng&#i. C&# gia đình, ng&#i thân, b&#n bè bên n&#i l&#u đang nóng h&#i, nghi ngút khói, cùng nhau th&# đ&#ng th&# c nh&#ng mi&#ng th&#t, món rau v&# a chín t&#i, hay bát n&#c dùng đ&# các v&# ngon ng&#t, đ&# m đ&#, chua cay... Không khí &#y, cách th&# đ&#ng th&# c &#y đ&#ng nh&# đ&# khi&#n món l&#u thêm h&#p đ&#n v&#i ng&#i Việt Nam hay cũng là đ&# dân ta gi&#i thi&#u v&#i các b&#n n&#c ngoài v&# nét đ&#p, s&# phong phú trong văn hóa đ&#m th&# c Việt.

Đ&#m th&# c Việt Nam còn coi tr&#ng y&#u t&# b&# đ&#ng, vì v&#y v&#c ch&# bi&#n các món ăn t&# nguyên li&# u t&#i s&#ng cũng là m&#t y&#u t&# khi&#n món l&#u v&# a ngon l&#i v&# a b&#. Nh&#ng k&#t h&#p t&# th&#t gà ng&#i c&#u (giúp gi&#i nhi&#t c&# th&#), l&#u n&#m (t&#ng c&#ng mi&#n đ&#ch, gi&#i đ&#c)... là m&#t minh ch&#ng r&#t chính xác và c&# th&# v&# v&#c ch&# bi&#n món ăn nh&# nh&#ng bài thu&#c có l&#i cho s&#c kh&#e.



Lẩu Việt om s&#u x&# B&#c

## Lẩu Việt

T&#225;c Gi&#7843;: Saigon Echo s&#u t&#m

Ch&#250;a Nh&#7853;t, 13 Th&#225;ng 12 N&#259;m 2009 21:01

---

Tuy cùng mang nh&#ng đ&#c tr&#ng chung c&#a &#m th&#c Vi&#t nh&#ng m&#i mi&#n trên đ&#t n&#&#c ta l&#i mang có nh&#ng lo&#i lẩu mang h&#&#ng v&# đ&#c tr&#ng c&#a vùng mi&#n đó. Ng&#&#i B&#c th&#&#ng chu&#ng các lo&#i lẩu v&#t, lẩu n&#m...mi&#n Nam l&#i n&#i b&#t v&#i lẩu cá kèo, lẩu mắm; mi&#n Trung ph&# bi&#n nh&#t v&#i các lo&#i lẩu h&#i s&#n.



### Lẩu mắm mi&#n Nam



□

### Lẩu cá kèo

Việt Nam có rất nhi&#u món ăn truy&#n th&#ng th&# hi&#n nét đ&#p trong đ&#i s&#ng văn hóa &#m th&#c cũng nh&# v&# đ&#p tâm h&#n ng&#&#i Việt. Trong số &#y, lẩu – m&#t món ăn còn khá m&#i m&# nh&#ng đ&#&#c nhi&#u ng&#&#i &#a chu&#ng b&#i m&#t l&# nó mang đ&#m “ch&#t” Việt.