

Nữ Công Gia Chánh:

Giới thiệu ba công thức mới

Chị Nguyễn văn Luân

Từ ngày Lá Thụ Ái Hữu Công Chánh được đưa lên mạng, khi rảnh rỗi tôi thường vào trang nhà để đọc những bài cũ. Ngoài những bài viết về nhiều đề tài, có giá trị làm say mê người đọc, có lẽ bài được nhiều độc giả chú ý nhất là những bài phóng sự, tường thuật về những sinh hoạt trong những buổi tiệc Xuân, Hội Ngộ của gia đình Công Chánh ở năm châu bốn biển thêm vào những hình ảnh sống động, nhờ vậy tình bằng hữu Công chánh trường tồn theo thời gian.

Trong những buổi tiệc được tổ chức dù lớn hay nhỏ mang không khí ấm áp, thích thú hầu hết là tổ chức tại tư gia của các ái hữu. Một yếu tố không thể thiếu là bàn tay nội trợ của các hiền thê Công Chánh.

Như trong những bài phóng sự về tiệc Tết ở Houston, Texas, anh Vũ quý Hảo đã viết rất duyên dáng, khen ngợi tài Nữ Công Gia chánh của quý dâu hiền Công Chánh như sau:

“Phần hấp dẫn nhất vẫn là thưởng thức tài Nữ Công Gia Chánh của quý ái nữ và dâu hiền của Công Chánh. Các món gia truyền Bắc, Trung, Nam đều được bày la liệt đẹp mắt. Khách mầy râu chúng tôi vừa ăn vừa nức nở khen ngon.”

Hoặc:

“Tài nấu ăn của các hiền thê phải công nhận là quả danh bất hư truyền và những món ăn là tuyệt chiêu gia truyền. Các món ăn đều ngon hết sảy, nếu có điều than phiền thì đó chỉ là bao tử mình sao quá nhỏ mà thôi”.

Suốt mấy chục năm được tham dự tiệc của các anh chị Công Chánh, tôi cũng có nhận xét như vậy, không hơn không kém.

Đối với tôi, cái bếp là lò sưởi ấm cúng của gia đình, nấu ăn lành mạnh không những là phương tiện nuôi đàn con lớn, mà còn kết chặt những mối liên hệ với những người thân yêu và

bạn bè. Khi các con trưởng thành, xa gia đình vẫn nhớ kỷ niệm xưa, những món ăn mẹ nấu. Không có gì vui, hạnh phúc bằng được ngồi bên cạnh những người thân yêu, bạn bè quý mến, thưởng thức những món ăn ngon, tự tay nấu, chia xẻ những giây phút quý giá.

Ngưỡng mộ tài nấu ăn của bậc đàn chị, lần giờ lại những số lá thư cũ tôi bắt gặp những công thức nấu ăn ba miền quê hương qua những Lá thư sau:

LT số 36:

Bánh mì chiên tôm: bà Nguyễn Hữu Tuân,

Buche De Noel: bà Trình Hữu Dục,

Mực Hoa Cúc: bà Phan Ngọc Cơ.

LT số 37:

Dưa cải chua: bà Trịnh hữu Dục,

Bánh Cúc: bà Phan Ngọc Cơ,

Gà lóc xương Cải Bẹ Xanh: bà Nguyễn hữu Tuân.

LT số 42:

Cua rang muối: bà Nguyễn hữu Tuân.

LT số 43:

Bánh da lợn,

Chả cá Thăng long,

Cari nước cốt dừa,

Vịt nấu cam,

(bà Nguyễn Hữu Công).

LT số 44:

Gà xào hạnh nhân,

Thịt kho tiêu,

Bò lúc lắc,

Bí Tần,

(bà Khuê Trang).

LT số 45:

Nem chua,

Tỏi chua,

Bánh gan,
Mắm tép,
(bà Phó thái Gia).

Tôi đọc rất thích thú và đã nấu thành công vài món được cả nhà khen ngon trong những bữa tiệc gia đình. Trộm nghĩ rằng những trang Nữ Công Gia Chánh trên Lá Thư làm nội dung thêm phần phóng phú và hy vọng trong những số tới tiếp tục được đọc những công thức nấu ăn gia truyền trong Bếp nhà ta nấu của các nội tướng đại tài.

Trong khuôn khổ của Lá Thư mùa Xuân 2015, tôi xin được giới thiệu ba công thức nấu ăn đã được thực hiện, truyền cho nhau trong những buổi họp của Ban Biên Tập LTAHCC. Ba tác giả của những món ăn này thuộc nhóm mà anh Lê Nghiêm Hùng đã đùa giỡn đặt tên "Hội Đồng Khuyến Trợ" với bài thơ ca tụng có những câu như sau:

*Nhờ ai mà báo sống đến nay.
Họp nhau bàn chuyện suốt tháng ngày.
Thử hỏi mấy bà không tiếp sức.
Thì xem các cụ dễ mấy tay.
Ra vào ăn uống ai lo đây...*

Cũng đúng nhờ sự tiếp sức của các hiền thê Công Chánh, các anh làm báo mới yên tâm ngồi hàng giờ với computer, ôm điện thoại không mệt, có những buổi tiệc vui, thân mật nhờ vậy mà tinh thần làm báo thêm hăng say và Lá Thư CC mãi trường tồn theo thời gian.

1- Bánh đúc đậu phụng nấu bằng nồi cơm điện (chị Nguyễn thúc Minh).

Vật dụng:

Nồi cơm điện 10 cups.
Muỗng gỗ có cán dài để khuấy.

Vật liệu:

- | | |
|----------------|----------------------|
| - 16oz | Bột gạo tẻ. |
| - 8 oz | Đậu phộng đã lột vỏ. |
| - 10 cups | Nước lạnh. |
| - 1.5 teaspoon | Muối |
| - 1,5 teaspoon | Vôi trắng. |
| - 4 tablespoon | Dầu ăn. |
| - 3 củ | Hành hương. |

Chuẩn bị:

- Ngâm đậu phộng rồi luộc mềm.
- Pha 10 cups nước với vôi trắng, khuấy tan vôi và để lắng xuống. (nếu ngâm trước được càng lâu càng tốt.)
- Phi hành với dầu ăn. (chỉ dùng nước dầu.)



Cho đậu phụng và quấy đều

Thực hiện:

Thời gian thực hiện tuy lâu nhưng rất nhẹ nhàng, nhàn nhã và đặc biệt bánh đúc không bị cháy.

- Cho nước hành phi vào nồi cơm điện.
- Đổ gói bột tẻ 16 oz và muối vô nồi.
- Cho 3 cups nước vôi đã hoà tan vào nồi bột, quấy tan đều.
- Cho tiếp chỗ nước vôi trong còn lại. Bỏ đi phần cặn vôi.
- Turn on nồi điện, kể từ lúc này tới khi hoàn tất thời gian **tối thiểu** là 1 tiếng 30 phút.
- 15 phút đầu quấy bột đều tay.

- Sau đó đẩy nắp nồi, nhớ turn on.
- Khoảng 10 phút mở nắp quậy đều phần bột dưới đảo lên trên, đẩy nắp và turn on.
- Cứ 10 phút lặp lại như trên, chừng 6 hay 7 lượt. (khoảng hơn 1 tiếng) Bột đã trong cho đậu phộng luộc vào, quậy đều từ 10 phút đến 15 phút.

Bánh dúc đã hoàn tất, múc ra đĩa, lắc nhẹ để bánh được dàn đều và bóng.



2- Cách luộc gà dai và nước chấm gừng tỏi (chị Nguyễn Văn Luân)

Vật liệu:

- 1 con gà đi bộ khoảng 3 pounds
- 1 nhánh gừng to dài 3 inches..
- 4 nhánh hành lá
- 1 tablespoon muối.
- ½ tablespoon bột nêm.
- 1 miếng nhỏ đường phèn.

Nước chấm gừng tỏi:

- 2 cloves tỏi say nhuyễn
- ¼ cup nước mắm
- 2 ½ tablespoon đường
- 1 quả Chanh vắt ra chừng 3 tablespoons nước chanh.
- ¼ cup gừng cắt mỏng và nhỏ.
- ½ hay 1 quả ớt tươi nhỏ



Cách làm:

- Luộc gà

Rửa sạch gà bằng nước muối hoặc lấy muối sát trong, ngoài con gà cho sạch rồi rửa sạch bằng nước, để ráo. Nhiệt độ con gà bằng nhiệt độ phòng.

Nếu có sẵn nước dùng gà thì càng ngon nếu không lấy 1 gallon nước lạnh cho vào nồi, mực nước phải đủ để ngập con gà. Cho gừng sát lát đập dập, hành lá, 1 thìa canh muối, 1/2 thìa canh bột nêm (optional), đường phèn vào nồi đun lửa lớn, nêm nếm sao cho vừa miệng, nước sôi cho gà vào. Tiếp tục đun sôi sùng sục 15 phút không đẩy nắp nồi. Sau 15 phút, đẩy vung nồi lại, tắt bếp chừng 15 phút. Nếu gà lớn hơn 3 pounds thời gian tắt bếp ngâm gà phải lâu hơn chừng 10 phút .

Nhớ hớt bọt thường xuyên khi đun và trước khi lấy gà ra thử xem gà chín chưa bằng cách lấy que hay đũa nhọn đầu đâm vào đùi gà, mình gà, nếu nước trong chảy ra là chín, còn nước màu hồng chảy ra thì phải luộc thêm chừng vài phút.

Gà chín vớt ra để nguội rồi chặt nhỏ hay dùng kéo cắt nhỏ. Muốn thịt gà xăn, không bỏ và dai, trước khi vớt gà ra rửa soạn một chậu nước đá đủ để ngập gà, khi vớt gà ra cho ngay vào chậu nước đá ngâm chừng 10 phút, gà sẽ được ngưng nấu ngay, nguội mau và thịt còn dai và ngon.

Gà luộc là món tiện dụng nhất có thể ăn không, làm gỏi gà, gà xé phai, phở gà, cơm gà Hải Nam hay Siu Siu vv.v

Mặc dù rằng gà chấm với hỗn hợp muối, hạt tiêu xay và nước chanh cũng ngon nhưng nhiều món như phở hay gà Hải Nam thì thịt gà được chấm với nước mắm gừng tỏi.

Làm nước mắm gừng tỏi cho tất cả nguyên liệu của nước chấm vào máy xay dùng cho dung dịch lỏng, xay cho nhuyễn đều thêm ớt vào nước chấm.

Trình bày:

Đĩa gà bày lá chanh cắt nhỏ trên mặt, bên cạnh bát nước chấm gừng tỏi. Sẽ ăn ngon tuyệt vời.



3- Bánh gai (Bánh ít lá gai) (chị Hà trọng Minh)

Theo yêu cầu của “tay Ngọc bên bếp hồng” (chị Ngọc là hiền thê của anh Luân ban PTLT) tôi xin mạo muội góp phần làm bếp theo kiểu “cây nhà lá vườn”: làm bánh ít lá gai theo người Trung.

Nguyên liệu cần như sau:

Nhân: 1 gói đậu xanh 13.2 oz
1.5 teaspoon muối
3 tablespoon dầu ăn
3/4 gói dừa bào, loại frozen
2 cups đường (làm theo miền Bắc thì có thêm mứt bí và bột vanille)

Vỏ bánh: 1 gói bột nếp 16 oz
3/4 cup đường
1/2 teaspoon muối
3 cups lá gai xay nhuyễn

Chuẩn bị và cách làm:

- 1- Ngâm đậu xanh trong nước vài giờ, bóc muối rồi nấu chín bằng cách hấp. Có thể nấu bằng nồi cơm điện nhưng cho ít nước để tránh đậu bị nhão. Đậu xay nhuyễn trộn chung với dầu ăn, dừa bào, đường. Đun trên bếp lửa nhỏ vừa đủ cho đường quyện vào nhân thì bắc xuống. Nắm từng viên tròn nhỏ dùng cho nhân bánh.
- 2- Lá gai cắt bỏ sát cuống, rửa sạch, dùng thật ít nước luộc chín trên lửa nhỏ trong 30 phút. Lưu ý canh chừng đừng để nước cạn lá gai bị khét. Giữ lại nước luộc lá dùng để trộn bột vỏ bánh trong phần sau. Dùng máy xay thịt xay nhuyễn lá gai rồi trộn chung với nguyên liệu của vỏ bánh cho đến khi bột có độ dẻo vừa tay nặn bánh. Mỗi lần lấy ra 1 lượng bột gần bằng độ lớn dự định của bánh, viên tròn như chè trôi nước, cho nhân vào giữa rồi bo cuốn bột chung quanh bao kín nhân. Cuối cùng gói lá chuối và đem hấp khoảng 30 phút là xong.

