TẬP QUÁN ĂN UỐNG CỦA NGƯỜI NÙNG Ở VÙNG BIÊN GIỚI XÃ LŨNG NẶM, HUYỆN HÀ QUẢNG, TỈNH CAO BẰNG[1]

ThS. Lê Thị Hường
Viện Dân tộc học
Email: lehuongvdth@gmail.com

Tóm tắt: *Bài viết phân tích một số đặc điểm về tập quán ăn uống hằng ngày và trong các nghi lễ của người Nùng Giang ở Lũng Nặm - xã biên giới thuộc huyện Hà Quảng, tỉnh Cao Bằng trong bối cảnh giao lưu văn hóa, kinh tế ở vùng biên giới Việt Nam - Trung Quốc từ năm 1991 đến nay. Tác động của kinh tế thị trường và sự tăng cường mối quan hệ giao lưu văn hóa, xã hội giữa các tộc người đã làm thay đổi rất nhiều về nguồn cung cấp lương thực, thực phẩm và đồ uống, cơ cấu bữa ăn và phong cách ăn uống… của người Nùng nơi đây. Bài viết cũng chỉ ra rằng, việc qua lại giữa cộng đồng Nùng Giang và đồng tộc bên kia biên giới trong các dịp mua bán, thăm thân, lễ nghi… đã góp phần củng cố phong vị ăn uống truyền thống vốn có và hình thành nét hiện đại trong ẩm thực của tộc người này những năm gần đây.*

Từ khóa: *Tập quán ăn uống, người Nùng Giang, Hà Quảng, Cao Bằng.*

Abstract: *The article analyses some characteristics of the daily eating habits and rituals of the Nung Giang people in Lung Nam, a border commune in Ha Quang district, Cao Bang province, in the context of cultural and economic exchange in the Vietnam-China border area since 1991. The impact of the market economy and the strengthening of the cultural and social exchange among ethnic groups have considerably changed the supply of food and beverages and the structure and style of meals of the Nung. The article also points out that the interaction between the Nung Giang community and their ethnic relatives across the border during trade, family visits, and rituals has contributed to reinforcing traditional taste and forming modern features within the cuisine of this ethnic group in recent years.*

Keywords: *Eating habits, Nung Giang, Ha Quang, Cao Bang.*

Ngày nhận bài: 5/5/2022; ngày gửi phản biện: 6/5/2022; ngày duyệt đăng: 12/6/2022.

Mở đầu

Nghiên cứu về ăn uống (hay ẩm thực) luôn là chủ đề hấp dẫn của các nhà dân tộc học/nhân học. Những công trình nghiên cứu đã thực hiện tập trung tìm hiểu ăn uống của

[1] Bài viết này là sản phẩm của đề tài cấp Bộ "*Ảnh hưởng văn hóa của một số tộc người ở Trung Quốc đến người Nùng và người Hmông ở vùng biên giới tỉnh Cao Bằng*", do Viện Dân tộc học chủ trì, TS. Trần Thị Mai Lan làm chủ nhiệm năm 2021-2022.

người Nùng trong các dịp lễ, tết và phong tục của họ, cũng như một số cách thức giữ gìn món ăn, đồ uống truyền thống của tộc người này trong bối cảnh công nghiệp hóa, hiện đại hóa. Tuy nhiên, nghiên cứu về tập quán ăn uống của các nhóm Nùng ở vùng biên giới cũng như tìm hiểu tác động của kinh tế thị trường, sự tăng cường giao lưu với các dân tộc trong vùng cũng như ở Trung Quốc đến phong cách ăn uống của đồng bào còn ít được quan tâm, thực hiện.

Kể từ Đổi mới đất nước (1986) và khi hai nước Việt Nam - Trung Quốc bình thường hóa quan hệ năm 1991 đến nay, người Nùng Giang ở huyện Hà Quảng có nhiều cơ hội tăng cường giao lưu kinh tế, văn hóa, xã hội với các tộc người trong vùng và với một số tộc người bên kia biên giới, đặc biệt là người Choang. Trong quá trình giao lưu này, người Nùng Giang và người Choang đã tiếp nhận một số nét văn hóa trong ẩm thực của nhau và đã tạo nên sự tiếp biến trong văn hóa ăn uống cũng như sự tăng cường các mối quan hệ xã hội. Dựa trên tư liệu điền dã vào tháng 4 năm 2022 tại xã Lũng Nặm, huyện Hà Quảng, tỉnh Cao Bằng, bài viết phân tích làm rõ các tập quán trong ăn uống của người Nùng Giang những năm gần đây. Trên cơ sở đó, từ chiều cạnh văn hóa ăn uống, chúng tôi muốn góp thêm tư liệu để chỉ ra một số yếu tố tác động đến biến đổi về văn hóa và sự giao lưu tiếp biến văn hóa hiện nay của người Nùng Giang ở khu vực biên giới Việt Nam - Trung Quốc.

1. Giới thiệu về dân tộc và địa bàn nghiên cứu

Nùng Giang là một nhóm địa phương của dân tộc Nùng cư trú chủ yếu ở các tỉnh Cao Bằng, Bắc Kạn, Thái Nguyên. Theo số liệu của Ban Dân tộc tỉnh, tính đến ngày 1/4/2019, Cao Bằng có 35 dân tộc cùng sinh sống với tổng số 530.341 người, trong đó dân tộc Nùng có 158.114 người, chiếm 29,8% (Ban Dân tộc tỉnh Cao Bằng, 2021), cư trú ở các huyện: Quảng Hoà, Hà Quảng, Trùng Khánh, Hạ Lang, Bảo Lạc, Thạch An và Bảo Lâm.

Huyện Hà Quảng nằm cách trung tâm thành phố Cao Bằng 40 km về phía tây bắc. Sau sáp nhập năm 2020, toàn huyện có tổng diện tích là 810 km^2, với 19 xã và 2 thị trấn; có 71,594 km đường biên giới tiếp giáp với Trung Quốc. Dân số cả huyện là 61.167 người, gồm 5 dân tộc: Nùng với 26.585 người (43,46%), Tày 17.205 người (28,13%), Hmông 9.653 người (15,78%), Dao 7.383 người (12,07%) và Kinh 341 người (0,56%). Lũng Nặm là một xã vùng cao biên giới nằm ở phía bắc huyện Hà Quảng. Xã cách trung tâm huyện 11 km; phía đông giáp với hai xã Vân An và Nội Thôn; phía tây giáp với xã Trường Hà; phía nam giáp với xã Thượng Thôn, Vần Dính, thị trấn Xuân Hòa, phía bắc giáp với Trung Quốc. Tổng diện tích tự nhiên của xã là 227,87 km^2, dân số là 607 hộ, 2.721 nhân khẩu. Xã có 3 dân tộc cùng sinh sống là Nùng, Hmông và Kinh. Riêng người Nùng Giang có 581 hộ, 2.623 nhân khẩu (Ủy ban nhân dân xã Lũng Nặm, 2021).

Hoạt động kinh tế chính của người Nùng ở xã Lũng Nặm là sản xuất nông nghiệp. Do cư trú trên địa bàn đất đai khá bằng phẳng nên người Nùng ở đây có điều kiện canh tác nông nghiệp hơn nhiều xã trong huyện. Thời tiết khí hậu trong vùng cũng tương đối thuận lợi nên

các hộ gia đình có thể phát triển những loại cây trồng như ngô, lạc, đỗ tương, gừng, thuốc lá và các loại rau màu khác. Bên cạnh đó, do có nhiều đất rừng được giao khoán nên các hộ cũng có điều kiện chăn thả trâu, bò, dê,... Ngoài ra, một bộ phận dân cư còn làm thuê ở các chợ vùng biên, gồm các công việc như bốc vác, chở hàng bằng ô tô hoặc xe máy, phụ hồ hoặc tham gia buôn bán với thương lái Trung Quốc. Một số nam, nữ thanh niên rời thôn, xã đến làm công nhân tại những công ty may mặc, công ty sản xuất đồ nhựa, điện tử… ở các tỉnh thành trong nước hoặc làm thuê cho các công ty ở Quảng Tây (Trung Quốc). Trước khi dịch bệnh Covid-19 bùng phát, kinh tế xuyên biên giới đã mang lại nguồn thu nhập đáng kể cho các hộ gia đình, song từ đầu năm 2020 đến nay mọi hoạt động giao thương vùng biên đã bị dừng lại, khiến cho đời sống của người Nùng ở đây gặp nhiều khó khăn.

2. Tập quán ăn uống của người Nùng Giang

Là cư dân sinh sống ở khu vực miền núi biên giới, đời sống của người Nùng từ xưa đã dựa vào hoạt động sản xuất nông nghiệp là chính. Ngoài trồng trọt cây lương thực và hoa màu, chăn nuôi cũng là nguồn thu nhập quan trọng trong đảm bảo sức kéo và thực phẩm cho gia đình. Vì vậy, ăn uống của cộng đồng cư dân nơi đây đều gắn liền với các món ăn được chế biến từ lúa gạo, ngô, rau củ quả và các sản phẩm từ chăn nuôi gia súc, gia cầm. Bên cạnh đó, thu hái lâm sản và rau củ từ rừng, đánh bắt thủy sản và nhuyễn thể ở các khe suối cũng là nguồn nguyên liệu không kém phần quan trọng trong ẩm thực của người Nùng Giang.

2.1. Tập quán ăn uống trong ngày thường

Trước năm 1990, Lũng Nặm là xã khu vực III, hầu hết các gia đình người Nùng Giang thuộc diện đặc biệt khó khăn luôn được hưởng chính sách của Chương trình 135. Do kinh tế khó khăn nên bữa cơm hằng ngày của người Nùng Giang khá đạm bạc, họ chỉ ăn cháo trắng trộn với bột ngô, rau luộc hoặc rau xào với mỡ lợn. Ở các xóm nằm sâu trong nội địa, có đồng ruộng bằng phẳng trồng được lúa, nhiều gia đình, bữa ăn có cơm tẻ và món rau xào hay luộc mà gia đình tự trồng được. Gia đình nào không có ruộng, chỉ có đất bãi và nương rẫy thì trồng ngô, rau màu và phải mua thêm gạo. Do thiếu gạo ăn, nên không ít gia đình chỉ ăn cháo trắng với bột ngô, bữa ăn có thịt lợn tươi là hiếm có. Vì thế, mỗi khi có công việc liên quan đến nghi lễ, đa số các gia đình thường tận dụng mỡ thừa rồi rán, cho vào chum để ăn dần. Nếu món rau không luộc, đồng bào đem xào làm thức ăn trong bữa cùng với món trứng gà, trứng vịt rán, hay cá biển khô mua ở chợ. Vào thời điểm những tháng đầu năm, mâm cơm của người Nùng thường có thịt lợn khô treo gác bếp hoặc lạp sườn được chế biến từ khi mổ lợn vào dịp tết.

Từ những năm 1990, đời sống của người Nùng ở Lũng Nặm đã được cải thiện hơn. Nếu như trước đây, đồng bào chỉ ăn hai bữa chính là sáng và chiều, đến nay do kinh tế bớt khó khăn hơn nên hầu hết các gia đình đều ăn ba bữa, không phân biệt bữa chính hay bữa phụ. Tuy nhiên, việc các bữa cơm có thịt lợn, trứng hoặc cá hay không phụ thuộc vào thu

nhập của mỗi hộ gia đình. Trong xã, những người Nùng có quan hệ buôn bán với người Choang ở Trung Quốc có đời sống tốt hơn. Bữa ăn hằng ngày của các hộ gia đình này ngoài cơm, rau còn có nhiều món ăn khác để thay đổi như cá, trứng, giò, nem rán, đậu phụ, vịt quay, thịt nướng,… Phần lớn các đồ ăn này được mua chế biến sẵn ngoài chợ, chỉ có cá là mua tươi về làm món rán hoặc sốt cà chua theo sở thích. Đối với những hộ người Nùng chủ yếu làm nông nghiệp, các món ăn này thỉnh thoảng mới xuất hiện trong mâm cơm của gia đình vào những dịp có khách hoặc thu hoạch nông sản.

Như vậy, các món ăn trong những bữa ăn hằng ngày của người Nùng phụ thuộc chính vào nguồn thu nhập của mỗi gia đình ở từng địa bàn và vào các thời điểm khác nhau. Những món ăn chính thường được chế biến khá đơn giản, chủ yếu là xào, rán và luộc. Với đặc điểm cư trú ở vùng núi, xa chợ trung tâm và do thói quen sinh hoạt từ trước, việc dùng mỡ lợn được dự trữ từ dịp lễ, tết... để chế biến các món ăn liên quan đến rán, xào đã trở nên rất phổ biến đối với người Nùng.

Đối với trẻ em, hiện nay nhờ điều kiện kinh tế khá hơn trước nên việc ăn uống của trẻ cũng được quan tâm, chăm sóc tốt hơn. Ngoài việc trong các bữa cơm trẻ em được bố mẹ hay ông bà dành cho các món ngon, ít xương, vào lúc vui chơi sau khi đi học về chúng được ông bà hoặc bố mẹ mua cho các thức uống như nước ngọt, bánh kẹo hay kem, sữa. Điều này chỉ bắt đầu xuất hiện từ khi buôn bán ở chợ vùng biên được mở ra, bố mẹ có điều kiện để mua quà cho con trẻ.

Đối với sản phụ, tập quán ăn uống của người Nùng là thường xuyên nấu những món ăn bổ huyết và có tính nóng để cho sản phụ không bị đau bụng. Chính vì vậy, họ thường cho thêm rượu, gừng, nghệ vào trong các món ăn như gà nấu canh nghệ, chân giò hầm, trứng gà, cơm nếp và một số loại rau như rau ngót, rau ngải, rau chân vịt. Đây là những món được ăn thường xuyên trong tháng đầu của sản phụ trước đây, trong khi các món kiêng không được ăn là rau muống, rau cải, bởi quan niệm các loại rau này dễ gây đau bụng, đi tiểu nhiều. Đến nay, ngoài các món ăn trên, sản phụ người Nùng còn được ăn thịt chó, tôm hoặc cá.

2.2. Tập quán ăn uống trong các dịp nghi lễ và ngày tết

Mâm cỗ của người Nùng Giang vào các ngày lễ, tết trong năm hoặc đám cưới, đám tang… về cơ bản đều có các món ăn như chế biến từ thịt lợn, thịt vịt, thịt gà, cùng với các loại xôi, loại bánh và rau xào. Nếu như trước đây người Nùng Giang quen ăn luộc, om thì đến nay các món ăn được chế biến cầu kỳ hơn, nhất là ở các đám cưới, lễ cúng bản, tết Thanh minh, lễ vào nhà mới,…

Hiện nay, vào các dịp lễ, tết, bữa ăn của người Nùng còn có một số món ăn đặc trưng được chế biến từ thịt lợn như thịt lợn nướng, lợn quay cả con với lá mắc mật hoặc lạp sườn, thịt lợn gác bếp,... Một số món từ thịt vịt được chế biến có hương vị đặc trưng chỉ ở người Tày, Nùng mới có như vịt cỏ quay ướp lá cây mắc mật, vịt cỏ chao, vịt hầm,... Bên cạnh đó

là các món xôi màu và các loại bánh như bánh chưng, bánh khảo, khẩu sli, bánh dày, bánh gai, bánh ngô non. Trong số này có một số món ăn chỉ thấy ở người Nùng vùng biên giới như thịt ba chỉ treo gác bếp, chả thịt thủ, xương sụn băm nhuyễn làm món xào. Những món ăn này của người Nùng mang hương vị riêng và đến nay trở nên nổi tiếng, có nguồn gốc từ thực phẩm sạch, rất được thực khách ưa chuộng trong các dịp lễ nghi đám cưới, đám ma, hoặc khi gia đình tiếp đãi khách.

Trong truyền thống, người Nùng ở xã Lũng Nặm chưa biết đến món vịt quay nhưng trong khoảng thời gian 10 năm trở lại đây khi giao thông thuận tiện hơn đồng bào có cơ hội giao lưu, tiếp xúc với nhiều tộc người và đã học được cách làm món ăn này của đồng tộc ở các vùng lân cận. Để có món vịt quay ngon, người Nùng thích ăn giống vịt cỏ nuôi theo phương thức thả tự nhiên, không quá to, chỉ khoảng 1,7-1,8kg/con. Vịt được làm sạch sau đó ướp với các gia vị như mắm, muối, mì chính, mật ong, dầu hào, xì dầu, hạt tiêu hoặc hạt mắc khén, và đặc biệt không thể thiếu lá mắc mật. Vịt không được mổ phanh mà phải mổ moi để nhét các gia vị và lá mắc mật vào trong bụng, sau đó lấy que tre đã được vót nhọn hoặc dùng chỉ khâu lại. Đối với mỗi món ăn, cách tẩm ướp là vô cùng quan trọng. Tẩm ướp đầy đủ gia vị trong khoảng thời gian vừa đủ sẽ cho món ăn thơm, ngon và thịt vịt ngọt. Vì thế, thời gian để ướp vịt ít nhất cũng từ 30 phút đến 1 giờ. Sau khi đã tẩm ướp đủ thời gian sẽ quay trong lò than kín. Ở một số nơi như ở Lạng Sơn đồng bào quay bằng chảo dầu lớn nhưng ở đây người Nùng thường dùng lò than lớn mua ở Trung Quốc để quay. Mỗi lò có thể quay được gần chục con một lúc. Vào các ngày lễ, tết hoặc ngày có cỗ lớn, thậm chí ngày thường nếu thích ăn người Nùng Giang ở Lũng Nặm ra chợ mua hoặc đặt làm món này.

Trong số các món ăn liên quan đến vịt, vịt om gừng hoặc om lá mắc mật được sử dụng khá thường xuyên trong các dịp lễ, tết. Khi chế biến món này, người Nùng làm sạch vịt sau đó chặt thành miếng vừa phải và ướp với các gia vị như muối, mì chính, dầu hào, bột canh, gừng hoặc lá, quả mắc mật rồi om chín là ăn được. So với trước, hiện nay khi chế biến món ăn này, gia vị ướp có thêm bột canh, dầu hào của Trung Quốc và nhiều gia đình nấu trên bếp điện hoặc bếp ga thay vì dùng bếp củi như trước.

Lợn quay cũng là món ăn được người Nùng rất yêu thích nhưng chỉ có một số ngày lễ đồng bào mới làm để ăn như một hình thức ăn mừng như ăn trong đám cưới, ngày tết Nguyên Đán, lễ cúng bản, lễ ăn cơm mới, hay vào ngày sinh nhật Bác Hồ, ngày Quốc Khánh (2/9)…, khi một số gia đình có điều kiện cùng nhau mổ lợn quay để ăn. Thịt lợn quay có ngon hay không phụ thuộc vào giống lợn. Thông thường đồng bào thích chọn lợn đen được thả rông cả năm. Con lợn không cần quá to, khoảng 50 - 60kg. Lợn được mổ sạch và tẩm ướp các gia vị giống với khi ướp vịt quay nhưng lợn được thui trên giàn lửa to hơn và thời gian quay khoảng 2-3 tiếng, tuỳ lợn to hay bé thì khi chín mới đảm bảo da lợn có màu vàng rộm, giòn. So với trước đây, chỉ khi có việc lớn đồng bào mới quay lợn để chiêu đãi, nhưng

hiện nay nhiều gia đình thích tụ tập ăn uống trong các ngày lễ cũng có thể chung nhau làm cả con cùng liên hoan.

Trước đây, cuộc sống của người Nùng Giang ở thôn Lũng Nặm rất khó khăn. Trong các gia đình không có tủ lạnh bảo quản đồ ăn nên đồng bào đã nghĩ ra cách để giữ cho thực phẩm được lâu mà không bị hỏng. Vào các ngày lễ khi mổ lợn, gia đình nào dư nhiều thịt thường chế biến món lạp sườn và thịt gác bếp. Món lạp sườn ở mỗi vùng, thậm chí mỗi gia đình có cách làm khác nhau. Thông thường, người Nùng dùng lòng non làm sạch sau đó cán mỏng. Thịt lợn được thái con chì rồi ướp với muối trắng/bột canh, mì chính, hạt tiêu/mắc khén sau đó nhồi vào trong vỏ lòng non. Nhồi được một đoạn lại buộc lại để dễ treo và không bị rách. Lạp sườn ngon phải được tẩm ướp cẩn thận và được treo lên gác bếp. Nhờ hơi nóng của bếp củi, sau vài ngày thịt săn chắc lại là có thể ăn được. Khi ăn đồng bào cắt ra từng đoạn và rán lên cho chín vàng mới ngon và vừa đủ độ giòn, béo ngậy của lạp sườn.

Thịt treo gác bếp là những tảng thịt còn thừa sau khi đã làm cỗ xong hoặc thịt để dành ăn sau. Thông thường, để làm món này đồng bào dùng thịt ba chỉ sẽ ngon hơn. Thịt ba chỉ làm nhanh hơn lạp sườn do không phải can lòng và nhồi nên khi làm họ chỉ cần cắt thịt thành miếng to vừa rồi ướp như lạp sườn, sau đó có thể treo gác bếp. Thịt ba chỉ với lạp sườn đều được chín từ hơi nóng của than củi và khi khô lại là được. Khi thịt đã khô mang ra treo ở cửa sổ có ánh sáng và có thể giữ được vài tháng. Khi ăn người Nùng thái mỏng xào lên ăn với cơm, đặc biệt là vào thời tiết lạnh ăn món này càng ngon hơn. Nhờ có các món ăn này mà thi thoảng các bữa ăn của đồng bào được cải thiện phần nào.

Đến nay, khi cuộc sống của người Nùng đã khá hơn trước, đa số các gia đình đã sắm tủ lạnh để bảo quản thực phẩm ăn cả tuần, nhất là những địa bàn xa trung tâm, xa chợ. Mặc dù vậy, đồng bào vẫn chế biến hai món lạp sườn, thịt treo gác bếp để ăn dần. Bởi từ lâu hai món ăn này không thể thiếu trong các ngày lễ, tết của người Nùng. Thậm chí, ở nhiều nơi, nhất là khu vực chợ trung tâm, chợ phiên, đây là các món ăn này phổ biến và đã trở thành hàng hoá, được bán nhiều để người dân có thể sử dụng bất cứ khi nào. Ngoài các món ăn trên, người Nùng Giang còn có món thịt nướng. Để làm món này, đồng bào thái miếng thịt hình vuông theo khuôn của miếng thịt rồi ướp với bột canh, mì chính, rượu, hạt tiêu sau đó xiên vào que tre cùng với lá chanh để nướng. Khi thịt chín có vị thơm của thịt và lá chanh khiến món ăn rất hấp dẫn.

Trong số các món ăn của người Nùng còn phải kể đến món xương băm nhuyễn. Đây là món ăn hiếm thấy xuất hiện ở các tộc người khác. Món này được chế biến đơn giản nhưng khá đặc biệt: xương được băm nhuyễn rồi xào đậm lên ăn với cơm. Trước đây, người Nùng ở nơi đây thường chế biến món ăn này để ăn dè nhưng đến nay đồng bào không còn ăn món này mà đổi sang hầm, om, nấu canh xương.

Trong nhiều năm trở lại đây, người Nùng có mối quan hệ mật thiết với người Choang ở bên kia biên giới, một phần do giao lưu buôn bán, làm ăn, phần khác do có quan hệ đồng tộc, thân tộc, kết bạn trong buôn bán, nên người dân hai nước có nhiều cơ hội để thưởng thức các món ăn của nhau. Chẳng hạn, vào ngày Tết Nguyên đán, Thanh minh, lên nhà mới, cưới xin…, người Nùng và người Choang thường qua lại thăm thân, mời nhau ăn cơm. Người Nùng thiết đãi các món vịt quay, thịt lợn luộc, gà luộc, gà rán, xôi màu, bánh chưng,... Để đối đãi, khi người thân, khách từ Lũng Nặm sang, các gia đình người Choang cũng mời ăn cơm với những món gà luộc, thịt lợn rán, cá sốt, hay ăn lẩu. Theo một số người Nùng ở Lũng Nặm kể lại, những dịp như thế, người Choang hay chế biến món ăn với vị cay, nhiều mỡ và không thể thiếu gia vị thuốc bắc trong các món thịt, nấm và rau xào. Trong số các món ăn mà người Choang thết đãi, người Nùng thích nhất món cá sốt, thịt gà hầm, chân giò hầm, thịt lợn quay, thịt vịt quay, lẩu…, nên khi về Việt Nam họ cũng làm để gia đình cùng thưởng thức. Đặc biệt, khi thời tiết trở lạnh, người Nùng rất hay làm lẩu để ăn. Đi cùng với các món ăn là thức uống bia, rượu hay nước ngọt mua ở các cửa hàng hoặc chợ vùng biên.

Bên cạnh các món ăn chính, người Nùng Giang còn có nhiều loại bánh, trong đó có bánh giầy, bánh ngô non. Bánh giầy được giã từ xôi nếp cho nhuyễn rồi gói với lá chuối. Bánh giầy của người Nùng Giang to gấp đôi bánh giầy của người Kinh. Bánh ngô non được làm từ bắp ngô non sau đó thái ra và xay nhuyễn để lọc lấy bột ngô. Bột ngô được nhào lên và gói vào lá chuối, sau đó hấp chín là ăn được. Ngoài ra, người Nùng còn có một số đồ ăn vặt như chân gà cay, đùi gà cay, cánh gà cay hay bánh pò xiên vừng, cánh gà chiên giòn,... Ở những thị trấn huyện trong vùng, các hàng quán còn bán những món ăn làm theo kiểu của người Trung Quốc mang hương vị rất cay và ngọt từ các gia vị nhập của họ như các món nướng từ gà, nầm lợn, hải sản đông lạnh, hay lẩu các loại,… Những món ăn này được đối tượng khách là thanh niên người Nùng và các tộc người cư trú trên địa bàn huyện rất ưa chuộng.

Bên cạnh đồ ăn còn có đồ uống và đồ hút. Rượu là thức uống trong mỗi bữa ăn sáng, trưa hay chiều của người Nùng kể cả trước đây cũng như hiện nay. Trước kia, rượu cất từ ngô và men tự làm hoặc mua ở chợ huyện, được các gia đình tự nấu lấy để tiêu dùng hằng ngày hay các dịp lễ, tết. Hiện nay đã có những hộ gia đình chuyên nấu rượu để bán cho các hộ gia đình trong thôn. Vào thời điểm tháng 4 năm 2022, mỗi lít rượu có độ cồn từ 28^0 - 30^0 giá từ 100.000 đồng đến 150.000 đồng được các gia đình mua về sử dụng trong các bữa ăn hằng ngày.

Với đặc điểm cư trú ở vùng núi cao, ngô là cây trồng chính, nên người Nùng Giang chủ yếu sử dụng ngô làm nguyên liệu để nấu rượu. Người Nùng Giang uống rượu bất cứ ngày nào, dịp nào trong năm. Đặc biệt là khi gia đình có khách hoặc có việc trọng đại như cưới xin, ma chay, làm nhà, lên nhà mới, mừng thọ, lễ hội... đều sử dụng rượu ngô làm đồ uống chính. Một số ít gia đình có điều kiện còn mua bia, nước ngọt do Việt Nam và Trung Quốc sản xuất. Một số ít thanh niên rất chuộng nước ngọt như Bò Húc, C2 và nước uống nhiều màu do Trung Quốc sản xuất. Với trẻ nhỏ hiện nay có thêm sữa chua uống đóng chai nhựa do Trung Quốc sản xuất. Ngoài đồ uống, nam giới người Nùng hiện nay sử dụng thuốc

lá điếu của Việt Nam như Ngựa trắng, Thăng long,… Một số ít các cụ già, nữ giới sử dụng thuốc lá tự trồng được, thái sợi rồi cuộn với giấy do Trung Quốc sản xuất để hút. Cũng có một số người khi ở nhà lại thích hút thuốc lào bằng điếu cày hay điếu bát. Thanh niên và đàn ông tuổi trung niên chủ yếu dùng thuốc lá điếu đóng gói.

2.3. Phong cách ăn uống

Hiện nay, do tiếp thu, học hỏi từ người Kinh và người Choang nên cách thức nấu ăn, nguồn thực phẩm, cơ cấu bữa ăn và cả phong cách thưởng thức các món ăn, cỗ bàn trong các nghi lễ, ngày tết của người Nùng Giang ở Lũng Nặm cũng có sự thay đổi.

Người Nùng trước đây có sự phân biệt ngôi thứ, nhóm tuổi và giới trong các bữa cơm mời khách trong dịp lễ và tết. Hiện nay, một số quy định trong ăn uống vẫn được duy trì nhưng không còn nghiêm ngặt như xưa. Tục lệ phụ nữ "không ngồi cùng mâm, cùng chiếu" khi có khách đối với những gia đình ba thế hệ cùng chung sống hiện nay vẫn duy trì, nhưng đối với gia đình hạt nhân (hai thế hệ) đã không tồn tại. Với khách ngoài cộng đồng đến ăn cơm luôn được mời và gắp thức ăn, thể hiện sự mến khách của gia chủ. Hiện nay, ở một số gia đình buôn bán và công chức Nhà nước đã có những thay đổi cung cách ứng xử. Tuy không có sự phân biệt về giới trong mâm cỗ ngồi ăn uống, nhưng vẫn có sự trọng lão trong các mâm. Người cao tuổi là nam được xếp mâm riêng, trọng thị hơn so với các mâm ở các lứa tuổi khác.

Tập quán xưa, mỗi khi trong xóm có đám cưới, tất cả các gia đình đều được mời, nhưng hiện nay do Lũng Nặm sát nhập thêm các hộ gia đình ở nơi khác, nên việc mời cả cộng đồng có sự hạn chế hơn. Thông thường gia đình chỉ mời các thành viên thuộc cộng đồng xóm cũ và mở rộng thêm các mối quan hệ họ hàng, bạn bè bên ngoài. Sự thay đổi này bắt nguồn từ dấu hiệu "thị trường hóa" các bữa tiệc cưới. Thực khách được mời đều mang theo phong bì tiền mừng, thông thường từ 200.000 đồng ngàn đến 300.000 đồng, nếu quan hệ thân thiết hơn như bạn hàng hoặc anh em gần thì có thể nhiều hơn. Khách Trung Quốc đến dự đám cưới cũng dùng phong bì mừng từ 200 đến 300 đồng Nhân dân tệ.

Đối với các dịp khác như tiếp khách, mừng sinh nhật, mừng thọ, giữa các thế hệ trong gia đình người Nùng hiện nay có sự khác nhau về lựa chọn nơi tổ chức ăn uống và món ăn. Những người trẻ tuổi thường thích tổ chức nấu các món ăn theo kiểu người Kinh tại nhà hoặc rủ nhau ra thị trấn đặt tiệc mỗi khi có dịp sinh nhật, liên hoan khi họp hành, gặp gỡ bạn thân đi xa về. Ngược lại, người cao tuổi vẫn thích nấu các món truyền thống và ăn tại nhà khi sinh nhật, mừng thọ hoặc đãi khách.

3. Một số yếu tố tác động đến tập quán ăn uống của người Nùng Giang ở Lũng Nặm

3.1. Tác động từ kinh tế thị trường

Từ sau năm 1991 khi quan hệ Việt Nam - Trung Quốc được bình thường hoá, đường biên giới được mở lại, từng bước làm cho đời sống của người dân thay đổi. Ở thôn Cáy Tắc

(một thôn của xã Lũng Nặm) có đường tiểu ngạch thông thương với Trung Quốc, là con đường huyết mạch, lưu thông hàng hóa gần nhất giữa biên giới Việt Nam với Trung Quốc. Do đó, các loại hàng hoá như lương thực, thực phẩm (kể cả hàng tươi sống lẫn đông lạnh và đồ khô) từ Việt Nam sang Trung Quốc hoặc ngược lại từ Trung Quốc vào Việt Nam được trao đổi với số lượng lớn và thường xuyên. Dựa vào con đường này, người Nùng Giang có công việc thường xuyên và thu nhập tương đối cao từ vận chuyển trâu, bò, lợn, gia cầm (gà, vịt) và các loại hàng hóa khác qua lại giữa hai bên biên giới (bốc vác, thồ ngựa), làm thuê bên Trung Quốc, thu phí xe hàng đi qua khu vực thôn, xóm. Những công việc này đã khiến cho đời sống của người dân vùng biên ngày một khấm khá hơn.

Phỏng vấn anh Lý Văn Th. sinh năm 1985, người Nùng Giang, thôn Cáy Tắc, xã Lũng Nặm cho biết, đa số các hộ gia đình đều có từ 1 đến 2 người đi làm ở cột mốc, mỗi ngày kiếm được từ 200.000 đồng đến 500.000 đồng, trung bình mỗi tháng cũng được hơn 10.000.000 đồng. Nếu dắt 1 con trâu trót lọt qua biên giới người dân kiếm được 200.000 đồng, vác 1 kiện hàng khô qua biên giới được trả 200.000 đồng. Với số tiền kiếm được, nhiều gia đình người Nùng Giang ở trong thôn xây được nhà tầng, sắm được các tài sản có giá trị (xe máy, ô tô, bàn ghế đắt tiền, tivi, tủ lạnh…) và cuộc sống cũng ngày càng ấm no hơn, sung túc hơn. Dựa vào nguồn thu nhập này, nhiều hộ gia đình thường xuyên có tiền mua thức ăn ở chợ và tích trữ thức ăn trong tủ lạnh để ăn vài ngày hoặc một tuần. Vì thế, trong bữa ăn hằng ngày của nhiều hộ gia đình người Nùng Giang ở Cáy Tắc hiện nay khá phong phú đồ ăn, có thịt lợn rán hoặc xào, trứng, sườn nấu canh, sườn xào, có ngày đổi bữa còn mổ gà, vịt... hoặc nấu đồ đóng hộp. Vào các ngày lễ lớn, những gia đình có điều kiện có thể mua hải sản như tôm, mực về làm cho các mâm cỗ phong phú hơn và thịnh soạn hơn.

Như vậy, nền kinh tế thị trường đã tác động mạnh mẽ đến tập quán ăn uống của người Nùng Giang ở điểm nghiên cứu. Nhờ có sự tăng cường thương mại, việc làm mà đời sống của người dân đã được cải thiện với những bữa ăn có nhiều dinh dưỡng từ thịt, cá, trứng… thay vì chỉ có cơm, cháo, rau luộc ăn với mắm, muối như trước đây. Quan trọng hơn là các món ăn mang sắc thái riêng của đồng bào vẫn còn duy trì và bổ sung thêm món ăn mới của người Kinh, người Trung Quốc vào mâm cỗ trong các ngày lễ được phong phú, mang tính hiện đại hơn.

3.2. Giao lưu về văn hóa ăn uống giữa người Nùng với người Kinh và người Choang

Cũng như các tộc người thiểu số khác, từ trước đến nay, ẩm thực của người Nùng Giang chịu ảnh hưởng khá lớn từ văn hóa ẩm thực của người Kinh. Khi nghiên cứu ở xã Lũng Nặm, huyện Hà Quảng lại càng thấy rõ điều đó. Không chỉ trong bữa ăn hằng ngày, mà đặc biệt trong các ngày lễ lớn như tết Nguyên Đán, đám tang, đám cưới, lên nhà mới, đầy tháng, mừng thọ…, mâm cỗ của người Nùng Giang ngoài các món truyền thống như thịt lợn quay, thịt lợn nướng, vịt quay, vịt om, gà luộc, lạp sườn, các loại bánh truyền thống như khẩu sli, bánh phồng, bánh khảo, bánh gai…, còn có nem rán, giò, chả, tôm chiên,… Đây là

các món ăn mà người dân học được của người Kinh ở khu vực thị trấn huyện trong quá trình cộng cư, hay thanh niên người Nùng đã đi làm công nhân ở các tỉnh Bắc Ninh, Bắc Giang... học được nên về làm theo.

Bên cạnh một số món ăn của người Kinh, trong văn hóa ẩm thực của người Nùng Giang hiện nay xuất hiện một số món ăn của người Trung Quốc như cá sốt với sả, ớt, xì dầu hay một số món ăn liên quan nhiều đến dầu, mỡ như các món rau xào, thịt lợn xào, nấu canh xương với khoai..., và xu hướng thích ăn nhiều thịt mỡ hơn. Món ăn người Nùng Giang học được và yêu thích nhất từ người Trung Quốc là món lẩu. Ngoài các món ăn, người Nùng Giang còn thường xuyên sử dụng các loại gia vị của Trung Quốc để nấu ăn như xì dầu, tương cay hay gia vị thuốc bắc. Bên cạnh đó, người Nùng Giang còn thích ăn các loại mì tôm của Trung Quốc do giá thành rẻ hơn và có vị khác so với mì Việt Nam sản xuất. Họ cũng thích uống các loại nước ngọt đóng chai, bia Li Quan do giá thành rẻ hơn đồ uống của Việt Nam.

Qua mối quan hệ thân tộc, quan hệ làm ăn buôn bán, kết nghĩa giữa hai cụm dân cư biên giới Việt - Trung, một số gia đình người Nùng Giang có quan hệ qua lại thăm viếng, tham dự lễ tết, cưới xin, tang ma… với người Choang bên biên giới Trung Quốc. Trong quá trình giao lưu đó, người Choang cũng thích một số món ăn của người Nùng Giang như vịt quay, lợn quay, gà luộc, xôi màu, bánh chưng. Một số người Choang nhờ họ hàng, người quen Nùng Giang bên Việt Nam đặt mua giúp, hoặc làm bán cho họ các món ăn đó khi họ có cỗ bàn. Thậm chí, có trường hợp người Choang thuê người Nùng sang nấu cỗ cho họ.

Ngoài đồ ăn, người Trung Quốc cũng rất thích rượu ngô người Nùng Giang nấu do có vị đậm, thơm và giá thành rẻ hơn rượu Trung Quốc. Một số nước uống giải khát của Việt Nam như Bò Húc cũng được người Choang bên kia biên giới ưa chuộng. Vì thế, vào mỗi dịp thăm thân, tổ chức ăn uống, trong mâm cỗ đãi khách của người Nùng Giang với đồng tộc, bạn bè của mình là người Choang đều không thể thiếu các món ăn và đồ uống này.

Kết luận

Sự biến đổi nhanh chóng về kinh tế - xã hội của đất nước từ Đổi mới đến nay đã tác động mạnh mẽ đến văn hóa ăn uống truyền thống của cộng đồng người Nùng Giang tại điểm nghiên cứu. Lớp trẻ ngày nay háo hức với những thay đổi còn những người cao tuổi nuối tiếc với một số món ăn cổ truyền không tồn tại ngay cả trong các mâm cỗ đám cưới và ngày lễ, tết cổ truyền của dân tộc.

Sự biến đổi trong sử dụng các món ăn và cách thức ứng xử trong ăn uống diễn ra ở các mức độ khác nhau ở các nhóm xã hội, lứa tuổi và nhất là ở các nhóm nghề nghiệp, nhóm thu nhập. Bên cạnh đó, do có sự tiếp xúc giao lưu với cộng đồng bên kia biên giới dựa trên quan hệ thân tộc, buôn bán của người dân và ký kết giao lưu xây dựng cụm dân cư biên giới hữu hảo giữa hai nước, đã thúc đẩy quá trình giao lưu văn hóa ăn uống đối với người Nùng Giang ở xã Lũng Nặm. Nhờ đó, người Nùng Giang sinh sống lâu đời bên biên giới Việt Nam

- Trung Quốc cũng đã tiếp thu nhiều cách thức chế biến món ăn và phong cách ăn uống do giao lưu tiếp biến văn hóa với người Choang. Bên cạnh đó, ẩm thực của người Nùng cũng tiếp tục chịu ảnh hưởng, giao lưu văn hóa với ẩm thực của người Kinh trong quá trình cộng cư và tăng cường di cư lao động đi các tỉnh thành trong cả nước. Thực trạng này phản ánh quá trình hội nhập mạnh mẽ về kinh tế và văn hóa ở các thôn bản vùng cao biên giới trong những năm qua.

Những biến đổi về ẩm thực của người Nùng Giang như đã phân tích ở trên cũng đặt ra vấn đề về việc bảo tồn và phát huy các giá trị văn hóa trong bối cảnh hội nhập hiện nay. Điều đáng quan tâm không chỉ ở sự tiếc nuối của lớp người cao tuổi về văn hóa ẩm thực truyền thống mà còn là sự giao lưu học hỏi và tiếp thu các món ăn mới của các cộng đồng tộc người láng giềng đã tạo nên một cách thức mới cả trong thưởng thức ẩm thực, quan hệ xã hội, tập quán trong ăn uống ở người Nùng Giang ở biên giới Việt Nam - Trung Quốc hiện tại và tương lai.

Tài liệu tham khảo

1. Nguyễn Thị Bảy (2004), "Văn hoá ẩm thực vùng núi cao phía Bắc", *Tạp chí Dân tộc học*, số 1, tr. 22-24.

2. Ban Dân tộc tỉnh Cao Bằng (2021), *Báo cáo về Kết quả thực hiện Nghị định 05/2011/NĐ-CP ngày 14/11/2011 của Chính phủ về công tác dân tộc từ năm 2016 đến nay trên địa bàn tỉnh Cao Bằng.*

2. Vi Văn Biên (2008), *Văn hoá ẩm thực của người Thái ở vùng Bắc Trung bộ Việt Nam*, Báo cáo tổng hợp đề tài cấp Bộ, Bảo tàng Văn hoá các dân tộc Việt Nam, Thái Nguyên.

3. Diệp Trung Bình (2008), *Văn hoá ẩm thực người Sán Dìu*, Nxb. Văn hoá dân tộc, Hà Nội.

4. Vàng Thung Chúng (2018), *Văn hoá ẩm thực và tri thức dân gian về trồng trọt của người Nùng Dín Lào Cai: Nghiên cứu văn hoá,* Nxb. Hội nhà văn, Hà Nội.

5. Vàng Thung Chúng (2015), *Văn hoá ẩm thực dân gian người Nùng Dín Lào Cai*, Nxb. Khoa học xã hội, Hà Nội.

6. Hoàng Nam (2018), *Dân tộc Nùng ở Việt Nam*, Nxb. Văn hoá dân tộc, Hà Nội.

7. Lê Thu Nga, Nùng A Thảo (2008), *Giới thiệu một vài món xôi của người Nùng (qua khảo sát ở xã Tân Đoàn, huyện Văn Quan, tỉnh Lạng Sơn)*, Kỷ yếu Hội nghị Thông báo Dân tộc học năm 2007, Thư viện Viện Dân tộc học, Hà Nội.

8. Hoàng Thị Lê Thảo (2015), "Giữ gìn nét văn hoá ẩm thực của người Nùng Phàn Sình trong bối cảnh công nghiệp hoá, hiện đại hoá" (Nghiên cứu ở xã Thạch Đạn, huyện Cao Lộc, tỉnh Lạng Sơn), trong: *Tri thức trẻ với bảo tồn văn hoá truyền thống* (Kỷ yếu Hội thảo

khoa học liên chi đoàn Viện Dân tộc học và Bảo tàng Dân tộc học Việt Nam), Thư viện Viện Dân tộc học, Hà Nội.

9. Vương Xuân Tình (1997), "Ăn uống của người Việt Kinh Bắc trong đối sánh với một số tộc người ở miền núi phía Bắc Việt Nam", *Tạp chí Dân tộc học*, số 4, tr. 30-45.

10. Vương Xuân Tình (Chủ biên, 2014), *Văn hóa với phát triển bền vững ở vùng biên giới Việt Nam*, Nxb. Khoa học xã hội, Hà Nội.

11. Ủy ban nhân dân huyện Hà Quảng (2022), *Báo cáo về việc thực hiện các Nghị quyết của Ủy ban Thường vụ Quốc hội về sắp xếp các đơn vị hành chính cấp huyện, xã giai đoạn 2019-2022 trên địa bàn huyện Hà Quảng.*

12. Ủy ban nhân dân xã Lũng Nặm (2021), *Báo cáo tổng kết việc thực hiện sắp xếp các đơn vị hành chính cấp xã và sắp xếp sáp nhập xóm trên địa bàn xã Lũng Nặm*.

13. Trần Quốc Vượng (1998), "Văn hoá ẩm thực Việt Nam - Hà Nội. Đôi ba vấn đề lý luận", *Tạp chí Văn hoá dân gian*, số 4, tr. 3-7.

Làng của người Nùng ở xã Quang Hán, huyện Trùng Khánh, tỉnh Cao Bằng

Ảnh: Lê Thị Hường, chụp năm 2021