

ĂN UỐNG CỦA NGƯỜI VIỆT KINH BẮC TRONG ĐỐI SÁNH VỚI MỘT SỐ TỘC NGƯỜI Ở MIỀN NÚI PHÍA BẮC VIỆT NAM

WƯƠNG XUÂN TÌNH

1. Trong đôi bài viết, chúng tôi đã từng phác hoạ về diện mạo văn hoá ăn uống vùng Kinh Bắc - một vùng được coi như một trong những cái nôi của văn hoá Việt ở đồng bằng Bắc Bộ (1). Mục tiêu của các bài viết ấy chủ yếu lý giải mối quan hệ giữa con người trong ăn uống. Quanh vấn đề này, còn nhiều chuyện muốn xới lên, song, tôi lại tạm gác để chuyển sang một hướng khác. Đó là, tôi muốn đặt tập quán ăn uống của người Việt Kinh Bắc trong nền cảnh rộng hơn : khu vực miền Bắc Việt Nam, để đối chiếu, so sánh với những dân tộc cận cư. Mục đích, không gì khác là muốn làm rõ thêm đặc trưng văn hoá ăn uống của người Việt ở vùng này.

Nếu lấy khu vực Từ Sơn - Bắc Ninh - trung tâm Kinh Bắc xưa làm tiêu điểm, rẽ về hai hướng : Bắc (thêm cả Đông Bắc) và Tây (thêm cả Tây Nam), nơi gần - chỉ hai chục km, nơi xa - chưa đầy một trăm ki - lô - mét, đã gặp những người khác tộc Việt. Họ là đồng bào các dân tộc Tày, Nùng, Sán Dìu, Dao, Mường... sống trong vùng thung lũng hoặc đồi núi thấp của các tỉnh : Bắc Giang, Vĩnh Phúc, Phú Thọ, Hoà Bình. Vượt thêm vài chặng đường nữa, sẽ gặp hàng chục tộc người sống ở vùng giữa hoặc rẻo cao của miền núi phía Bắc. Với các dân tộc trên đây, có những tộc người có mối liên hệ về nguồn gốc với người Việt (như Mường, Tày - Thái cổ), còn chí ít, cũng chung vòm trời của một Đông Nam Á lục địa - tức chịu ảnh hưởng chung của thời tiết, khí hậu, có nhiều nét tương đồng trong phương thức kiếm kế sinh nhai... Kinh Bắc, ở vị trí địa lý, lại có mối giao lưu với các dân tộc cận cư, trước hết bằng hệ thống giao thông thuỷ bộ. Sông Hồng, như huyết mạch của đồng bằng Bắc Bộ, có thêm chi lưu là sông Đuống đã vây bọc Kinh Bắc ở mạn nam; sông Cầu, sông Thương, sông Lục Nam đều xuyên qua các vùng đất trọng yếu của Kinh Bắc. Đường Quốc lộ 1 - gần trùng với con đường thiên lý xưa kia - đi qua Từ Sơn, Bắc Ninh, Bắc Giang để nối Hà Nội với Lạng Sơn. Quốc lộ 2 và 3, cũng bao quanh phía Tây và Tây Nam vùng đất này, trước khi toả đi các tỉnh Thái Nguyên, Bắc Cạn, Vĩnh Phúc, Phú Thọ, Yên Bái, Lao Cai.

Để đối sánh trong phạm vi tập quán ăn uống, hẳn có nhiều khía cạnh, song chúng tôi chỉ rút tĩa những yếu tố then chốt. Như đã nói, các dân tộc ở miền Bắc Việt Nam cùng sống dưới vòm trời của một Đông Nam Á lục địa nên hầu như đều lấy lúa làm nguồn lương thực chủ yếu. Ngô, xem như nguồn lương thực quan trọng thứ hai, hoặc có đôi vùng, được nâng lên hàng số một. Về nguồn thực phẩm, họ có nhiều vật nuôi lấy thịt, song điểm giống nhau : các dân tộc đều coi con lợn là vật nuôi chính. Thịt lợn, có thể được sử dụng hàng ngày (dưới dạng thịt hay mỡ), nhưng dùng nhiều nhất vào dịp lễ, tết (2). Trên cơ sở những tương đồng về sử dụng nguồn lương thực và thực phẩm như thế, chúng tôi thử xem xem, họ chế biến ra sao. Nói cách khác, *văn hoá tộc người in dấu ấn như thế nào qua cách xử lý nguồn thức ăn đó.*

Trong khuôn khổ một bài báo, tôi không thể lấy quá nhiều các dân tộc cận cư của người Việt Kinh Bắc để đối sánh. Chúng tôi chỉ tập trung vào những tộc người có thể đại diện cho vùng sinh thái : nơi thung lũng - với người Tày, rẻo giữa - người Dao, vùng cao - người Hmông. Và, trong chừng mực nhất định, sẽ điểm xen thêm ví dụ về các dân tộc khác, nếu thấy cần thiết.

2. Tôi muốn khởi đầu của đối sánh bằng việc tìm hiểu người Việt Kinh Bắc và những dân tộc cận cư sử dụng gạo - nguồn lương thực chính như thế nào.

Trong tất cả các tộc người đang xem xét, dầu canh tác nương rẫy hay ruộng nước, họ đã từng và đang dùng nhiều giống lúa truyền thống hoặc giống lai, song tựu trung, nếu phân loại theo tính chất của hạt gạo thì bao gồm hai loại chủ yếu : tẻ và nếp. Từ nguyên liệu này, mỗi dân tộc lại có năng lực chế biến thành các thức ăn rất khác nhau. Hãy thử xem xét năng lực ấy của họ.

a. Với gạo tẻ

Có một thành ngữ của người Việt tồn tại phổ biến ở vùng Kinh Bắc : " *Gạo tẻ là mẹ ruột* ", để nói về tầm quan trọng của thứ gạo này trong dinh dưỡng thường ngày. Quá trình chuyển biến từ ăn nếp sang ăn tẻ của người Việt đã diễn ra từ hàng ngàn năm trước đây (3). Để chế biến gạo tẻ, người Việt Kinh Bắc chủ yếu nấu thành cơm. Cơm gạo tẻ chỉ nấu trong nồi mà hiếm khi đồ, và món cơm ngon nhất, theo quan niệm là cơm nấu trong niêu đất. Trong khi đó, ngoài việc nấu bằng nồi giống người Kinh, cơm tẻ đồ vẫn còn thấy ở những tộc người như Mường, Thái, Khơ Mú, Hmông (vùng Kỳ Sơn - Nghệ An). Song, nếu việc đồ cơm tẻ của người Thái hoặc Khơ Mú có thể được lý

giải là sự tiếp nối của tập quán đồ cơm nếp - khi họ chuyển từ ăn nếp là chủ yếu sang ăn tẻ là chính, thì cách thức ấy của người Hmông lại kế thừa từ tập quán ăn ngô (ngô đồ - món *mèn mén*, tức *mó của*) sang ăn gạo. Ở người Việt Kinh Bắc, ngoài món cơm trắng (hay còn gọi là *com bông*, *com vẩy*), họ còn nấu cơm độn, như : cơm độn ngô (ngô hạt đã *bồi* chín hoặc ngô xay), cơm độn khoai (khoai tươi hay khoai khô), cơm độn sắn (sắn tươi, sắn khô), cơm độn đỗ, độn khoai sọ; và khi đói, có thể có cơm độn sung, cơm độn rau muống (*Com sung đã trái*, *cháo dền đã qua* - thành ngữ)... Với các tộc khác, cơm độn cũng sử dụng phổ biến, nhưng phần nhiều là độn ngô - ngô xay thành bột hay hạt nhỏ, và sắn tươi - sắn nạo.

Ngoài cơm, với chức năng như là " mẹ ruột ", gạo tẻ còn được người Việt Kinh Bắc chế biến thành cháo. Tùy theo các phụ gia kèm theo mà có thể có nhiều loại cháo khác nhau : cháo hoa (chỉ nấu gạo chín và ăn với muối), cháo đường, cháo thịt (thịt lợn, thịt gà), cháo lòng (lòng lợn), cháo cá, cháo lươn, cháo nấu với một số loại nhuyễn thể (cháo trai, cháo ốc), cháo xe (bột gạo nấu với sườn và một số sợi bột khô - khi nấu sẽ thành những sợi dai); cháo nấu với một số hoa màu như cháo đỗ xanh, cháo đỗ đen... Cháo ở vùng Kinh Bắc có thể sử dụng thay cơm khi thất bát (*Có mà ăn cháo* - thành ngữ), lúc ốm đau, dùng khi thời tiết nóng bức, song có loại được coi là món ăn sang (cháo lươn, cháo cá...). Ở những tộc người cận cư với họ như Thái, Dao, Hmông... cháo thường ít được sử dụng hơn. Nhưng có dân tộc như đồng bào Nùng tại Lạng Sơn và Bắc Giang (nhóm Nùng Cháo, Nùng Phàn sinh) thì món cháo lại được dùng phổ biến hàng ngày. Đồng bào Tày, Nùng, Hmông (vùng Nghệ An) còn độn bột ngô với gạo để quấy thành cháo.

Từ gạo tẻ, người Việt Kinh Bắc cũng chế biến thành nhiều loại quà bánh khác, như : bún, bánh tẻ, bánh giò, bánh đa, bánh đúc, bánh cuốn... Điểm đáng lưu ý : một số thứ quà bánh không chỉ " tự sản tự tiêu " mà còn được sản xuất để đem bán và có những làng hoặc những hộ gia đình chuyên làm một mặt hàng nào đó. Bún, bánh cuốn làng Vân (xã Yên Thường huyện Gia Lâm), bánh đa Bắc Giang rất nổi tiếng trong vùng. Liên kề với họ, đồng bào Tày cũng có kỹ năng chế biến quà bánh. Gạo tẻ được họ họ làm thành những thứ như bánh đúc, bánh đa, bánh cuốn, bánh tẻ... Song năng lực này ở những tộc người vùng cao lại hạn chế. Khi tìm hiểu các loại bánh của người Dao ở huyện Hoàng Su Phì tỉnh Hà Giang, chỉ có một thứ sử dụng một phần gạo tẻ : bánh *du pen* (bột tẻ và nếp trộn lẫn, nhân bằng đường phên, gói lá chít rồi luộc). Những người

Hmông ăn gạo như tại Kỳ Sơn, Nghệ An thì món bánh chế biến từ loại gạo này hầu như vắng bóng (4).

b. Với gạo nếp :

Trong xã hội truyền thống, và cả hiện tại, người dân Kinh Bắc chỉ trồng lúa nếp nhằm đáp ứng nhu cầu ăn uống trong tết, lễ (5). Vì thế, nếp không phải là món ăn thường ngày, và càng được chú trọng trong chế biến.

Trước hết, phải kể tới hai món phổ biến được tạo nên từ loại gạo này là cơm và xôi. Sự phân biệt giữa cơm nếp và xôi, chủ yếu là ở cách nấu và thứ độn. Gạo nếp nấu trong nồi, nếu không độn gì, hoặc độn với những nguyên liệu " tầm thường " như ngô nếp, sắn... thì chỉ gọi là cơm, còn nấu với loại nguyên liệu " cao cấp " hơn như lạc hoặc đỗ xanh thì được gọi là xôi. Song, gạo nếp đồ trong chõ, thì bất kể độn hay không độn với nguyên liệu nào cũng được gọi là xôi. Có rất nhiều loại xôi, và tên gọi còn kèm theo tên phụ gia, như xôi trắng (chỉ đồ bằng gạo nếp), xôi đỗ, xôi lạc, xôi lúa, xôi củ từ, xôi gấc, xôi trứng kiến... Cơm hoặc xôi nếp khi chín có thể được rưới thêm mỡ và trộn đều lên.

Nếu như món xôi ở đất Kinh Bắc xưa ít chú trọng tạo màu sắc (trừ món xôi gấc), thì với cộng đồng Tày, Nùng, hay ngay cả người Dao sống tận lưng chừng núi, màu của xôi lại được quan tâm (6). Màu sắc của xôi được tạo nên bằng cách nhuộm gạo - tức ngâm gạo với nước một số thứ thảo mộc (có thể thêm nước tro của rơm nếp), sau xếp từng lượt gạo rồi đồ chín mới xôi đều lên để hoà màu. Đơn cử về màu sắc của xôi mà người Tày, Nùng hay dùng : màu tím, màu xanh (nhuộm gạo bằng lá cẩm), màu xanh mạ (nhuộm lá gừng) (7). Để nấu xôi màu, người Dao ở Hoàng Su Phì cũng dùng các nguyên liệu từ tự nhiên. Muốn có màu đỏ, đồng bào Dao áo dài ở xã Nam Sơn lấy cây *năng làm phình*, giã lấy nước ngâm gạo nếp; màu tím : gạo ngâm trong nước tro rơm nếp hoà với nước của cây *năng làm méng*; màu xanh : gạo ngâm trong nước của cây *năng làm méng*; màu vàng : ngâm gạo với nước nghệ.

Gạo nếp cũng dùng để nấu cháo, nhưng thường là thứ cháo cho phụ nữ sau kỳ sinh nở, với mục đích chữa mất sữa hoặc tăng nguồn sữa của sản phụ (gạo nấu với đu đủ, *sú lợn* hoặc *sú chó*) (8). Hoặc khi nấu cháo bằng gạo tẻ, để cho *sánh* (có nhiều nhựa), người ta cũng cho thêm chút gạo nếp. Loại gạo này còn dùng nấu chè, nổi tiếng là thứ chè kho, chè con ong.

Dưới bàn tay điêu luyện của các "nghệ nhân ẩm thực" Kinh Bắc, gạo nếp được chế biến thành rất nhiều loại bánh. Xin được bắt đầu từ thứ bánh nổi tiếng: bánh chưng. Tôi muốn dành ít dòng nói về loại bánh này, không chỉ do sắc màu huyền thoại của nó, mà còn bởi có liên quan đến chiếc bánh cùng loại của một số tộc người khác. Bánh chưng của người Việt Kinh Bắc gồm hai loại: *bánh tày* (còn gọi là bánh ống) và *bánh vuông*. Tại nhiều làng quê xa đô thị, Tết xưa, người ta gói bánh tày nhiều hơn bánh vuông với lý do: bánh vuông khó gói, và chỉ gói mấy chiếc để trên bàn thờ cho đẹp; còn bánh tày dễ gói và khi ăn lại *dễ bóc* hơn. Ở xã Đông Kỳ huyện Tiên Sơn, Bắc Ninh, nơi cách thị trấn Từ Sơn chỉ 3 km, người viết bài này còn chứng kiến, chiếc bánh tày ngày tết được gói như chiếc bánh chưng của người Tày ở Yên Thế. Bánh gói bằng lá dong không dọc sống, phân lá ở hai đầu chỉ túm lại rồi bẻ gấp vào trong mà không dô đầu bánh cho phẳng và bẻ lá nhằm tạo bánh thành hình ống. Kiểu gói bánh thật đơn sơ, và chiếc bánh vẫn đặt trên bàn thờ ngày tết. Song, bánh chưng của người Việt Kinh Bắc, dầu là bánh tày hay bánh vuông, nhất thiết phải có nhân thịt và đỗ xanh. Đôi khi, người ta cũng gói cả bánh chưng đường. Trong khi đó, chiếc bánh chưng của người Dao (huyện Hoàng Su Phì - Hà Giang) cũng được gói bằng lá dong không dọc sống, nhưng chỉ to như bắp tay, và có thể có nhân (bằng lạc hay đỗ xanh, đỗ đỏ trộn với thịt) hoặc không nhân. Còn chiếc bánh chưng không nhân lại rất phổ biến ở vùng người Hmông tại Kỳ Sơn - Nghệ An.

Sau bánh chưng, phải kể tới bánh dầy - một loại bánh cũng đi vào huyền thoại. Cách làm bánh dầy ở vùng Kinh Bắc giống như nhiều tộc người khác: đồ xôi chín rồi đem giã; và cách sử dụng cũng vậy: nếu bánh để lâu, bị cứng, người ta thường cắt thành miếng đem rán hoặc nướng. Nhưng có điểm khác: để bánh không bị dính lá, nếu người Kinh Bắc dùng mỡ bôi lên lá gói (lá chuối) thì người Hmông lại dùng lòng đỏ trứng gà xoa vào tay khi nặn bánh, và đồng bào Dao thường xoa lên mặt bánh bằng vùng rang.

Còn rất nhiều loại bánh khác trên vùng Kinh Bắc được chế biến từ gạo nếp: bánh trôi, bánh chay, bánh tro, bánh nếp, bánh dẻo, bánh cốm, bánh su sê, bánh khảo, bánh gừng (còn gọi là bánh *trắng gừng*) bánh rán, bánh gai, bánh dợm, bồng nếp, oản... Các loại bánh này làm và sử dụng nhiều vào dịp tết lễ. Lại cũng có những làng, những hộ gia đình chuyên làm bánh để bán. Bánh su sê của làng Đình Bảng ngon nổi tiếng, xưa dùng để tiến vua. Làng Công Đình (xã Công Đình, huyện Gia Lâm) trước

đây có nghề làm nước tro đem bán cho những nhà trong vùng gói bánh tro vào dịp tết. Nếu lại qua thăm một làng giềng gần gũi của người Việt Kinh Bắc - đồng bào Tày, Nùng, sẽ thấy, họ cũng rất giỏi chế biến gạo nếp thành các loại bánh như : bánh chưng, bánh trôi, bánh rán, bánh mật, bánh dây, bánh bồng, bánh khảo (9). Người Dao ở vùng núi đất huyện Hoàng Su Phì, ngoài món bánh chưng, bánh dây, họ còn tạo nên các loại bánh khác từ gạo nếp : bánh bột (làm bằng bột gạo nếp, gói lá dong rồi luộc), bánh tro, bánh nếp (bằng bột gạo nếp, nhân đậu xanh hoặc đậu đỏ), *du pen* (bằng bột nếp trộn lẫn tẻ, nhân đường phen). Điểm khác biệt giữa bánh tro của người Dao và bánh tro người Việt Kinh Bắc là : nếu nước tro ngâm gạo ở vùng Kinh Bắc là nước than quả xoan (có thể thêm than cây vừng) thì thứ nước ấy của đồng bào Dao lại là nước tro của vỏ trấu và rơm nếp; và, bánh gói bằng lá chít, *có hình phễu*. Những chiếc bánh chế biến từ gạo nếp của người Hmông tại Kỳ Sơn cũng không phong phú hơn. Bên cạnh thứ bánh chưng đã kể, họ gói thêm những loại như : bánh rán (không nhân), bánh luộc (gần giống bánh trôi của người Kinh nhưng cũng không nhân).

Trong những món ăn làm bằng gạo của người Việt Kinh Bắc và các tộc khác, không thể bỏ các loại rượu. Nếu ở đất Kinh Bắc có các loại rượu cất, rượu nếp cái thì những tộc người khác còn có rượu cần (Thái, Mường, Khơ Mú ...), rượu hoẵng (ủ rượu lên men rồi lấy nước uống). Điểm khác biệt : người Việt vùng này ít dùng men lá để nấu rượu như đồng bào các tộc láng giềng.

Điểm qua cách chế biến gạo của người Kinh Bắc trong đối sánh với một số dân tộc ở miền núi phía Bắc, dễ nhận thấy họ có nét tương đồng : cùng cho những kết quả na ná, mà gọi theo ngôn ngữ phổ thông là các món cơm, cháo, xôi và bánh. Nhìn tổng thể, phương thức chế biến cũng gần tương tự, đó là làm chín món ăn bằng cách : nấu, đồ, luộc, luộc cách thủy, rán. Song, nếu lần sâu vào các chi tiết sẽ thấy những khác biệt nhất định. Kể cả từ gạo tẻ lẫn nếp, số lượng món ăn của người Việt Kinh Bắc phong phú hơn nhiều, và cách chế biến (món bánh) cũng tinh xảo hơn so với những tộc người khác, nhất là các dân tộc vùng cao. Ở vùng Kinh Bắc, chỉ sử dụng cách đồ với gạo nếp, trong khi nhiều tộc người vẫn còn đồ cả gạo tẻ, và "chỗ" đồ của họ rất đa dạng : phần lớn đồng bào dùng thân gỗ khoét rỗng, hoặc có thể dùng một đoạn vầu thay thế. *Lam com* (cho gạo vào ống tre hay nứa tươi với nước vừa đủ rồi đốt cho chín) cũng chỉ còn thấy ở các dân tộc thiểu số.

3. Ở người Việt Kinh Bắc cũng như nhiều nơi khác tại đồng bằng Bắc Bộ, ngô được liệt vào loại cây màu, có tầm quan trọng thứ hai sau lúa - xét về ý nghĩa lương thực (*Được mùa chó phụ ngô khoai / Đến khi thất bát lấy ai bạn cùng - ca dao*). Tuy nhiên, có những làng ven sông, chỉ có đất trồng ngô là chủ yếu, thì vị trí cây ngô quan trọng hơn, kể cả thu nhập lẫn sử dụng.

Là màu, và phần nữa còn bởi chính phẩm chất của nó, nên các món ăn chế biến từ ngô không phong phú như gạo. Ngoài độn cơm, ngô cũng được nấu riêng dùng cho bữa ăn - món *ngô bồi*. Ngô bồi có hai loại : *ngô vỏ* và *ngô vôi*. Ngô vỏ, tức hạt ngô khô đem đun sôi rồi bồi bằng cách : đặt nồi ngô xuống bếp tro có than hồng, cuốn rom ra bao quanh, rắc thêm trấu và tấp tro lên, để cho than sẽ âm ỉ trong thời gian dài (thường là qua đêm). Ngô vôi : ngô được đun sôi trong nước vôi, sau đem đãi sạch vỏ rồi mới bồi tiếp. Nếu đãi nhiều ngô vôi, người ta đem phơi khô để ăn dần. Trong hai loại ngô được chế biến theo cách đã kể thì người Việt Kinh Bắc thích ăn ngô vôi và coi ngô vôi ngon hơn ngô vỏ. Ngô chế biến theo hình thức trên, được dùng ăn bữa phụ (bữa sáng), thậm chí khi " thất bát " thì bữa chính cũng sử dụng. Tại một số làng ven sông Hồng thuộc huyện Đông Anh (Hà Nội) xưa kia chỉ trồng được ngô, người ta có một câu để động viên trẻ nhỏ : " Ăn ngô cho chắc gỏi ".

Ngô còn được chế biến thành một số loại bánh trái. " Chè ngô non Đình Tổ " là món ăn được nhiều người biết tiếng ở vùng Kinh Bắc. Món bỏng ngô (ngô rang thành bỏng rồi ngào mật) cũng phổ biến trong vùng. Xôi lúa là thứ ngô nếp nấu với ít gạo nếp, khi ăn rắc thêm đậu xanh đồ chín, được nhiều người ưa chuộng.

Ngoài những loại kể trên, ngô còn được người dân Kinh Bắc chế biến thành thứ ăn lót dạ, ăn chơi như luộc, nướng, rang.

Trong số các tộc người ở vùng miền núi phía Bắc, có một bộ phận của dân tộc Hmông lấy ngô làm lương thực chính - những người Hmông trắng và Hmông hoa tại các huyện vùng cao núi đá của tỉnh Hà Giang, gồm Đông Văn, Mèo Vạc, Quản Bạ, Yên Minh. Ở nhiều nơi khác, tuy người Hmông đã chuyển sang dùng gạo làm nguồn lương thực chính, song cách đây chưa lâu, chỉ vào khoảng trước những năm 60, ngô vẫn chiếm vị trí chủ đạo trong bữa ăn của họ, ví như tại huyện Hoàng Su Phì - Hà Giang, huyện Kỳ Sơn - Nghệ An (10). Thậm chí ở Sa Pa - Lào Cai, điểm tiêu biểu về canh tác ruộng bậc thang của người Hmông, thì vào thời điểm năm 1997, nhiều hộ gia đình vẫn

ăn ngô 4 - 5 tháng trong năm. Có thể nói, ngô là cây lương thực gắn liền với lịch sử tộc người của dân tộc này (11).

Có lẽ do địa vị của cây ngô như vậy nên người Hmông đã sáng tạo nên một cách chế biến độc nhất vô nhị từ thứ lương thực ấy : món *mó của*, hay còn gọi là *mèn mèn* (12). Món ăn này được chế biến rất cầu kỳ. Trước hết, người ta nhào bột ngô với ít nước rồi đổ vào chảo, đem đồ. Khi hơi nước đã bốc đều trong chảo một lúc, đem đổ bột ngô ra và lại vẩy nước chảo tiếp, rồi đồ lần hai. Muốn được chảo *mó của* ngon, phụ thuộc vào nhiều yếu tố. Trước hết, bột ngô phải mới, tức ngô vừa được tẽ khỏi bắp, rồi đem xay luôn (13). Sau nữa, là tài khéo léo trong nhào bột với nước (2 lần) của người nội trợ - tức lượng nước vừa đủ để ngô chín được mà không bị nhạt. Với các cư dân Hmông ăn ngô, món *mó của* được đồ một ngày hai lần : lần đầu vào buổi sáng và lần hai vào bữa tối. Bữa trưa chỉ là phụ, được dùng những thứ dư thừa của bữa sáng. Nhiều người Hmông ở vùng Đông Văn, Mèo Vạc - Hà Giang thích ăn ngô hơn ăn gạo, vì họ cho rằng ăn ngô bù hơn, và đặc biệt là " no lâu hơn " ăn gạo. Đó cũng là lý do tại sao vào lúc giáp hạt, giá ngô ở địa phương thường đắt hơn giá gạo (14). Cách chế biến món *mó của* như đã mô tả trên đây ở tộc người Hmông mang tính thống nhất. Tại Hoàng Su Phì, nơi người Hmông đã chuyển sang ăn gạo là chính, song trong cộng đồng vẫn lưu truyền hình ảnh cha ông họ xưa kia bằng một câu hàm súc : " Người Hmông mỗi lần chuyển cư chỉ cần 3 thứ : con dao, cái cốc và chiếc cối xay ngô "...

Cùng trên địa bàn vùng cao núi đá như đã kể, và cùng làm món *mèn mèn*, song với người Dao đỏ hay Dao áo dài, cách xử lý lại hơi khác. Trong hai lần nhào bột, họ cho nước nhiều hơn, vì vậy, theo người Dao ở đây, món *mèn mèn* (tiếng Dao gọi là *nàng buôn*) của họ mềm hơn của người Hmông.

Trong chế biến ngô, cả hai tộc Hmông và Dao ở Hà Giang còn làm một số loại bánh, mà tiêu biểu là thứ bánh rán. Để làm loại bánh này, người ta xay ngô nếp thành mảnh nhỏ, ngâm trong nước khoảng 3 tuần và cứ 3 ngày thay nước một lần. Sau đó, lại đem xay nhỏ (khi xay pha nước) rồi cho bột xay vào túi gai để nước ra hết. Sau đó, họ nặn thành viên và đem rán. Bánh có thể cho nhân đậu xanh. Cũng từ loại bột ngô nếp ấy, người ta còn làm một thứ bánh như bánh trôi của người Việt. Với bột ngô tẽ, họ còn nhào nước, ủ trong 2 - 3 ngày rồi dạt thành miếng to, đem rán. Do bột ủ lên men chua nên khi rán, bánh sẽ nở. Ở những cư dân vùng cao này, ngô còn được dùng để nấu

rượu. Tại huyện Quán Bạ tỉnh Hà Giang, rượu ngô của xã Thanh Vân rất nổi tiếng, được coi như đặc sản địa phương.

Cây ngô vùng thung lũng - như nơi người Tày sinh sống, thường ở vị trí sau cây lúa. Song cũng tùy từng nơi, tùy điều kiện của mỗi nhà mà ngô được trồng nhiều hay ít. Chẳng hạn tại huyện Sơn Động của tỉnh Bắc Giang, trước năm 1954, người Tày trồng ngô rất nhiều và đôi khi, họ cũng ăn ngô là chủ yếu. Cách chế biến ngô của họ có khác đôi chút so với những cư dân vừa kể : ngô được xay thành bột rồi đem nấu cháo - *cháo bẹ* (*Sáng ra bờ suối tối vào hang / Cháo bẹ rau măng vẫn sẵn sàng* - Thơ Hồ Chí Minh). Cháo thường ăn kèm với thức ăn, hoặc có khi chỉ ăn với muối. Ở nhiều vùng Tày, Nùng, ngô còn được chế biến thành các loại như bánh rán, bánh dậm, bánh khảo, bánh đúc, bánh cuốn.

Qua đời nét phác họa về cách chế biến các món ăn từ ngô của người Việt Kinh Bắc và các tộc khác, có thể nhận ra đặc điểm : nếu ở vùng Kinh Bắc có món *ngô bồi*, người Tày có món *cháo bẹ* thì dân tộc Hmông (trong chừng mực nhất định phải kể thêm cả người Dao - dẫu người Dao tự nhận là học theo cách của người Hmông) lại có món *mền mền* (*mở cửa*) nổi tiếng. Để chế biến ba món ăn này, phải có ba kỹ thuật xử lý khác nhau : đồ (*mở cửa*), nấu (*cháo bẹ*) và hầm (*ngô bồi*) (15). Trong bữa ăn hiện nay, món ngô bồi ở đất Kinh Bắc và món cháo bẹ của người Tày còn ít được sử dụng, bởi từ sau " Khoán 10 ", đời sống nông dân nâng cao nên việc ăn màu rất hạn chế. Song những món chế biến từ ngô của người Hmông và người Dao như đã mô tả thì vẫn hiện tồn trong bữa ăn của họ.

4. Với người Việt Kinh Bắc và các dân tộc ở miền núi phía Bắc Việt Nam, lợn thường dùng giết thịt vào dịp tết, cưới xin, tang ma, cúng bái, xây cất nhà cửa hoặc có khách khứa... Tuy nhiên, không phải ngày thường họ không sử dụng thịt lợn. Thực ra, ở Kinh Bắc xưa, ngày thường người ta chỉ dùng mỡ, hoặc có chăng, có con lợn chết, lợn ốm nào thì rử nhau ăn dụng. Tuy nhiên, đến nay, trong món ăn thường ngày của người dân Kinh Bắc, thịt lợn không còn là thứ xa xỉ nữa. Với các dân tộc khác, thịt lợn được sử dụng nhiều hơn trong ngày thường, bởi họ thường xuyên tích trữ dưới dạng thịt sấy, thịt muối, thịt chua, thịt quay rồi ngâm trong mỡ. Có một câu hỏi : tại sao tôi không lấy cách làm món ăn từ thịt của những con vật khác để đối sánh ? Lý do : những gia súc như trâu, bò đều không là vật nuôi phổ biến ở tất cả các vùng. Ví dụ : người Việt Kinh Bắc, người Tày vùng Lạng Sơn nuôi cả bò lẫn trâu, nhưng người Hmông, người Dao ở

Hoàng Su Phì lại nuôi trâu là chủ yếu, và người Hmông tại vùng cao núi đá Hà Giang phân nhiều chỉ nuôi bò... Mặt khác, hiếm khi các gia đình giết thịt những gia súc này, trừ khi có tang ma hoặc các dịp cúng lớn. Còn một loài gia cầm khác : con gà, cũng được nuôi phổ biến ở các dân tộc, nhưng đây là con vật nhỏ, và sử dụng trong ăn uống cộng đồng lại hạn chế.

Việc chế biến món ăn từ thịt lợn của người dân Kinh Bắc có liên quan mật thiết đến thời điểm giết thịt con vật. Nếu làm cỗ đám ma hay cỗ giáp - thứ cỗ " chém quăng ", chỉ có món độc nhất vô nhị : món luộc. Nhưng nếu vào dịp Tết, đám cưới hoặc cỗ khao, thì năng lực chế biến kia mới " phát tiết ". Hãy lấy dịp Tết, với bối cảnh nhiều gia đình *ăn chung* (ăn chung) một con lợn, với quy trình giết mổ - chia phần để cảm nhận thêm sự phong phú của nó.

Nơi giết thịt sẽ là nhà chủ con vật. Chủ nhân phải có nhiệm vụ chuẩn bị dụng cụ giết mổ và đun nước làm lông. Chọc tiết là việc khó, phải giao cho một người thạo việc trong nhóm, nếu không, sẽ mời đồ tể. Phần tiết đầu *hãm* (cho khỏi đông) bằng muối (hoặc mắm) để đánh tiết canh; số tiết còn lại dành cho dồi lòng hay sẽ trút hết vào nồi nước luộc. Sau khi làm sạch, lòng già được đem dồi với nhân (gồm mỡ com - thứ mỡ bám ở bộ lòng, hành, đậu xanh trộn với tiết). Tại xã Ninh Hiệp, huyện Gia Lâm, Hà Nội, lại có tập quán dồi bằng lòng non. Một nồi luộc được bắc lên, bao gồm thủ lợn, chiếc đuôi, lòng dồi, lòng non, dạ dày, tim, gan, lá lách, phổi. Khi luộc chín, những thứ này cùng với các bộ phận của con lợn sẽ được chia làm 4 phần , mà người dân Kinh Bắc quen gọi là *bốn chân*. Mỗi chân, có thể còn được chia nhỏ hơn để cho những suất chỉ có *nửa chân* hay *góc chân*...

Với phương châm : " Ăn cho đều, kêu cho sòng ", hoặc " Đánh nhau chia gạo, chào nhau ăn cơm ", việc phân chia thịt lợn diễn ra rất tỉ mỉ. Các bộ phận của con lợn phải được chia đều : từ tí tai, tí mũi đến lưỡi, dạ dày, tim, gan, bầu dục... Về phần thịt, sẽ được phân loại như sau để chia đều : *thịt lăm* (hay còn gọi là *khoanh bí*, tức thịt quanh vòng cổ con lợn), thịt vai, thịt *nây* (thịt bụng), thịt lưng và thịt mông. Riêng 4 chiếc chân cũng có sự phân biệt : hai chân trước được cho là ngon và nhiều thịt hơn hai chân sau (có thể dùng để cúng hoặc đem biếu) nên phải liệu chừng để thêm thắt cho công bằng. Số tiết hãm cũng chia đều cho 4 phần. Nước luộc thì tùy, mỗi nhà múc một ít đem về. Cũng có nơi, như tại xã Đại Mạch - huyện Đông Anh, trong dịp giết lợn như vừa kể, người ta lại lấy chiếc đuôi và chiếc lá lách đã luộc chia cho đám trẻ con xúm

quanh. Các phần thịt chia, sau khi thấy đồng đều, mỗi nhà có thể nhận theo lối bốc thăm. Thử thức : ai có phần thịt sẽ lấy một chiếc lá hoặc một que nhỏ tượng trưng cho phần mình, rồi một người đại diện cho vào vốc tay xúc lên, sau đó thả vào phần thịt nào, chủ nhân của " biểu tượng " sẽ nhận phần thịt ấy. Phần xương, cũng được chia đều theo các loại : xương sườn, xương sống, xương vai, xương chậu (16).

Nếu cách phân chia thịt lợn của người Việt Kinh Bắc có phần chi li thì ở người Hmông và người Dao tại vùng Quán Bạ - Hà Giang lại diễn ra khá đơn giản. Sau khi thịt lợn xong, họ lấy một số thịt và lòng đem luộc hoặc xào cho những người có mặt trong buổi đó ăn, số còn lại sẽ chia đều. Riêng quả tim, chủ nhà được hưởng để cúng trên bàn thờ. Nếu con lợn chia làm 4 phần, thì ngoài lòng, dạ dày, tim, gan được chia tư, số thịt sẽ chia như sau : lợn phanh làm hai nửa, rồi mỗi nửa lại chặt đôi. Như vậy, với người dân nơi đây, điều quan tâm khi chia thịt là đảm bảo sự công bằng về số lượng. Trước hiện tượng này, có thể xem xét dưới nhiều khía cạnh, song có lẽ, sự phân định tỉ mỉ các loại thịt của con lợn chỉ xuất hiện khi người ta có kỹ năng chế biến cao, mà kỹ năng ấy ở đồng bào Dao và Hmông, như sẽ phân tích dưới đây, còn hạn chế.

Quay về việc chế biến thịt lợn của vùng Kinh Bắc. Hầu như tất cả các loại thịt, người ta có thể làm theo cách : luộc, xào, rán, nướng. Ngoài ra, căn cứ vào từng bộ phận của con lợn, lại hay chế biến những món ăn đặc trưng. Ví dụ :

Phân thịt thủ, thường chỉ đem luộc (cùng với bộ lòng). Óc lợn thì trộn nước mắm để chấm thịt. Thịt thủ luộc, ngoài phần lưỡi được xem như một trong những thứ ngon nhất của con lợn, các phần khác như tai, mũi, cũng được nhiều người ưa chuộng.

Chân giò, bên cạnh món luộc, người ta còn thui qua rồi nấu giã cây. Phần bì có thể đem lột để bọc món thịt nhồi. Còn *sú lợn* - đoạn từ cẳng chân đến móng, hay dùng hầm cháo cho phụ nữ mới sinh con.

Phân thịt bụng của con lợn, còn được gọi là thịt *nây*, thường làm món này cuốn : thịt cắt thành miếng dài, ướp với giềng mẻ, cuốn vào xiên tre và đem nướng.

Thịt nạc của phân mông và vai, thịt thăn dùng để gói giò, làm chả. Loại thịt này cũng dùng làm ruốc, nhất là cho trẻ nhỏ, cho sản phụ hoặc người ốm.

Xương lợn đem hầm, nấu canh. Xương sườn thì xào chua ngọt, làm món chả chìa hoặc băm nhỏ rồi rang.

Lòng lợn còn dùng gói giò. Để ngon và đẹp, người ta cho thêm trứng, bằng cách : xếp lẫn những miếng trứng luộc bỏ tư với lòng lợn xào chín rồi gói lại. Miếng giò cắt ra sẽ có hình hoa do lòng đỏ trứng tạo nên. Lòng lợn còn được nấu cháo (nấu lẫn nước luộc lòng). Quả tim có thể hầm cách thủy (cho lẫn một số vị thuốc bắc), dùng làm món ăn bổ dưỡng.

Tiết hãm : để đánh tiết canh - một món ăn nổi tiếng, được nhiều người ưa chuộng. Nhân của tiết canh thường bằng thịt luộc, sụn nướng, hành nướng băm nhỏ.

Cuối cùng, phần bì của con lợn cũng có thể chế biến thành những món ăn riêng, như món bóng và là thành tố quan trọng của món nem thính, nem chua.

Bên cạnh những món thông thường như đã kể, thịt lợn còn chế biến thành các món : giò nạc, giò mỡ, chả quế, chả mỡ, chả nướng, chả xương xông, mọc, thịt kho tàu, thịt đông và các loại nem như nem chua, nem thính (*nem trạo*)... Lại còn chưa kể những món ăn không thể thiếu thịt lợn như : chả trứng, thịt nhồi cà chua, chả đỗ...

Để tạo nên các món ăn vừa kể, người dân Kinh Bắc đã sử dụng những cách thức phong phú : luộc, nướng, rang, xào, rán, kho, om, hấp, ninh, làm đông, lên men... Gia vị sử dụng chính : hành, hạt tiêu, giềng... Nhiều món được chế biến tinh xảo, là đỉnh cao của món ăn người Việt Kinh Bắc, như : giò, chả, nem chua...

Những món ăn của người Tày, Nùng từ thịt lợn cũng không kém phong phú và hấp dẫn. Họ xử lý bằng cách nướng, luộc, rán, nấu, hầm cách thủy... Thứ nướng được làm công phu, có thể đặt trên than hồng hoặc gói lá chuối rồi vùi trong tro nóng. Nhiều món ăn khá nổi tiếng như *khau nhục*, thịt nhồi khoai môn, thịt lợn quay. Tại huyện Lạc Bình tỉnh Lạng Sơn, một số làng người Nùng có nghề quay thịt lợn. Lợn quay chỉ quăng 15 - 20 kg, sau khi thịt xong được tẩm gia vị và nhồi lá *mắc mật* vào trong bụng, quay chín sẽ có mùi thơm đặc biệt. Ngoài ra, phải kể tới các món giò, chả cũng được mọi người ưa chuộng.

Với đồng bào Mường, các món ngon từ thịt lợn hầu hết chế biến bằng cách nướng, luộc và đồ. Trong 8 món đặc biệt đó, có 3 món nướng bằng kẹp tre trên than hồng (*chả nạc* - tức chả nạc, *chả khành* - chả sườn; *chả lá bưởi* - xương sống lợn băm nhỏ gói lá lốt, bên ngoài bọc lá bưởi), 2 món đồ (*giò lụa* - thịt nạc trộn đồ xanh, trứng vịt và hành tỏi, đem giã nhuyễn, gói lá chuối đã hơi qua lửa; *mọc đồ* - thịt nạc trộn hành tỏi giã nhuyễn rồi đem viên, khi đồ rắc thêm mọc nhĩ thái nhỏ và đập trứng vịt lên

trên), 2 món luộc (*giò bỏi* - bì loa chân giò nhồi thịt trộn tỏi, gói lá chuối bên ngoài; *giò chóc* - thịt thủ thái con chì, trong đó phải đủ các phần mắt, tai, lưỡi rồi đem gói lá chuối), và 1 món nấu (*rác mọc* - thịt nạc trộn hành tỏi giã nhuyễn, viên lại và đun chín, ăn với nước dùng bằng trứng vịt nấu mọc nhĩ) (17).

Khác với người Việt Kinh Bắc và các tộc người sống ở vùng thung lũng, những món ăn từ thịt lợn của người Hmông lại khá đơn giản. Giống như cách chế biến thịt những con vật bốn chân khác, khi thịt lợn, nhất là lợn nhỏ, đồng bào Hmông hay nấu món *thắng cố*. Thực chất, đây là món hầm tổng hợp tất cả các bộ phận của con vật giết thịt. Những món thường thấy là thịt luộc, thịt xào, thịt nướng, xương hầm, tiết canh. Để nướng, đồng bào ướp thịt với hạt tiêu rừng (vùng Sơn La) hoặc thảo quả (Sa Pa - Lào Cai, Hoàng Su Phì - Hà Giang). Riêng món lòng, người Hmông thường dồi thịt băm, giềng, hành trộn với tiết làm nhân, sau đó đem luộc hoặc để trên gác bếp cho khô và khi ăn thì rán lại. Để tích trữ, đồng bào còn ủ chua, hoặc ướp muối rồi sấy trên bếp. Những món ăn bằng thịt lợn của người Dao cũng không khác nhiều của người Hmông, nhất là tại những nơi đồng bào sống cận cư hoặc xen cư. Người Dao ở các huyện Bắc Quang, Hoàng Su Phì, Quản Bạ tỉnh Hà Giang có món canh mật rất phổ biến : chiếc mật lợn hơ trên than hồng cho se mặt, sau lấy nước mật hoà với nước luộc thịt. Khi vào bữa, họ uống một chút nước canh này rồi mới ăn thứ khác. Đồng bào cho rằng, làm vậy sẽ dễ tiêu và tránh khỏi đau bụng do dùng món ăn lạ. Người Dao ở Hoàng Su Phì khi luộc thịt lợn để cúng lại chỉ luộc dở dang, với cái lý " ma không ăn chín ". Cúng xong, họ đem luộc lại hoặc xào nấu tiếp. Ngoài thịt, người ta cũng nướng cả gan. Tuy nhiên, những món ăn từ thịt lợn của người Hmông và người Dao còn đơn giản và thiếu các món chế biến tinh xảo.

*

*

*

Qua phân hoá cung cách xử lý 3 nguyên liệu đại diện cho nguồn lương thực và thực phẩm được sử dụng rộng rãi ở người Việt vùng Kinh Bắc, chúng tôi đã dụng ý đối sánh với một số tộc người lân cận. Vẫn biết, việc so sánh, về thực chất là khập khiễng, vậy mà qua đây, sự khập khiễng có thể lại gia tăng ? Bằng cứ : tôi đã không " đi hết " những chi tiết trong chế biến món ăn của các tộc người được so sánh. Như vậy hẳn sẽ bất công ? Điều thanh minh của tôi là : mục đích của đối sánh không phải muốn xem "

ai hơn ai " (tuy đôi chỗ có điểm xen bình luận), mà chỉ muốn đặt sự vật trong mối liên hệ nhân văn. Và hơn cả, là muốn góp phần trả lời câu hỏi : tại sao món ăn Kinh Bắc ... lại như thế ?

Đặt cách chế biến món ăn của người Việt Kinh Bắc trong đối sánh với một số tộc người ở miền núi phía Bắc Việt Nam theo vùng sinh thái (vùng thung lũng, vùng giữa, vùng cao), tôi muốn so sánh tiềm năng văn hoá ăn uống của một cư dân định cư vùng đồng bằng, chịu sự tác động nhất định của đô thị với những người định cư vùng chân núi (Tày, Nùng, Mường, Thái...) và với các dân tộc có truyền thống du canh du cư cách đây chưa lâu (Dao, Hmông...).

Tuy hàng nghìn năm trước, tổ tiên người Việt đã từ các vùng thung lũng chân núi xuống chiếm lĩnh một thung lũng lớn hơn - đồng bằng Bắc Bộ (18), song chinh phục châu thổ này là quá trình đầy gian nan, và mối liên hệ của họ với tự nhiên vẫn rất khăng khít. Đó cũng là quá trình họ kiếm tìm thêm nguồn thức ăn mới, trên cơ sở kế thừa vốn liếng cũ. Với cách thức chế biến món ăn cũng vậy. Có mối liên hệ gì giữa chiếc bánh chưng của người dân xã Đông Kỳ, huyện Tiên Sơn, Bắc Ninh với chiếc bánh chưng của người Tày ở Yên Thế, Bắc Giang ? Thêm nữa, chiếc bánh tày (bánh ống) của người Việt Kinh Bắc, thậm chí của người Việt ở Bắc Bộ có mối liên hệ gì chẳng với chiếc bánh chưng của những dân tộc đã mô tả ? Tôi không có ý định truy tìm nguồn gốc (19), mà qua đó, chỉ có cảm nhận : nếu sự phát triển thường đi từ đơn giản tới phức tạp, thì phải chăng, bước tiến triển của chiếc bánh chưng ở người Việt là từ : bánh tròn không nhân - bánh tròn có nhân - bánh tày (bánh ống) - bánh vuông (20). Xin nhắc lại, tôi chỉ đặt sự tiến triển đó trong khía cạnh nhân văn - tức những ứng xử tất yếu mà trong một phạm vi, một hoàn cảnh nhất định con người sẽ trải qua.

Nếu vẫn xem xét dưới góc độ nhân văn ấy, còn thấy nhiều điểm tương đồng của các tộc người trong chế biến món ăn. Họ có hàng loạt các kỹ thuật xử lý giống nhau (hay chí ít cũng giống nhau về nguyên lý) : nướng, luộc, đồ, hầm, xào, rán..., có sự tương đồng trong sử dụng một số gia vị (hành, tỏi, gừng, giềng); và, với món bánh thì hầu hết đều dùng một trong hai loại : lá dong hoặc lá chuối để gói bọc... Tuy nhiên, nếu lần sâu vào các chi tiết như đã mô tả, vẫn thấy ánh lên dấu ấn văn hoá của mỗi tộc người.

Món ăn nơi Kinh Bắc phong phú và tinh xảo, không nghi ngờ gì, là do được thúc đẩy bởi điều kiện kinh tế và xã hội. Ở đây, chúng tôi đánh giá rất cao những tiền đề xã hội tác động tới sự thăng hoa của món ăn : quá trình đô thị hoá, mối giao lưu bắc - nam, sự phát triển của lễ hội - đặc biệt với phong tục thi cỗ, và thậm chí cả tệ khao vọng, hương ẩm nữa. Như đã thấy, ngay trong xã hội truyền thống, nhiều món ăn Kinh Bắc được chế biến cho mục đích hàng hoá, mà bằng cứ là xuất hiện nhiều làng, nhiều hộ gia đình trong các làng có truyền thống sản xuất một số món ăn hay quà bánh nào đó để đem bán. Chính đô thị và hệ thống chợ quê, bằng sự tác động của quy luật giá trị, là những kích thích tố mạnh mẽ, làm cho các món ăn Kinh Bắc thêm hoàn hảo; và đến lượt nó, đã toả lại ảnh hưởng về các làng mạc - nơi cội rễ của món ăn dân gian (21).

Còn một nhân tố xã hội - lịch sử khác không thể bỏ qua : Kinh Bắc là đất phát tích của nhà Lý, chịu ảnh hưởng rất nhiều của vương triều này. Điều ấy góp phần lý giải tại sao làng Đình Bảng - quê hương của Lý Công Uẩn lại có nhiều món ăn ngon, có nhiều món " tiến vua " như thế. Thêm nữa, trong xã hội truyền thống, với hàng trăm ông nghề, ông cử, sau khi hoàn tất sự nghiệp ở chốn đô thị về quê an trí, hẳn cũng có ảnh hưởng nhất định tới nếp ăn uống của làng.

Để khép lại bài viết này, xin được thêm rằng, tôi không dám coi những dòng trên đây là kết luận. Đó chỉ như đôi ý tưởng sẽ chia cùng bạn đọc mà thôi.

CHÚ THÍCH

(1) Xem : Vương Xuân Tình :

- *Ứng xử xã hội trong ăn uống của Việt vùng Kinh Bắc (Phần một : Những chuẩn mực về món ăn)*, Tc. Dân tộc học, Số 4 - 1995

- *Ứng xử xã hội trong ăn uống của người Việt vùng Kinh Bắc (Phần hai : Cung cách ăn uống)*, Tc. Dân tộc học, Số 4 - 1996

(2). Chúng tôi thống nhất với ý kiến cho rằng, cơ cấu bữa ăn truyền thống của người Việt châu thổ Bắc Bộ là *com + rau + cá*. (Xem : G.S. Trần Quốc Vương. *Văn hoá ẩm thực trên nền cảnh môi trường sinh thái nhân văn Việt Nam ba miền Bắc Trung Nam* trong Kỷ yếu hội nghị khoa học : *Bản sắc Việt Nam trong ăn uống*, Trường đại học dân lập Hùng Vương, tháng 4 - 1997). Song do mục tiêu của bài viết này, nên chúng tôi lấy *thịt lợn* - nguồn thực phẩm phổ biến của các tộc người để đối sánh.

(3) Xem : Nguyễn Việt. *Chuyển biến chiến lược lương thực của người Việt trong lịch sử*, Tc. Dân tộc học, Số 2 - 1983

(4). Xem : Vương Xuân Tình, tác giả phân viết về ăn uống của *Dân tộc Hmông* trong *Đặc trưng văn hoá và truyền thống cách mạng của các dân tộc ở Kỳ Sơn Nghệ An*, Nxb. Chính trị quốc gia, H, 1995, tr. 239-253

(5). Trong xã hội truyền thống, nhiều vùng Kinh Bắc có tới 16 giống nếp. Xem : *Địa chí Hà Bắc*, Ty văn hoá và thông tin - thư viện tỉnh Hà Bắc, 1982, tr. 200 - 201

- (6). Xin lưu ý : Trong tập quán của người Việt vùng này, xôi cúng trên bàn thờ tổ tiên thường là xôi đỗ xanh (không được dùng xôi đỗ đen hay những thứ đỗ khác), còn xôi cúng thành hoàng, chỉ dùng xôi trắng.
- (7). Xem : Viện Dân tộc học. *Các dân tộc Tày Nùng ở Việt Nam*, H, 1992, tr. 145
- (8) Xem : Vương Xuân Tình. *Ăn uống trong sinh đẻ của phụ nữ Việt ở đồng bằng Bắc Bộ*, Tc. Dân tộc học, Số 3 - 1992
- (9) Xem : Viện Dân tộc học. *Các dân tộc Tày Nùng ở Việt Nam*, S.d.d, tr.145
- (10). Xem : Vương Xuân Tình. *Food System of Hmong People in Hagiang Province, Vietnam*, Báo cáo khoa học tại Hội thảo quốc tế về Văn hoá ăn uống vùng Đông Á (Food Culture in East Asia) tại Seoul, Hàn Quốc, tháng 11 - 1997
- (11). Xem : Cooper, Robert G. *Resource Scarcity and the Hmong Response, A Study of Settlement and Economy in Northern Thailand*, University of Hull, 1976
- (12). *Mền mền* - từ chỉ món bột ngô đồ của người Hmông, lại do người Kinh (Việt) và các tộc khác gọi. Chúng tôi chưa có điều kiện kiểm tra từ này thuộc ngôn ngữ nào. Còn người Hmông trắng ở Mèo Vạc thì gọi món ăn đó là *mó của*, và nhóm Hmông hoa tại Quản Bạ gọi là *mó mông*.
- (13). Khi thu hoạch ngô, đồng bào Hmông vẫn để lớp me bao quanh bắp, phơi qua nắng rồi xếp lên gác bếp. Ăn bữa nào, họ mới tẽ hạt và xay. Hiện nay, tại một số nơi ở Đồng Văn, Mèo Vạc đã có máy xay xát. Nhưng theo họ, bột ngô nghiền từ máy xay xát đồ *mó của* không ngon bằng thứ bột xay từ cối xay.
- (14). Năm 1995, khi điền dã dân tộc học tại huyện Mèo Vạc tỉnh Hà Giang, chúng tôi được đồng bào Hmông cho biết : vào vụ giáp hạt năm ấy, giá 1 kg gạo tại địa phương là 3.500 đ, trong khi giá ngô là 3.300 đ/kg. Song nếu đem xay ngô thành bột thì cộng thêm chi phí hao hụt (do bỏ vỏ) và tiền công, giá thành sẽ cao hơn gạo.
- (15). Thực ra, trong phương ngữ của vùng Kinh Bắc, có nơi gọi cách chế biến như trên (vùi nồi thức ăn đã đun sôi trong than có ủ trấu hoặc rơm rạ một thời gian cho nhừ) là *bồi*, có nơi gọi là *hâm*. (Khái niệm *hâm* trong bếp núc vùng Kinh Bắc thường chỉ việc làm nhừ thức ăn.). Ngoài món *ngô bồi*, theo cách đã mô tả, còn có *khoai bồi*, *cá bồi*...
- (16). Việc phân loại các phần thịt của con vật ở mỗi dân tộc thường khác nhau, bởi nó phụ thuộc quan niệm về " miếng ngon ", thậm chí liên quan đến cả tập tục, tín ngưỡng. Đơn cử ví dụ khác : Trong tác phẩm *Always Hungry, Never Greedy* (Đói, nhưng không ăn tham), Miriam Kahn đã mô tả việc phân chia thịt lợn của cư dân Melanesian ở đảo Papua New Guinea, miền Bắc Australia. Trong lễ hội *Torela* được tổ chức cho những nhóm người có quan hệ thông gia (Affinal relationship), người dân địa phương có tục trao tặng thịt lợn của chủ cho khách. Phần thịt (cùng phần xương tương ứng) của con lợn quay được chia làm 7 loại : thủ, hàm, chân trước (kéo dài thêm phần thịt tới xương sống), bụng + lườn, lưng, mông và chân sau. Xem : Miriam Kahn. *Always Hungry, Never Greedy*. Cambridge University Press, 1986, p. 81 - 86
- (17). Tư liệu của Nguyễn Ngọc Thanh, Viện Dân tộc học.
- (18). Đến nay, nhiều di chỉ khảo cổ học đã được phát hiện trên đất Kinh Bắc, trong đó, người ta tìm thấy các hiện vật có liên quan đến tìm kiếm nguồn thức ăn (như chì lưới bằng đá) và dụng cụ nấu nướng, ăn uống, mà nhiều nhất là thời kỳ đồ đồng, như các di chỉ : Bãi Tự, Từ Sơn, Phù Lũu... Xem : *Địa chỉ Hà Bắc*, S.d.d, tr. 391 - 402
- (19). Tìm hiểu mối liên hệ lịch sử qua chế biến và sử dụng món ăn cũng là một hướng nghiên cứu, mà ở Việt Nam, phải kể tới cố GS. Nguyễn Từ Chi. Trong bài viết " Món ăn Huế, món ăn Mường ", thông qua cung cách chế biến và bằng cả cứ liệu dân tộc - ngôn ngữ học liên quan đến một số món ăn, ông cho rằng : " ... món ăn Huế vốn ra đi từ món ăn Mường... ". Xem : Nguyễn Từ Chi. *Góp phần nghiên cứu văn hoá tộc người*. Nxb. Thông tin - Tc. Văn hoá nghệ thuật, H, 1996, tr. 123 - 130.
- (20). Ý tưởng này được sự chia sẻ của GS. Nguyễn Khắc Tung. Nhân đây, xin bày tỏ lời biết ơn Giáo sư.
- (21). Viết về tác động của đô thị tới món ăn vùng Kinh Bắc, lại gọi cho tôi một liên tưởng : Khi nghiên cứu (1992) ở xã An Hiệp - nơi xem như " vùng sâu " của huyện Quỳnh Phụ, tỉnh Thái Bình, được biết : trong xã hội truyền thống, món ăn ở đây khá giản đơn. Chẳng hạn, vào dịp Tết trung thu, người ta chỉ làm món bánh dức và bánh cuốn để trông trăng.