VĨNH NAM - LÊ TRỌNG KHÁNG
(Biên soạn)



NHỮNG NGHỀ HÁI RA TIỀN

(CHẾ BIẾN THỰC PHẨM)

NHÀ XUẤT BẢN TRẺ

VĨNH NAM - LÊ TRỌNG KHÁNG
(Biên soạn)



NHỮNG NGHỀ HÁI RA TIỀN

*

(CHẾ BIẾN THỰC PHẨM)

NHỮNG NGHỀ HÁI RA TIỀN
(CHẾ BIẾN THỰC PHẨM)

VĨNH NAM – LÊ TRỌNG KHÁNG

Chịu trách nhiệm xuất bản:
TS. QUÁCH THU NGUYỆT
Biên tập:
ÁNH TUYẾT
Sửa bản in:
HOÀNG MAI
Bìa:
HUỲNH PHI HẢI

***

NHÀ XUẤT BẢN TRẺ

161B LÝ CHÍNH THẮNG QUẬN 3 – TP.HCM
ĐT: 9.316.289 – 9.316.211 – 8.465.595 – 8.465.596 – 9350973
FAX: 84 (08) 8.437.450
E–MAIL: nxbtre@hcm.vnn.vn
Website: http: //www.nxbtre.com.vn

CHI NHÁNH NHÀ XUẤT BẢN TRẺ TẠI HÀ NỘI

Số 20, ngõ 91 Nguyễn Chí Thanh – Quận Đống Đa – HÀ NỘI
ĐT: (04) 7734544 – FAX: (04) 7734544
E–MAIL: vanphongnxbtre@hn.vnn.vn

In 1000 cuốn, khổ 14,5 x 20,5 cm tại Công ty Cổ phần In Bến Tre. Số đăng ký kế hoạch xuất bản 1119/14/CXB do Cục Xuất bản cấp ngày 10/8/2004. Giấy trích ngang số 1782/KHXB/2004 ngày 22/9/2004. In xong và nộp lưu chiểu tháng 10 năm 2004.

MỤC LỤC

1/ Lời tựa 5

2/ Khái niệm về thực phẩm 7

A/ NHÓM GIẢI KHÁT VÀ CÁC MÓN NGỌT 13

3/- Thạch dừa các loại 14

4/- Sữa đậu nành các loại 19

5/- Sữa chua và men Kêfir 31

6/- Kem cốc các loại đông tây. 41

7/- Làm sôcôla kẹo và bánh 52

8/- Làm kẹo sing gum các loại 60

9/- Làm con men - bánh men rượu 68

B/ NHÓM ĐỒ NGUỘI ĐÔNG TÂY: 72

10/- Làm giò lụa - chả lụa 73

11/- Làm giò thủ 81

12/- Làm nem các loại 89

13/- Làm đậu hủ miếng, đậu váng sữa. 97

14/- Làm bánh bao các nơi 104

15/- Làm lạp xưởng các loại 114

16/- Làm lạp chua cốc vị 125

17/- Làm Patê gan các loại 131

18/- Làm xúc xích các loại 137

19/- Làm Jambon các loại 146

20/- Làm bơ mặn, trích cất bơ sữa. 154

21/- Làm phó mát, keo ủ pho mai sữa. 160

C/ NHÓM LÀM GIA VỊ, PHỤ LIỆU VÀ NƯỚC CHẤM 169

22/- Làm sốt cà chua, làm cà chua cô đặc các loại. 170

23/- Làm sốt tương ớt các loại. 183

24/- Làm nước sốt tương đậu nành. 196

25/- Làm tàu vị yểu. 203

26/- Làm nước mắm. 213

E/ VÀI THÔNG TIN THỰC PHẨM MỚI NHẤT 242

Lời tựa

Mỗi con người chúng ta sống trong xã hội, ai ai cũng ý thức trách nhiệm của mình với cộng đồng. Do đó hàng ngày bạn và tôi đều đã và đang ra tay gánh vác những công việc phục vụ cho con người, một phần là chính nó bảo đảm cho cuộc sống và gia đình của chúng ta. Nhưng cũng có một thời điểm nào đó xảy đến sự cố gì nho nhỏ khiến cho các bạn phải thất nghiệp hay phải thay đổi công việc bằng một quyết định chẳng đặng đừng. Rất có thể tại một ngả rẽ mới, ít nhiều gì cũng làm cho các bạn phải hụt hẫng, mọi sinh hoạt trong gia đình tưởng chừng như đảo lộn cả, các nhu cầu cần thiết của người thân và bản thân mình phải đình đốn khiến bạn phải hết sức khổ sở lo toan.

Đứng trước sự việc ấy, để khắc phục triệt để thì các bạn phải hết sức mạnh dạn chuyển đổi nghề nghiệp của mình bằng một ngành nghề nào khác, nhằm tái tạo sự ổn định trở lại, cho dù rằng phải tạm gọi là... chữa cháy...

Chỉ một suy nghĩ ấy thôi mà tôi dám mạnh dạn viết ra bộ sách này với mong muốn được chia sẻ cùng các bạn mọi lo toan đó. Sau một thời gian dài thai nghén, tôi đã cân nhắc so sánh và chỉnh đổi hết sức cẩn thận xem là tạm để tôi có thể phổ biến cùng các bạn, để mong được giúp các bạn chọn lựa một ngành nghề nào ưng ý mà cố thi thố tài năng. Và cũng vì để các bạn có nhiệt tâm với ngành nghề muốn chọn cho nên tôi cũng kèm theo các câu chuyện hào hứng để ít ra thông báo cho các bạn một đề tài chính quy trong nghiệp nghề chọn lựa này. Suy nghĩ nhỏ nhoi của tôi là các bạn đã có trong tay một công việc làm ra

đồng tiền minh bạch thì bản thân tôi đã làm nên một nét thiện của cuộc đời, do đó tôi không nghĩ rằng mình phải bớt xén hoặc dấu diếm những gì tôi đã biết, để mong các bạn cùng tôi yêu nghề hơn thôi.

Nhất nghệ tinh, nhất thân vinh, các bạn hãy đừng cảm tính rằng việc làm của ta quá đơn giản, quá nhỏ hẹp hoặc là loại nghề lượm bạc cắc vu vơ, mà hãy tiên liệu rằng ta chú tâm thực nghiệm nghề bằng con tim và đôi tay thánh thiện, thì chúng ta tới cùng. Người Trung Quốc có câu "Con người phản bội nghề chứ nghề nào bạc đãi ta..."

Trở lại quyển sách này, tôi đã thực hiện hơi khác với các loại sách dạy nghề khác. Ở đây tôi phân tích rõ ràng xuất xứ của nghề, cái nôi nào là điểm tựa cho nghề phát triển, trải qua bao thời gian chỉnh đổi ra sao mới có kết quả ngày nay, và ý nghĩa của nghề theo từng quan niệm, từng tư duy kết hợp. Cuối cùng là nói rõ các công thức mà nguyên liệu không khó tìm đối với xứ sở của ta để các bạn không ngại ngùng tiếp nhận nó.

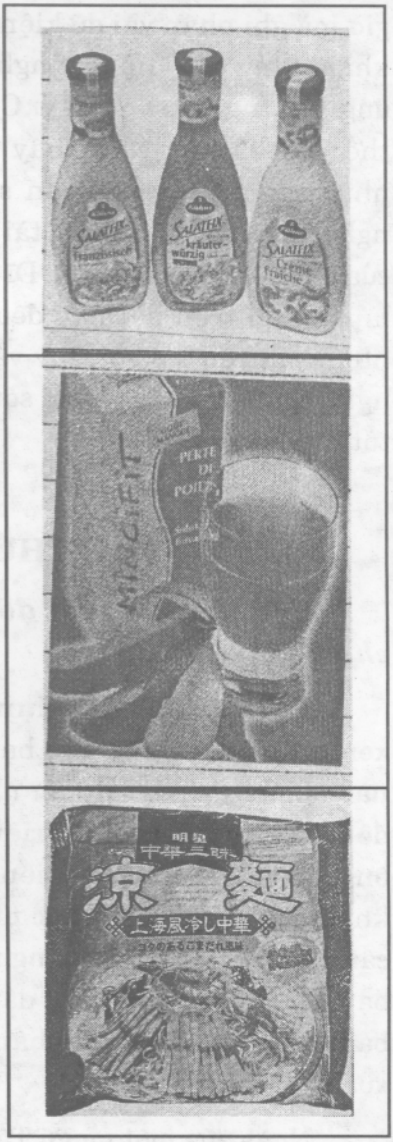
Trong bối cảnh cập nhật, ít nhiều gì cũng có sự trùng hợp ngoài ý muốn, vậy nếu có thì tôi mong quý bạn hãy bỏ qua cho tôi vì như ở trên tôi đã nói "nghề để phổ biến chứ nghề không phải để dấu diếm".

Chúc các bạn thành công trọn vẹn

VĨNH NAM - LÊ TRỌNG KHÁNG

KHÁI NIỆM VỀ THỰC PHẨM

Đường vào lãnh vực thực phẩm tuy dễ mà lại khó, vì bạn đang có định hướng đi làm cái công việc nuôi sống người ta bằng miếng ăn và thức uống cho nên các bạn phải nhận thức cho kỹ đây là loại nghề nghiệp hết sức nhạy cảm, ảnh hưởng nhiều đến sinh mạng con người, cho nên bạn phải có phương châm nhất định rằng ở trong bàn tay của mình đang nắm một trách nhiệm thiêng liêng. Hãy đừng vì những lợi ích nho nhỏ mà xem thường mạng sống con người. Bạn hãy tưởng tượng rằng, một con người khi bốc đồng, tay cầm dao, không tự chủ có thể họ sẽ sát hại một người ngay tức khắc. Còn nghề làm thực phẩm của chúng ta, lỡ mà sai sót một chút nhỏ dù là vô tình cũng có thể giết người hàng loạt do ngộ độc nặng cấp kỳ hoặc giết lần giết mòn con người theo thời gian dài mà chính mình cũng không hay, không biết. Từ đó đối đầu với pháp luật là một chuyện, còn đối diện với sự cắn rứt lương tâm thì thật là phải vương vấn suốt đời...



Cũng vì thế mà tôi muốn viết bài mở đầu này hơi dài dòng để mong các bạn dành chút ít thời giờ mà ghi nhận vài dữ kiện trước khi bắt tay vào làm một nghề nào ưng ý trong bộ sách này. Có như thế các bạn sẽ cảm thấy trách nhiệm mình rất lớn, bạn sẽ yêu nghề hơn và sẽ thi thố tài năng của mình hoàn thiện hơn. Dĩ nhiên làm cái gì trên đời này đều có ít nhiều chuyện sai sót, tuy vậy với nghề chúng ta, càng ít sai sót càng tốt các bạn ạ!





YẾU TỐ NÀO THÚC ĐẨY:

Có vài yếu tố thúc đẩy bạn nên chọn nghề:





1/ Quan sát đất dụng võ: Hãy xem thử quanh khu vực bạn tầng lớp nào chiếm đa số, rồi hãy nhìn xa hơn để xem khả năng phát triển cục bộ có ổn không sau đó mới triển khai rộng khắp. Nên nhớ rằng thực phẩm là yêu cầu hàng ngày của con người nếu các bạn đi sâu vào tầng lớp dân cư tức là bạn đã thành công một phần trước cuộc xuất phát rồi đó.

Ngày xưa một người Tây Ban Nha

di cư sang Mỹ, gia đình rất nghèo chỉ có một ít nhánh măng tây mang theo. Họ dựng một chiếc lều con ở ngã ba Harlem's, vợ chồng con cái đặt chảo chiên xúc xích bò chan sốt cà chillicorn để bán cho khách vãng lai, kết quả mười năm sau thì toàn nước Mỹ đã biết đến xúc xích của họ. Cho tới ngày nay, công ty do họ khởi lập đã thừa kế tới đời chắt và triển khai khắp thế giới với số vốn hàng chục tỉ đô la. Đó là nhờ họ biết quan sát đất dụng võ mà làm nên.



2/ Thừa hưởng vùng nguyên liệu: Nơi ta ở hoặc địa bàn ta dự định hành nghề phải là cái nôi của loại nguyên liệu gì? Có ổn định để ta sản xuất lâu dài không? Vùng nguyên liệu này còn phải dựa vào yếu tố khí hậu, thời tiết để ta có thể ước định nhằm cân bằng sản xuất, tránh dôi dư ngậm vốn, tránh thiếu hụt đình trệ.

Trước năm 1950 tại Sài Gòn có một cậu bé Hồng Kông qua tìm cha bị thất lạc đã lâu, lần mò ông đã lạc xuống tận Cái Bè Mỹ Tho, được một bà mẹ Việt Nam đùm bọc như con. Ở đây ông ta thấy chanh trồng bạt ngàn, mối lái chỉ thu mua các trái còn trĩu trên cành, còn những trái rụng bên dưới chủ vườn sẽ cào xuống

mương rồi đẩy ra sông cái. Cậu bé khách trú tuy mới tuổi mười lăm đã nảy ra ý xin gom nhặt trái chanh rụng về làm trần bì cho mẹ nuôi đi bán ở các trường học. Vài năm sau cả xứ Mỹ Tho, khắp lục tỉnh Nam kỳ đều dùng trần bì của cậu, sau đó nó được ra tận Hà Nội rồi cả Đông Dương lan tận Đông Nam Á. Sau này cậu trở thành tỉ phú nhờ món "lượm bạc cắc" này. Có ai ngờ đâu sự thành công khởi đầu ở một huyện nhỏ là cục bộ đã lan ra toàn bộ đâu?!...



3/ Cân nhắc tài chánh, tận dụng mặt bằng: Đây là một việc rất quan trọng trong vấn đề sản xuất, nhu cầu tài chánh trong lãnh vực thực phẩm luôn là vô hạn định, đôi khi chỉ một triệu bạc bạn có thể làm được nhiều món, cũng có thể có cả tỉ bạn vẫn chưa nên một món nào... Vì vậy bạn đừng ưu tư lắm. Nếu vốn bạn nhỏ bạn giảm số lượng phát hành xuống, khi nào đủ thì khuếch trương lớn rộng ra theo tỉ lệ cho phép.

Tôi có người bạn được bà mẹ vợ cho một cái Kiosque ở ngoại thành, mẹ ruột cho một triệu rưỡi làm vốn, anh hỏi tôi góp ý làm cái gì để nuôi

sống bốn đứa con đang tuổi ăn, tuổi lớn đây? Tôi đã chỉ anh ta làm một quán nhậu giải khát dã chiến, có nghĩa là không có bàn ghế chi cả, khách đến lấy thức ăn, nước uống rồi đi... tực túc... Tôi bảo anh sắm một tủ kiếng, chảo, thùng ướp đá làm bằng mốp, vài chục cái chai pec loại 50cl và ít que tre loại que cà rem, tôi chỉ anh làm một loại dồi chiên lai, bán kèm bia trái cây pha với bia gốc gọi là "bia sinh tố", hễ ai đến cứ việc đưa một xiên dồi chiên và chai bia nửa lít rồi thu tiền ngay, còn ai uống ở đâu kệ họ, tới giờ đi gom chai, lượm rác... mất bỏ. Lạ lùng thay chỉ vài năm sau tôi ngạc nhiên khi thấy anh bạn ngồi Mercedes đời mới có tài xế lái, trên tay anh cầm điếu xì gà Cuba phì phèo nhìn tôi bằng góc từ con mắt, vì tôi vẫn còn đạp xe đạp...



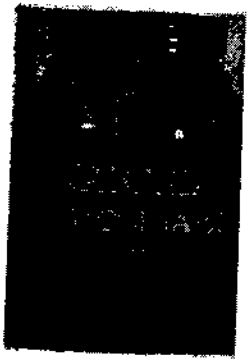
4/ Nên trau dồi nghề để thạo nghề, yêu nghề hơn:

Bạn có thể thay đổi nghề nếu nghề mình chọn không thích hợp, nhưng nếu đã quyết chọn rồi thì hãy nên "thờ" nó suốt đời nếu bạn muốn vinh thân, điều cơ bản của cái nghề làm thực phẩm là phải trung thành với công thức, chớ nên hám lợi mà gia giảm bất hợp lý để phẩm chất càng ngày càng kém chất lượng thì chính bạn tự tiêu diệt lấy bạn đấy vì đâu ai bỏ tiền ra mua đồ dỏm bao giờ!?...

Hai người bạn của tôi được tôi chỉ cho nghề làm sốt cà chua, bạn X luôn tôn trọng nguyên tắc, áp dụng đúng công thức đã đề ra, bài bản trước sau như một cho nên khách của X luôn luôn ổn định. Còn Y sau một thời gian dài làm khấm khá mới xé rào tự cải đổi dần nguyên liệu, thêm cái rẻ tiền, bớt cái đắt tiền, rồi sau đó thay đổi trăm phần trăm công thức. Thay vì dùng cà chua xay làm cốt thì anh dùng gạo rang thành thính non rồi ủ cho lên men chua, sau đó ra chợ An Đông mua tinh cốt cà và màu thêm vào, anh chỉ cung ứng cho thị trường một thời gian rồi mất hút vì hàng của Y càng ngày càng bị tẩy chay.

Sau cùng hết tôi chỉ muốn khuyên các bạn rằng luôn luôn yêu nghề mới được nghề đãi ngộ. Vạn sự khởi đầu nan, tôi mong các bạn thành công trên mọi phương diện...

A/. NHÓM GIẢI KHÁT VÀ CÁC MÓN NGỌT



- Thạch dừa các loại
- Sữa đậu nành các loại
- Sữa chua các loại
- Men sữa Kêfir
- Sô cô la các loại
- Kẹo singum các loại
- Bánh men rượu, con men rượu









THẠCH DỪA

Vài năm trở lại đây, trên khắp các siêu thị, cửa hàng thực phẩm hoặc các quán giải khát đã nở rộ một món ăn ngọt được bày bán, mời chào song song với kem và sinh tố. Đó là thạch dừa.



Một hủ thạch dừa ngọt

Thạch dừa có nguồn gốc xuất từ từ Philippines họ gọi nó là Na ta de Coco hoặc Panum Natau Ehu Coco (kem dừa đặc sản của giòng họ Natau) đây là món ăn, vừa để giải khát làm thức ăn ngọt mà cũng là nguyên liệu dùng để chế biến thức ăn mặn ăn chung với cơm. Hiện nay tại Philippines đã có hơn hai trăm món ăn có dính dấp tới thạch dừa như món Chaop phata pin là món thịt gà hầm cà ri thạch dừa ngon không thua gì gà hầm chôm chôm tróc của xứ ta. Hoặc món Papina Alim pin là món chả trứng với thịt bò bằm thạch dừa cục ngon chẳng thua chả trứng thịt bằm nấm của mình.

Về xuất xứ của loại thực phẩm đặc biệt này thì người Phi gọi nó là của Trời cho giòng họ Natau, vì thuở xa xưa họ ở quanh chân núi Pinatubo hàng bao nhiêu đời, gia đình Natau chuyên trồng dừa lấy nước bán cho trẻ con ở một ngôi trường lân cận, một ngày nọ họ đã chặt dừa cho vào một vại lớn để chuẩn bị đẩy đi bán thì tin núi lửa Pinatubo tuôn trào ở sườn đông, nghĩa là rất có thể sẽ chảy qua làng họ cho nên tất cả đều bỏ cả lại mà bôn đào. Nhưng sau khi đợt phun trào đã hết, họ mới hay tin rằng làng vẫn bình yên nên mới trở về làng cũ để mong trở về nghề xưa.Ông tổ họ Natau chợt phác giác trong vại

nước dừa bỏ lại có lớp váng khá dày (vì thời gian di tản đến hơn nữa tháng trời) và vì đói nên vớt ra ăn thử thấy dai dai, ngọt ngọt, chua chua ông cụ mới nảy ra ý kiến làm món này để bán, gọi nó là Ehu coco (dừa đông cục) sau này phát triển rộng khắp nên người dân Philippines tôn trọng người phát minh, nên đưa thêm chữ NATAU và PANUM vào cho tỏ lòng biết ơn, họ gọi là PANUM NATAU EHU COCO (PANUM là tên ông cụ - NATAU là họ) và ngày nay thạch dừa đã lan tràn khắp nơi, NATAU đã trở thành một danh xưng quốc tế trên thực phẩm đàn thế giới gọi tắt là NATA.

Thạch dừa được hình thành từ quá trình lên men của nước dừa cứng cạy (già gần tới khô) cùng con khuẩn Acetobacter Xylinum làm thành các màng phôi bầy nhầy kết tinh nhau để polymer hóa thành phức của Hemicullose.

Nước dừa khô rất rẻ tiền, người Phi đem về hấp trợ nhiệt ở 100°C rồi đem đi khử trùng, tiêm đường nguyên chất và con men vi sinh sau đó để cho thật nguội mới xốc đều (tương tự như kiểu Shakes của phương Tây) kế đó đem đi tiệt trùng rồi để ủ một thời gian, nước dừa trong bổng đóng thành một lớp váng nhầy, ban đầu phôi mỏng như con giấm nuôi. Khoảng 6 ngày cho tới 8 ngày sau thì màng bám dầy thêm lên đến từ 3,5cm tới 4cm, các phôi bắt đầu co lại thành phôi săn rồi thành phôi dai. Người ta vớt chúng ra rửa sạch và xắt thành cục vuông to nhỏ tùy ý. Thường thì làm thức ăn ngọt, giải khát người ta xắt vuông vức độ 1cm x 1cm. Nếu làm món mặn thì 2cm dài 5cm để có thể xắt sợi hoặc



Thạch dừa Hạnh Dung VN

Ziczac. Sau khi xắt xong, chúng được cho vào các lọ hủ rồi đổ nước tinh khiết vào, lúc này thạch dừa lạt có vị lợ lợ ngọt. Nếu muốn có vị nào thì tiêm ngay hương liệu và gia vị cùng đường với màu nào bạn thích (trong lúc này phối màu tượng trưng là cách phối thẩm không đậm nước, thì nên phối trước khi cho nước vào, để thật thẩm mới cho nước vào thì lượng nước sẽ không sậm màu lắm).

Nếu dùng thạch dừa làm nguyên liệu nấu ăn thì nên ủ khô cùng chút xíu muối áo trong vòng 30 phút mới tiêm nước pha muối nồng độ 16 Bé ° vào để vừa yếm men phát triển vừa giữ màu trắng tinh khiết cho dừa, đến khi nào chế biến mới đem ra xã nước muối mà làm.

QUY TRÌNH SẢN XUẤT THẠCH CÔNG NGHỆ

Nước dừa già → nấu sôi ở 100°C

↓

Bơm vào vại chứa (hết sức vệ sinh)
(để thật nguội)

↓

Tiêm dịch lên men → bổ sung con khuẩn

↓

Cho ra mâm dầy, đậy vải thô, đậy nắp

↓

Cho lên giá kệ để lên men

↓

Bóc thạch khô ra rửa sạch, xắt cục.

DỤNG CỤ ĐỂ SẢN XUẤT:

(–) Thau, xô, chậu để chế biến

(–) Vại, lu, phi để chứa nước dừa lên men.

(–) Lưới mùng bao quanh khu ủ nước dừa để tránh côn trùng

(–) Dao xắt cục

(–) Các nong, nia, mâm để chứa thạch đã đông

(–) Hủ, hộp, lon để đóng gói thành phẩm.

CÔNG THỨC THỰC DỤNG

- Giấm (acid acetic CH_3COOH) 95%	5% tính bằng ml.
- SA	8% tính bằng gr
- DAP	2% tính bằng gr
- Đường saccharose	25% tính bằng gr
- Nước dừa già	100% tính bằng cl
- Độ kiềm cân bằng (PH)	4,5% đến 5%.

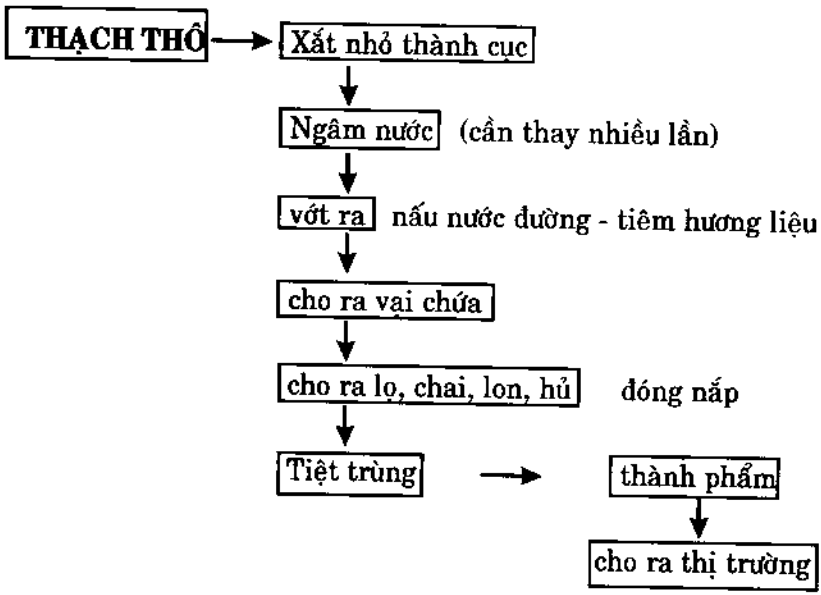
Đun sôi nước dừa già 100°C trong vòng 45 phút để tiệt trùng bằng nhiệt, sau đó cấy con men giống với 10% tỉ lệ cho quá trình lên men, kế tiếp ủ trong vòng từ 15 đến 20 ngày đêm trong loại mâm tràng tới (loại mâm vách thành cao chỉ 5 phân tây) cùng 1,2 đến 1,5 lít dung dịch đậy kín bằng vải mùng và giấy dầu sạch (gác que thanh ngang mâm tràng để có thể chồng lên làm nhiều lớp, tránh trưng dụng mặt bằng nhiều).

Sau chu kỳ trên đã trở thành thạch thô, không có mùi, vị nên ta phải chế biến tiêm gia vị và hương liệu. Ngày xưa người ta không tiêm màu, nhưng ngày nay với công nghệ hóa phẩm tiên tiến người ta đã tiêm hoàn hảo màu thực phẩm với điều kiện theo dõi triệt để sự biến trạng thạch như ôi, chua, thiu, thoái hóa...

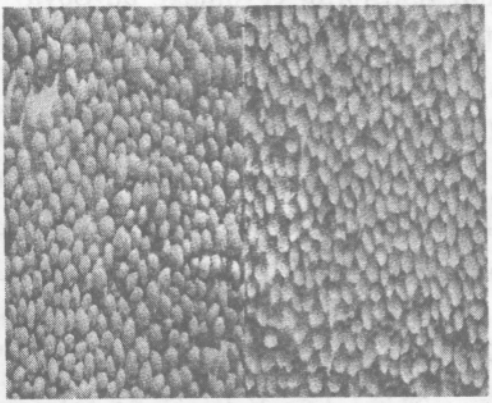


Các hủ thạch dừa thành phẩm Hạnh Dung

QUÁ TRÌNH THÀNH PHẨM



SỮA ĐẬU NÀNH



Đậu nành, hạt vàng của trời cho

Đậu nành là một loại cây thảo công nghiệp có nhiều tên khoa học khác nhau như Glycine Max (L) - Meril-Soya Hispida Maxime - Glycine Soya Siebold Et Zucc thuộc họ đậu Léguminosae và họ phụ cánh bướm Papilionaceae Fabaceae, nó được trồng đại trà khắp thế giới, và nó được tôn vinh là "hạt vàng của trời cho" một phần vì hạt có màu vàng và giá trị nó quý hơn vàng là có thật...

Vào giữa thế kỷ thứ XX, đậu nành được trồng nhiều ở Trung Quốc nên người ta nghĩ rằng nơi đây là cội nguồn phát sinh. Nhưng thực tế thì có ba nơi được xác định là có dấu vết của cây đậu nành từ hơn 3000 năm trước công nguyên, đó là miền nam Nhật Bản, miền tây Giava thuộc Indonesia và nước Việt Nam ta, sau đó nó được lan ra các quốc gia lân cận như Campuchia, Lào, Trung Quốc, Triều Tiên, Thái Lan... đến giữa thế kỷ thứ XVIII các nước châu Âu và Pháp mới du nhập vào nhưng sau thế chiến thứ I mới trồng đại trà. Nửa đầu thế kỷ thứ XX Hoa Kỳ đã là nước có sản lượng đậu nành đứng đầu thế giới.

Đậu nành dùng làm các dạng thực phẩm chế biến có giá trị dinh dưỡng cao như đậu hủ, đậu váng, tàu hủ ky, chao lên men, tương, nước tương, đậu phụ bìa mà người Pháp cho là phó mát đậu nành (Fromage au Soya) và chao có hương vị thum thủm khi người ta ủ lên men rồi ngâm muối, tương tự như mùi phó mát Roquefort của Pháp, người ta còn làm bột đậu dinh dưỡng và nhất là sữa đậu nành.

Trước đây người ta phân tích, đánh giá đậu nành sống có tỉ lệ protid từ 33 tới 40%, nước ngậm có 10%, glucid có 15%, lipid có từ 18 đến 20,3% và stéaron hỗ trợ lipid này, khoáng tố có từ 4,6 đến 5,1, Lécitine có 2% cùng các sắc tố vàng và tiền sinh tố A, B_1, B_2, D.

Theo phân tích của cơ quan Thực phẩm và Dược phẩm Hoa Kỳ FDA có một phân lượng gia giảm hơn nếu căn bản cho 100gr đậu nành sống cho ra 34,1 gr đạm (protid) - 18,4 gr béo (lipid) - 24,6 gr chất bột đường (glucid) và các sinh tố hỗ trợ A, B_1, B_2, PP, C, E cùng các Enzyme như Amyasé, Lipasé, Proteasé.

Nhưng mới đây nhất, cũng là cơ quan FDA cùng phối hợp với cơ quan quản hạt năng lượng thực phẩm



Sữa đậu nành Delta đóng hộp

của EC đã phát hiện ra thêm rằng đậu nành rất giàu Phytoestrogene với một tỉ lệ dinh dưỡng chất thuộc nhóm Isoflavones ngang ngữa với các loại đậu như Haricot Vert hay đậu petit pois. Nhưng ở đậu nành thì còn phải tùy thuộc vào cuộc đất trồng có nhiều mùn hóa đa phát hay chỉ toàn khoáng vô cơ, còn phải tính lượng tăng tưởng bằng vi sinh, bón phân mà các nhà trồng trọt chăm sóc suốt thời gian từ khi gieo trồng đến thu hoạch để xác định được tố chất Isoflavones tồn tại bao nhiêu bên trong nó. Như thế nếu sữa đậu nành có chứa nhiều Isoflavones cao liều là loại sữa rất thích ứng cho người già, người mang thai, trẻ con chậm phát triển, người đau ốm vừa mới khỏi, và nhất là phụ nữ đang trong thời kỳ tiền mãn kinh với điều kiện là cứ 500mg sữa phải tồn tại ít nhất là từ 70 đến 72,5 mg Isoflavones.

Lại nữa những người có nguy cơ bộc phát nhiệt nội thuộc cơ thể do tiền mãn kinh, do bị strees, do xốc ngoại cảnh, người già bị loãng xương, các phụ nữ có nguy cơ bị ung thư vú, đàn ông tăng huyết áp và nguy cơ nhồi máu cơ tim đều có thể ổn định ngay nếu dùng sữa đậu nành có nhiều Isoflavones (trung bình mỗi người nên dung nạp từ 50 đến 80mg Isoflavones là đủ). Ngoài ra đậu nành còn giúp tăng lượng cholesterol tốt (HDL choloesterol) trong máu, giúp mạch máu mềm, co dãn rất tốt.

Mỗi ngày nếu dùng 60gr protid từ đậu nành sẽ có cơ hội nhận đến 47,5mg Isoflavones.

Như vậy căn bản vào sự việc nêu trên thì sữa đậu nành hoàn toàn có thể thay thế sữa bò hoặc sữa người nếu ta theo dõi biểu đồ của FDA Hoa Kỳ đánh giá.

THÀNH PHẦN	SỮA		
	người	bò	đậu nành
- Caséin	2	5	7
- Lipid	3	4	3,5
- Đường	7	5	3,5

Nếu so sánh theo bảng trên đây thì rõ ràng sữa đậu nành ít đường hơn các loại sữa khác, nhưng lượng caséin và béo thực vật thì khá cao, mà béo thực vật lại không làm tăng cholesterol ảnh hưởng đến béo phì so với sữa bò.

Ngoài ra khi chế biến sữa đậu nành, người ta còn thu được các phó sản của tỉ dụ như bả bột để làm các loại bánh biscuit, gâteaux hoặc bánh kẹp nướng Sojacakerol một loại bánh mà người Hồi giáo dùng trong lễ chay Ramadan. Còn bà con nông thôn ta thường lấy bả đậu xào với giá hẹ và huyết tươi để ăn nhuận trường, giải nhiệt trong mùa hè nóng bức gọi là món "Kinh kha chết lãng nhách" là thế.

CÁC CÔNG THỨC LÀM SỮA

1/ Công thức miền Trung: thu thập được tại Phù Cát, Bình Định

- Đậu nành hột		3 kílô
- Đường cát		5 kílô
- Nước sạch	khoảng	50 lít
- Lá dứa		2 nắm
- Nước cốt dừa		1 lít

2/ Công thức Phan Rang (người Chăm).

- Đậu nành hột 3 kílô
- Đường cát 4 kílô
- Nước sạch khoảng 35 lít
- Cơm gạo trà têk thơm nấu lấy nước 2 lít sệt
- Củ mì tinh giã lấy nước độ 20 củ

3/ Công thức niềm Đông Nam Bộ (Biên Hòa) sữa lò bà Tư Tơ Cù Lao Phố

- Đậu nành 5 kílô - Đường cát 6 kílô
- Nước sạch 50 lít - Lá dứa thơm 20 cọng
- Bột béo 1 muỗng cà phê - Nước thơm ép 1 ly nhỏ
- Một nắm lá gòn - Một muỗng cà phê muối bọt



Sữa đậu nành Việt Nam sản phẩm cao cấp Vinamilk

4/ Công thức miền Đông Nam bộ (Tây Ninh) sữa lò bà Sáu Dầu Trảng Bàng

- Đậu nành	5 kílô	- Nước mía	8 lít
- Nước sạch	40 lít	- Lá dứa thơm	20 cọng

- Khoai lang trắng luộc chín tán mịn 1 kí lô
- Thuốc tiêu muối 1 muỗng - Đường cát 3 kílô

5/ Công thức miền Mỹ Tho (Tiền Giang) sữa lò bà Tư Tú ở Cay Lậy

- Đậu nành	4 kílô	- Đường cát	6 kílô
- Đậu xanh	1 kílô	- Lá dứa thơm	2 nắm
- Nước cốt dừa	1 lít đặc	- 1 trái chanh vắt	2 muỗng
- Thuốc tiêu mặn	1 muỗng	- muối	4 muỗng

- Nước sạch khoảng 40 lít

6/ Công thức Lục Tỉnh (Cần Thơ) sữa lò bà Tám Ú ở Cái Răng

- Đậu nành	5 kílô	- Đường cát	5 kí
- Nước sạch	40 lít	- Nước cốt dừa vắt	2 trái
- Nước gạo thơm nấu	1 lít	- Lá dứa	2 nắm
- Vỏ quýt nướng tán nhỏ	1 muỗng	- Thuốc tiêu mặn	1 muỗng

7/ Công thức : Lục Tỉnh (Bạc Liêu) sữa lò bà Út trà kha

- Đậu nành	5 kí	- Đường cát	4,5 kí
- Đậu xanh	1 kí	- Nước cốt dừa	1 lít
- Thuốc tiêu mặn	1 muỗng	- Lá dứa	2 nắm lớn
- Vỏ chanh giã nhuyễn	1 muỗng	- Nước sạch	40 lít

8/ Công thức Hà Tiên (Kiên Giang) lò bà Ba Tửng Rạch Giá:

- Đậu nành	4 kí	- Đường cát	5,5 kí
- Đậu xanh	1 kí	- Nước cốt dừa	1,5 kí
- Nước sạch	45 lít	- Lá dứa	2 nắm lớn
- Thuốc tiêu nặm	1 muỗng	- Bột béo	1 muỗng

Như với 8 công thức ghi trên dọc suốt phía Nam, ta thấy mỗi nơi có một công thức riêng, chỗ đậm, chỗ lợt có chỗ tăng cường thêm bổi, chỗ thì không cần. Còn cách nấu thì diễn ra như sau:

a/ Xử lý đậu sống:

- Ngâm đậu trong vòng 3 giờ đồng hồ (có nơi ngâm 4 giờ, 5 giờ, có nơi ngâm suốt một đêm, tóm lại ngâm càng mềm càng tốt) xát vỏ rửa sạch nhiều lần với nước (nước khác chứ không phải nước nấu)

- Cho đậu vào thau, chế 20 lít nước lạnh, múc từng muỗng bỏ cào cối xay (cối đá xoay) ngày nay người ta dùng máy xay bằng mô tơ cũng làm y như vậy.

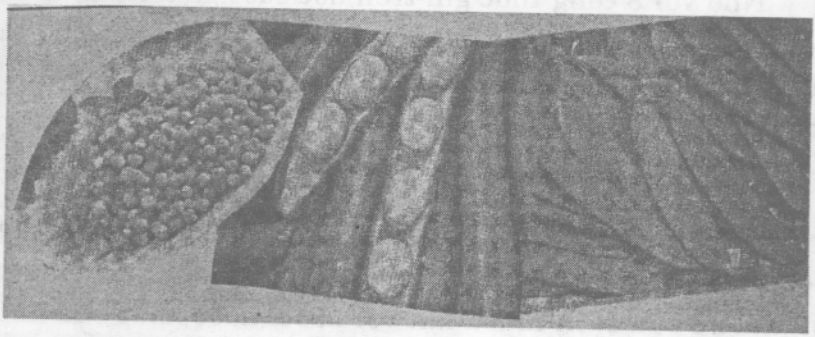
- Dùng khăn mịn hoặc bao bồng bột lượt đậu làm 3 lần bỏ bả. Sau đó lấy nước lượt đậu sẽ cộng thêm số nước còn lại khuyấy cho thật đều để trong 1 giờ cho trung hòa caséin tươi.

b/ Nấu sữa:

- Lấy toàn bộ nước đậu cho vào soong hoặc thùng nấu, cho lên bếp nấu, các phụ trợ được bỏ vào lúc này, nấu cùng lá dứa (lá dứa thường được dùng sống dao dần cho dập, bó từng lọn bỏ chung vào nồi nấu bằng lửa riu riu để Caséin thâm cố không bộc phát.

- Các lò có nguyên liệu phụ ngoại trừ đậu nành, đường, nước, lá dứa thì bỏ các món còn lại ngay khi chuẩn bị nấu và nhớ quậy đều để bổi không bị khét.

- Khi sữa bắt đầu sôi, ta để sôi ba bốn dạo, mỗi dạo hãy hớt bọt bỏ để sữa được sáng (tức là nước sữa tươi chứ không bị u ố) sau cùng vớt lá dứa ra, bỏ đường vào khuấy tan, nhắc xuống là xong



Những trái và hạt đậu nành vừa thu hoạch

CÁC CÔNG THỨC NƯỚC NGOÀI

Ở nước ngoài, đơn vị tính trọng lượng thường khác với nước ta, thay vì tính đơn vị lít, trên dưới của lít thì họ tính là pint lỏng, pint đặc, gallon, peck, quart lỏng v.v... và thay vì tính trọng lượng bằng gam, kílô... như ta tính thì họ tính bằng grain, dram, pound, ounce picul... Do đó nơi đây tôi đổi các đơn vị tính của họ ra thành lít, thành ký cho tiện còn các đơn vị tính nguyên trạng xin các bạn tham khảo những trang phần sau quyển sách này...



Sữa Delta giàu calci

1/ Parex Fills không đường của Mỹ:

- Đậu nành hột	5 kílô	- Nước dịch chiết	45 lít
- Butyrate d'éthyle	1%	- Bicarbonate do soude	2%
- Fats powder Dex	2%	- Muối tinh	1%

a/ Xử lý đậu: đậu bột saukhi tẩy rửa sạch đổ vào một xô rồi cho 2 muỗng bột nở bằng men houblon (hốt bố), sau đó bơm nước sạch vào và ngâm trong vòng 24 giờ cho đậu nở và lên men hơi thẩm chua. Tất cả đều để trong phòng thanh trùng tuyệt đối. Kế tiếp sau đó ngâm lại 2 giờ trong một thùng nước khác có độ ấm trên dưới 45°C (77°F), rửa sạch lại một lần nữa rồi đem ra máy xay cho nhuyễn, trong lúc xay nên phủ dịch nước chiết cho trôi cả nước lẫn cái xuống một cái vại chứa. Khi xay xong nên ủ nguyên trạng cho dậy caséin trong vòng 3 giờ đồng hồ, dùng rây ba lớp lọc có độ thông 0,003, –0,002, –0,001 Terillfill lượt theo hệ ba từng để lấy nước dịch đậu nguyên chất.

b/ Tiêm hóa chất hỗ trợ:

Cho Bicarbonate de Soude và butyrate d'éthyle vào cùng với muối khuấy tan. Cần lưu ý thêm là trong các loại đậu thường hay có mùi lạc tố, một mùi riêng biệt của đậu, do đó khi nấu rửa để chiết mùi lạc tố đi người ta hay dùng BBS và butyrate d'éthyle để khử, còn bà con ta lại dùng lá dứa để làm át mùi lạc tố đi, đây tuy là kiến thức dân gian nhưng thật rất đáng trân trọng.

Sau khi khuấy đều rồi, người ta mới để lên một chậu hai đáy bằng kim loại, rồi tất cả vào nồi hấp, thời gian hấp khử trong nhiệt 140°C là 12 phút, giảm nhiệt 120°C là 18 phút. Khi mở nồi ra trong lúc tương tác hơi cũng là lúc tiêm bột béo vào để giữ độ béo trung hòa (bột béo Fats powder dex là loại dịch

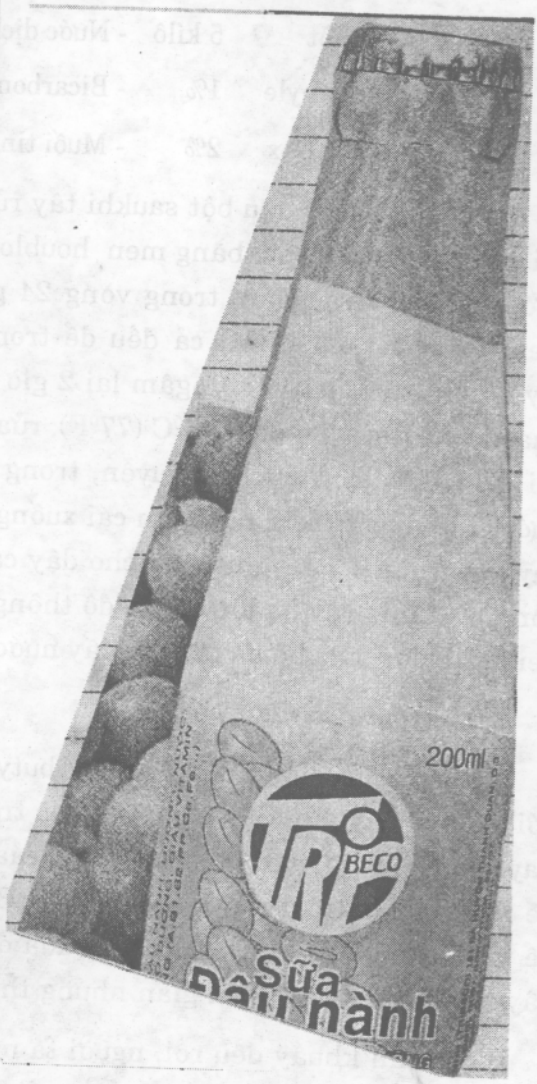
chiết caséin từ loại đậu superfat beans đậu siêu béo ở châu Phi, còn có cái tên địa phương là talatumpo)

c/ Thành phẩm và tồn trữ:

Qua các giai đoạn trên thì đậu đã thành sữa như thế đã hoàn tất chế biến. Để giữ cho sữa có giá trị bền và nguyên phẩm, người ta cần trữ lạnh ở nhiệt độ từ 1^0C đến 5^0C hoặc bảo ôn ở nhiệt độ 1^0C, không nên xuống 0^0C

2/ Sojulait crème et sucré

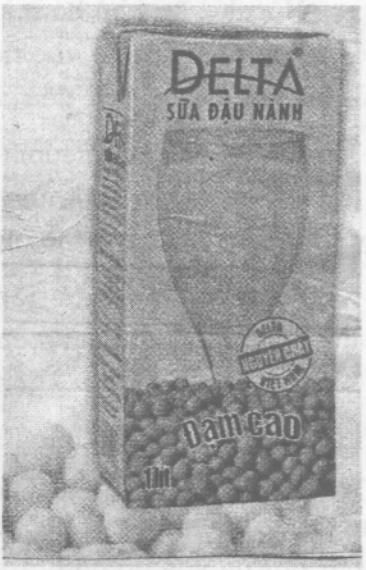
- Đậu nành hạt 5 kílô
- Kem sữa tươi (sưa bò) 1 kílô
- Nước dịch chiết 30 lít



TRIBECO
Sản phẩm sữa đậu nành tuyệt vời của quận III TP. Hồ Chí Minh

- Bicrabonate de soude 2%
- Đường cát 4 kílô
- Butyrate d'éthyle 1%
- Muối tinh 1%

Các hình thức xử lý đậu, tiêm hoá chất, thành phẩm tồn trữ của người pháp giống tương tự như người Mỹ làm ở công thức Parex Fills, nhưng có hai cái khác biệt là Sojulait có đường và đậu trước khi ngâm ủ được rang sơ bằng bổi lá cây phong lùn vài phút trước khi ngâm ủ, và họ ngâm với một chút acid đậm đặc (vigneteron) không dùng men Houblon như Mỹ.



Sữa Delta cao đạm

3/ Công thức Platmalong Kunn của người Trung Đông trong lễ chay Ramadan:

- Đậu nành sống 5 kílô
- Bột hột dẻ tươi sấy khô xay mịn 3 kílô
- Bột khoai sọ malong 2 kílô
- Đường cát 5 kílô
- Nước dịch chiết 50 lít
- Bột quế cynamum 2%

Cách làm:

- Lấy đậu nành rang sơ cho dòn, xong ngâm nước 1 đêm cho mềm rồi xay với nước trên (một nữa). Lấy dịch sữa ủ lại 6 giờ đồng hồ, gạn cái bỏ, lấy nước (cái dùng để làm bánh Sojacakerol).

- Hột dẻ sấy khô bỏ mài vỏ xay mịn, khoai sọ xắt lát sấy khô tán mịn cả hai đổ vào nước dịch sữa và 25 lít nước còn lại đun lên với nhiệt 80°C đều liên tục trong 1 giờ đồng hồ.

- Nhấc xuống để nguội (45°C) đổ đường cát vào với bột quế và muối tinh , lấy dầm khuấy cho thật tan các thứ ấy (chú ý, lúc này sữa trong thùng sệt loãng chứ không lỏng cũng không đặc).

- Nhấc lên bếp nấu tiếp lửa riu riu trong vòng 1 giờ đồng hồ nữa, sau đó đem xuống cho ấm độ 30°C chiết chai đóng nút lại tồn trữ trong tủ ướp không thể dưới 0°C.

- Sữa đậu Platmalong Kunn dạng sệt tương tự như sữa đậu xanh của ta, có mùi quế thơm dịu, ngọt vừa phải, độ sệt do caséin dãn nở không dưới 1,3 phần lỏng, độ trương do khoai sọ và bột hột dẻ vừa đủ để hút bằng ống hút không nghẹt. Đây là món uống đủ dinh dưỡng cho người theo đạo Hồi nhịn đói trong suốt tháng chay Ramadan mà không suy suyễn thể lực (trích lược trong báo Trăng thượng tuần của Iran).

SỮA CHUA

Sữa chua là một loại thực phẩm được đúc kết từ sữa nguyên chất béo với con men thuần hóa để làm nên thức vừa ăn, vừa uống cho mọi người.



Sữa chua dạng nước

Nói một cách đơn giản, đây là sự kết liên giữa các vị béo, chua, ngọt và ngày nay người ta kèm theo nhiều hương liệu trích cất từ hoa, trái để cho ra nhiều dạng có mùi vị riêng biệt làm cho thị trường tiêu dùng ngày càng phong phú hơn.

Căn bản theo sự phát hiện của các nhà khảo cổ thì sữa chua đã có trong danh mục ăn uống của người Ai Cập cổ đại nhất là một khám phá vào năm 1917 tại một kim tự tháp nhỏ cách Khéoph 70 dặm Anh, trong các vật dụng mộ táng này có một chiếc bình đựng một chất đã đông cứng và qua xét nghiệm đa tầng cũng như C14, các nhà khoa học khẳng định nó là họ hàng với sữa chua hiện nay.

Vào năm 1941, các nhà sinh men học thực phẩm người Bungari đã minh chứng được một con men dùng để làm sữa chua sinh sôi và họ đã công nhận nó với cái tên dễ kêu là Lacto Bacterium Bulgaricus (LBB) được ghi vào tàng thư bộ số liệu AC33 của Quản trị thế giới thực phẩm.

Sản phẩm sữa chua có hai dạng, đặc sệt được cho là rất dễ thành công hơn dạng lỏng, vì vậy suốt mấy chục năm qua từ khi có LBB, người ta đã làm độc nhất một loại là yaourt

LBB là loại vi khuẩn sử dụng đường Lactose để lên men và tạo ra acid Lactic làm cho độ PH môi trường giảm xuống khi độ PH giảm đến khoảng 4,5 là đã đẳng điện với Caséin, có nhiệm vụ làm caséin đông tụ lại, từ đó sẽ liên kết đông tụ lại.



Sữa chua dạng đặc có nhiều loại hương trái cây của Elle & Vire

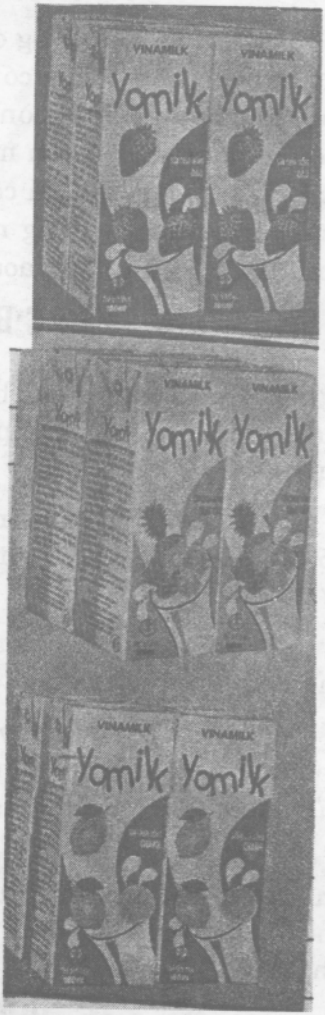
Sự đặc biệt của đông tụ là khi nó đông đặc tốt thì hàm lượng khô của sữa phải trung hoà ở 10% tức lượng caséin phải được cải thiện ở ≥ 3% do đó mới hoàn thiện đông đặc caséin là dịch sữa lấy từ ngay protéin của sữa)

* Phần quan trọng quyết định tạo ra mùi vị và cấu trúc của sản phẩm chính là vi khuẩn có trong sữa chua, trong sản

xuất nó được dùng bởi các hỗn hợp men Lactic tạo khuẩn như Strept Lactiz, strept Thermophillus cũng như dịch khuẩn làm sữa lỏng Lacto Bacterium Bulgaricus và tạo khuẩn sinh hương vị strept paracitrovus, strept Dyacety Lactis. Tất cả các vi khuẩn này phải thuần chủng không được lẫn lộn các vi sinh vật khác lạ, khi chuẩn bị tiêm cấy vào sữa ta phải thanh trùng trước để tránh hậu quả xấu.

Người ta thêm phụ gia để tạo Gel từ 0,25 đến 0,50% chất Gelatin của thực phẩm , nhiệm vụ của nó làm tăng cấu trúc đông đặc sản phẩm tránh sữa bị vữa nước và óc trâu...

* Phần thứ hai không kém quan trọng là bảo quản men trong độ đông nhiệt từ +1 đến +4°C để hạn chế sự phát tác men nhanh làm sản phẩm chua trước kỳ hạn. Mà cũng đặc biệt là không để dưới 0°C, sẽ làm sữa đông thành bọt sữa, ăn rất kỳ.



Các sản phẩm sữa chua hương liệu của Vinamilk

PHÂN TÍCH KỸ THUẬT:

Sữa chua loại đông đặc là sản phẩm được làm trực tiếp từ sữa bò tươi (nếu không có sữa tươi ta có thể làm trực tiếp từ sữa đặc có đường để làm) còn sữa dạng lỏng hiện nay hơi khó thực hiện vì dung dưỡng con men Bulgaricus phải qua hệ thống ướp hấp, hiện tại chỉ có hai công ty sữa Foremost và Vinamilk sản xuất tung ra thị trường mà thôi, còn thực hiện vì kinh tế gia đình thì chỉ nên làm yaourt.

CÁC BƯỚC THỰC HIỆN

*** Bước 1:** Lấy sữa bò tươi (hoặc sữa đặc có đường pha với nước sôi cho loãng theo phân lượng ghi trên hộp). Pha sữa với đường và phụ gia, khuấy trộn cho đều lên.

*** Bước 2:** Thanh trùng theo qui tắc Pasteur từ 80°C đến 85°C trong vòng từ 10 phút đến 15 phút rồi làm nguội ở độ ấm từ 40 đến 45°C

*** Bước 3:** Lấy con men vi khuẩn giống cấy vào rồi khuấy cho đều lên ở độ tương xứng 40°C

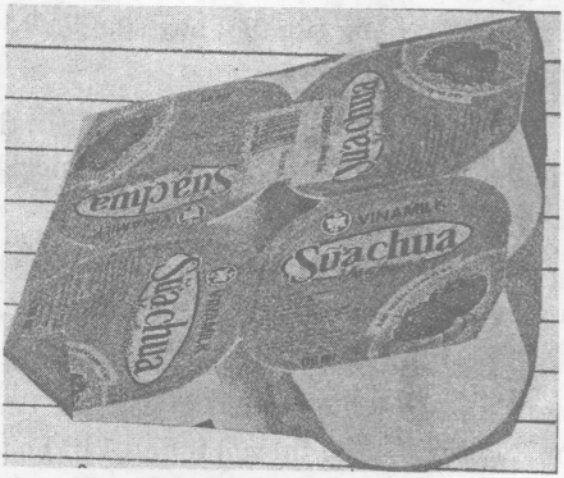
*** Bước 4:** Rót sữa vào hủ nhựa, hủ thủy tinh hoặc ly v.v... Sau đó ủ cho lên men ở nhiệt độ 35°C tới 40°C cho tới khi dịch sữa đặc lại.

*** Bước 5:** Cho vào tủ lạnh bảo ôn ở 1°C tới 5°C sau đó để trữ lạnh thành phẩm và cho ra thị trường theo phương pháp chuyển trữ bảo ôn (nơi bán cũng có thùng bảo ôn chứa sản phẩm)

BƯỚC PHỤ THUỘC

*** Trên hương liệu:** muốn trở thành loại yaourt có thêm hương vị của trái cây nhiệt đới chẳng hạn, ta phải tính tới chuyện tiêm hương cốt và màu thích hợp ngay bước thứ 3 sau khi tiêm con khuẩn giống, sự phát tác khuẩn giống đồng thời phát tác luôn cả hương liệu đồng đều sau này.

*** Pha màu:** phải độc nhất là màu thực phẩm cho phép với liều lượng thích hợp, nếu hương liệu hoá chất hãy cân nhắc kỹ



Sữa chua Yoghust của Vinamilk

Sữa nguyên chất
↓
Tiêm dưỡng, phụ gia, khuấy đều
↓
Xử lý theo pp pasteur
↓
80°C-85°C ở 10', 15'
↓
Làm nguội 40-45°C
↓
Cấy khuẩn giống khuấy đều
↓
Cho vào vật đựng
↓
Tái tạo lên men 35°C-40°C (sữa đông tụ lại) → Trữ lạnh từ 1°C đến 5°C
↓
phát hành

HƯỚNG DẪN THỰC HIỆN

1/ Bước chuẩn bị: Xô, thau, nồi nấu nước hoặc ấm, thùng bảo ôn (tủ lạnh, tủ ướp) đũa khuấy, phễu rót sữa, hủ đựng sản phẩm (dù làm bằng sữa tươi hay sữa đặc có đường đều cần các món này)

2/ Vị trí thực hiện: sạch sẽ, tối cần thiết là vệ sinh phải khép kín tránh bụi bậm, hạn chế tiếp xúc người nhiều trong lúc chế biến.

3/ Người làm tuyệt đối: mang găng tay, khẩu trang, tóc vấn gọn, ít nói chuyện trong thao tác.

4/ Chọn sữa đặc có đường: hay gọi là sữa hộp, ta biết rằng trong hộp sữa nặng 397 gr có chứa 172 gr đường, nếu pha thêm 805 gr nước sôi thì sữa thành 1 lít hoàn hảo. Như thế một hộp sữa sẽ cộng thêm 3 lon nước tương đương và một hủ cái yaourt (yaourt cốt có một trong những men ghi bên trên)

5/ Cách làm: Khui nắp sữa đổ ra thau, lường 1 lon nước sôi tương đương đổ ra thau rồi khuấy cho sữa tan đều trong nước, sau đó chế 2 lon nước sạch nguội và đổ một hủ yaourt cốt vào tiếp tục khuấy đều. Múc vào các hủ hoặc lon để sẵn, đậy nắp lại bỏ vào soong đổ nước cho ngập hủ độ một phân rưỡi, sau đó bắc lên bếp đun lửa nhỏ cho tới khi có mắt cua nổi lên là nhấc xuống ngay không được để cho sôi.

Mọi việc xong thì lấy tất cả các hủ ra rồi sắp vào một cái nồi không, đậy nắp lại ủ chừng 3 giờ đồng hồ cho nước nguội. khi nở nắp ra thấy váng sữa đã đặc lại là được. Đem tất cả sắp vào thùng bảo ôn hoặc ngăn tủ ướp lạnh.

6/ Đối với sữa tươi: không cần thêm nước, cứ 1000 ml sữa tươi pha thêm 180 gr đường rồi khuấy cho tan ra.

- Bắc sữa lên bếp đun vừa sôi tới là nhấc xuống ngay sau đó để ở chỗ mát trong vòng 20 phút cho nguội ấm ở 40 - 45^{0}C

- Cấy hủ cái yaourt vào rồi khuyấy thật đều ở nhiệt độ này



Sữa chua dạng đặc Yaourt Elle & Vire

- Rót vào hủ nhựa, thủy tinh hay vật dụng nào thích nghi sau đó mang tất cả đi ủ cho lên men ở nhiệt độ từ 36^{0}C đến 40^{0}C cho tới khi sữa trong hủ đặc lại.

- Sắp sữa vào thùng bảo ôn từ 1^{0}C tới 5^{0}C

7/ Trên đây là lượng tính cho 1 lít sữa (1000ml) lượng làm chuẩn để tính cho dễ, các bạn có nhu cầu sản xuất nhiều hơn thì cứ thế mà nhân lên theo phần trăm.

8/ Có thể thêm hương liệu như dâu tây kèm màu hồng sầu riêng kèm màu vàng chanh, ổi kèm màu đỏ dợt hoặc các món vào khả dĩ các bạn cho ra thị trường thì làm tuỳ thích.

MEN KÊFIR

Nguồn gốc phát sinh men kêfir có ở vùng caucase từ rất lâu, chủ yếu những xứ chăn nuôi dư thừa sữa, một phương pháp ngẫu nhiên mà người ta đã lấy hạt kêfir làm men, hạt này không gì khác là do một nguồn vi sinh kết hợp bởi ba vi khuẩn

- Saccharomyces kêfir hợp khí hậu lạnh, lan chậm.

- Streptococcus A và B hợp khí hậu lạnh, lan nhanh

- Caucasicus Bacillus dung dưỡng khí hậu thuần hóa.

Hạt kêfia tương tự như men houlbon làm bia, có rất nhiều chất amino acid, B complex, acid lactic, CO_2 và nó sống như một bào tử nấm, sự phất nhũ nấm làm áp khí sinh ra bị hoại hạt cho nên nó không chịu nóng, đây là loại con mẻ có khả năng dinh dưỡng tốt làm dậy men nhanh vô cùng.

I PHÂN TÍCH:

Sữa chua đã hình thành sẽ kết tụ nhanh caséin, protid chuyển thành đản bạch tinh già albumin thành Albumoses peptid thành polypeptid có gia thêm acid lactic rồi CO_2, lactose Vitamin B complex, acid amin hảo, galactose, polysaccharid và một thành phần của Lactocidin, những chất này là trợ thủ đắc lực cho người già, người bệnh mới bớt, người suy nhược, trẻ con ốm còi, người viêm ruột và cả bị dị ứng kháng sinh nữa.

II CÁCH LÀM:

Lấy một xô nhựa chứa 5 lít sữa tươi hoặc sữa hộp đã pha loãng, cho vào 40 muỗng cà phê hạt kêfir khuấy thật đều, lấy vải đậy lên nhưng không bít yếm khí, mang xô đặt vào chỗ mát trong vòng 24 giờ, lấy rây rót dịch sữa xuống một thau sạch, bỏ

lợn cợn trên rây xong cho vào các chai nhựa, chai thủy tinh.

Ghi chú:

Kế fir chỉ lưu dụng tối đa 48 giờ đồng hồ, để lâu sẽ biến dạng có độ chua ái hơn và rất khó ăn, chưa nói đến khả năng manh động độc tố, cho nên ta sẽ phải bỏ nó khi đã quá chua.



Sữa chua dạng nước Yoyo có hương trái cây của A &B

III/ VÀI KIẾN THỨC BỔ SUNG CHO CÁC BẠN HIỂU THÊM VỀ SỮA CHUA:

Thông thường do tính nhạy cảm của người sống ở miền nhiệt đới thì món ăn nào lên men chua đều được người ta ưa thích, chẳng hạn như các loại dưa cải muối, dưa kiệu, dưa giá và nem chua.v.v...cũng đều nhờ vào nhóm khuẩn Lactic để lên men lactic, vì thế quá trình lên men sữa cũng nhờ đó mà hội nhập Lactic trong họ đặc chuyên (Lactobacteriaceae)

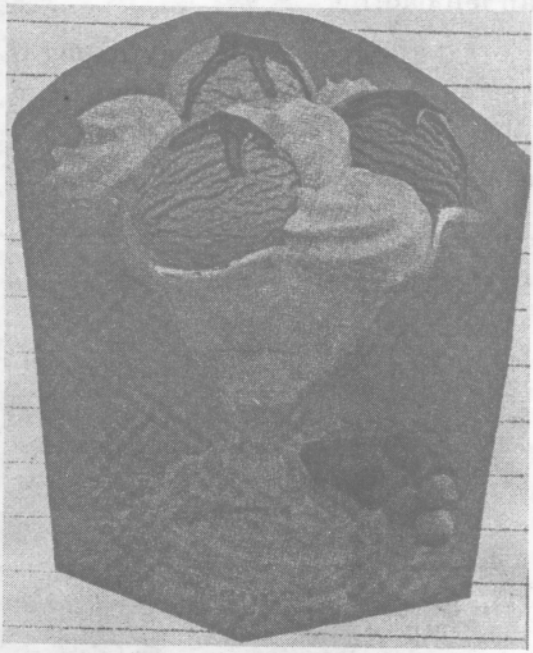
Phân tích cụ thể thì lượng nước chiếm đến 85,7 gr% (ở sữa tươi) proitein gần 4 gr% - Lipid gần 4,5 gr% - Glucid gần 5 gr% - Khoáng gần 0,25 gr% - Calcium có đến 120 mg% - Phos-

phore tới 95 mg% - Sắt 0,15 mg% - ngoài ra còn có các dạng Vitamin như A - B_1 - B_2 - PP - C - B_6 - B_3 - B_{12} - Colin - D - H - M - E.... (tỉ lệ ghi trên tính bằng gr% là từ grm trong 100 gr - mg% là từ miligram/100 gram)

Giữa sữa đặc có đường, sữa tươi, sữa bột có khác biệt nhau. Sữa đặc có đường tỉ lệ kém đôi chút, sữa bột thì kém nhiều vì vậy protein của sữa ở trên 80 gr% tức là dịch casein chứa trong 20 đến 22 loại acid amin trong đó có 8 acid amin không thay thế được.

Một số nước trên thế giới gọi riêng tên mình cho sữa chua thường họ gọi là kem chua, tỉ dụ như ở Mỹ gọi nó là Sour Cream (kem xú) hay Acidophilús Milk (sữa kiềm) - các nước khác ở Bắc Âu như Bulgaria gọi là Bulgaricus, Bulgarian Butter milk, Naja - Albania gọi là Kos, Koso, Kosovac - Hungaria gọi là Tarho - Liên bang Nam Tư gọi là Kai mac - các nước khác như Ấn Độ gọi nó là Dahi - Trung Quốc gọi là Suan Niunai - Thụy sĩ gọi là Fru Fruck - Mông Cổ gọi là Koumiss và các tên như Matzoon, Mazum Gioddu - kefir -Arake - Grusavin - Tóm lại đều là tên gọi sữa chua lên men-

KEM



Một ly kem chocolate sữa

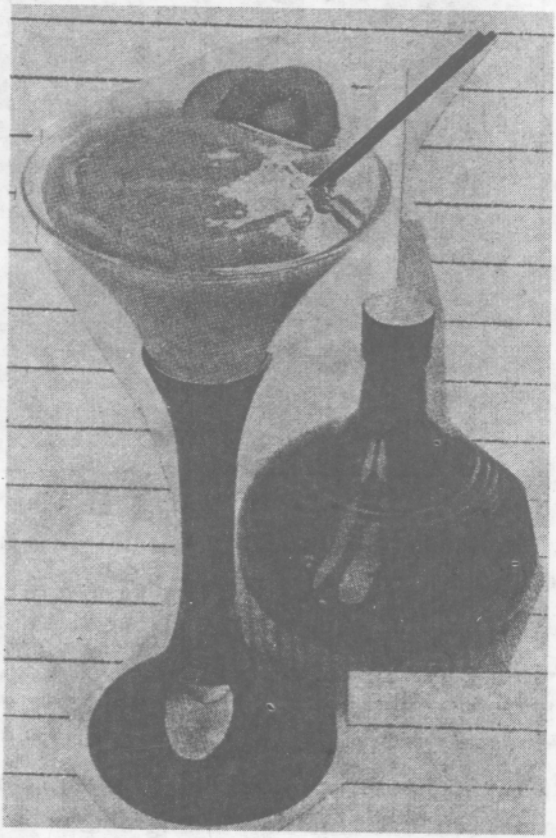
Kem là một loại thực phẩm được phối trộn bởi nhiều thứ, nhiều màu, mùi, vị rồi đem khuấy đông để trở thành món ăn lạnh mát thỏa mãn nhu cầu ăn giải trí cho con người trong các sinh hoạt thường ngày. Tuy là loại đông lạnh làm đặc nhưng nó không được xem là món giải khát vì bản thân của nó đủ để giải tỏa nhất thời cơn khát nhưng sau đó sẽ làm bạn khát hơn lúc bình thường. Một phần là do trong kem chứa hầu hết các chất đường, bột có thể làm tăng thêm calories nhiệt trong cơ thể, cho nên người ta chỉ dùng kem trong các môi trường cảm tính, dù ở bất cứ nơi nào lạnh nóng hoặc ôn hòa. Tâm lý phản xạ vị giác của người sống ở vùng hàn đới khi nếm kem rất thoải mái khiến những người đối diện sống ở xích đạo như ta khá ngỡ ngàng, chúng ta nghĩ rằng xứ họ đã lạnh mà còn nuốt cái rất lạnh vào bụng thì làm sao chịu nổi, nhưng chúng ta đã lầm vì ở đây cảm tính lưỡng âm sinh nhiệt đã phát triển ngay

trong miệng người dùng và họ vẫn thích thú khi nuốt từng giọt kem tuyết ấy vào cuống họng mà nào có thấy họ run bắn lên đâu?!



Kem vanilechocolate

Cũng tương tự như vậy nhưng ở vùng nhiệt đới nóng bức khô hạn, cảm tính kích thích sự mát lạnh trôi trôi xuống cổ chúng ta lại là một cảm giác thỏa thích khi đang khó chịu vì oi hạn lại được "tắm mát" bằng khẩu vị, nhưng sự thoả thích ấy lại đòi hỏi bạn phải thỏa mãn tiếp những ly nữa liên tục vẫn chưa đã đấy là sự giải tỏa đột xuất chứ không "lấy độc trị độc" như ở miền hàn đới.



Một ly kem Koumiss Dê của Mông Cổ

Lại một sự kiện khác đáng quan tâm là ở kem ngoại trừ sữa, kem béo, bơ dầu, đường bột, nhũ tương màu,

mùi, gia vị, dã làm ngợp con người xứ nhiệt đới bởi calories tăng theo nhiệt độ cơ thể so với nhiệt độ bên ngoài chỉ nửa giờ sau khi dùng kem, ta mới thấy thêm một hiện tượng là kem quá bổ có thể làm cho chúng ta thẫm nhiễm cholesterol nhiều hơn là thải loại so với xứ Hàn đới.

Tuy thế kem không phải là kẻ thù đáng sợ, trái lại nó là một chế phẩm được trẻ con chấp nhận đa phần kể cả trẻ... trưởng thành đang yêu!...

Đứng trước thử thách thương trường hiện nay người ta đã tăng khá là nhiều các loại sốt trái cây vào kem để lấy hương liệu mới, tùy vùng lãnh thổ nào có cái gì mới, lạ là người ta tiêm ngay vào để khuấy động thị trường, do đó ngày nay không hẳn các loại kem đều gia nhiệt, nhất là các loại được sản xuất khép kín vệ sinh, mà người ta còn phân tích tổng thể các đơn vị bổ sung trong thành phần chính quy hẳn hoi. Trong thành phần này, nhà sản xuất hay so sánh tỉ lệ kem với tỉ lệ sữa tươi để làm an tâm các bậc phụ huynh, như thế qua trung gian trẻ con họ mới nhận được tiền từ các bậc ấy.

Ngày nay người ta bổ loại kem thành ba dạng nhất là kem que, kem nhão và kem nước, ở ba loại này, kem que thích hợp với người di động, đi bách bộ hay lang thang cầm ăn, kem ly thì đa phần được bán trong các quán trừ những xe kem xúc, còn kem nước đã được chuyển hóa ra dạng nước giải khát thông thường mất rồi. Người ăn



Kem vani dâu trái cây

kem ly tâm sự, tình tự bên nhau suốt buổi sẽ để lại ấn tượng gắn bó đậm đà hơn là nút chùn chụt hoặc húp nghe rồn rột trên đường.

Trẻ con vừa phát triển, phần đông chúng dều thích kem, do đó bọn chúng hầu như đều bị sâu răng phần nhiều do chất đường, và do kem lạnh làm dòn men răng nếu chúng không hạn chế ăn vừa phải mỗi lần và đánh răng sau khi ăn.



Kem chocolate sữa vani và cà phê tinh

PHÂN TÍCH:

Thành phần căn bản của kem thường khác nhau, tùy vùng nhiệt độ như ở bên trên tôi phân giải.

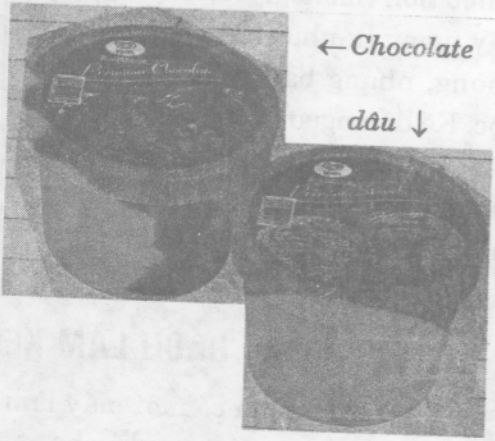
Dưới đây là bảng phân tích đơn giản so với ba miền khác trên cùng bảng dự chuẩn của ODA Hoa Kỳ. Tháng 6 năm 2003 vừa rồi, phổ biến trên tạp chí Thực phẩm định kỳ của ODA.

THÀNH PHẦN	Xứ ôn đới	Xứ hàn đới	Xứ nhiệt đới
- Chất béo (kể cả thực vật)	6,5 đến 15	7 đến 16,5	từ 6 đến 14,5
- Sữa bột (nguyên kem)	8,5 đến 16	9 đến 16	từ 8 đến 15,5
- Đường kết tinh	12,5 đến 19	12 đến 19	từ 12 đến 18,5

BẢNG CÂN ĐỐI CHIẾU GIỮA KEM VÀ SỮA (OMS)

THÀNH PHẦN NỘI THUỘC		ở 100 gr kem	ở 100 gr sữa
- Vitamin A Retinol	tính bằng mg	131,20	55,07
- Vitamin B1 Thiamin	tính bằng mg	0,05	0,06
- Vitamin B2 Riboflavin	tính bằng mg	0,21	0,19
- Vitamin C Ascorbic	tính bằng mg	1.09	1,07
- Protid Complex	tính bằng gram	3,73	3,52
- Calcium	tính bằng mg	137,50	119,27
- Phosphore	tính bằng mg	103,27	96,30
- Kilo Calo sẽ quang	tính bằng Kcal	171,13	69,72

Ngoài ra còn chất sắt ở kem là 0,13 mg, trong khi ở sữa chỉ 0,05 mg. Sodium chỉ có ở kem là 92 mg so với ở sữa là 51,8 mg.



Kem Wall's ở thị trường Việt Nam

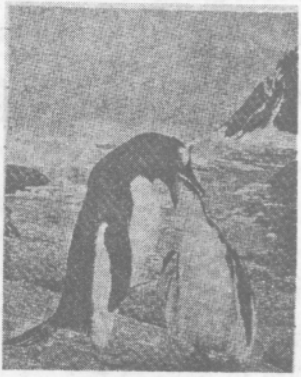
Ngày nay trên thế giới theo thống kê của OMS có cả thảy trên tám trăm ngàn loại kem được chia ra đồng đều ở các châu lục, từ kem Esquimo ở bắc cực cận Canada cho tới kem pers'sure ở Nam cực cạnh Úc. Từ miền lưỡng Hà

cho tới cận xích đạo đâu cũng có kem và chính nó là ngôn ngữ chung cho trẻ con toàn thế giới.

SO SÁNH KEM CÂY VÀ KEM LY

Kem cây được xem như là một loại bánh bột để trong điều kiện nhiệt đông lạnh cứng, kem cây thường làm bằng các loại bột của hạt như đậu xanh, đậu petite pois, đậu váng, bột mì và bột hột mít tasmarel, bột hột Koukou ở Tây Phi.v.v...Thêm vào đó là đường màu, mùi, hương liệu, gia vị rồi đánh trộn cho thật đều với nước tinh khiết để ra dạng nhão như cháo sệt, một ít glycerid để xốp sau đó đổ vào khuôn lạnh, khi gần đặc thì cắm que vào để cầm ăn. Đây là dạng kem dễ làm và dễ bán.

Còn kem ly thì hình thức khác với kem cây ở chỗ người ta dùng độ đông nhẹ hơn và chất tạo xốp kem nhiều hơn (monoglycerid) chất xốp này tương tự như chất sôda làm xà phòng, nhưng bản thân nó không độc. Kế đến người ta trộn các hương liệu, gia vị, màu mùi để tạo màu tạo mùi cố định, tới khi ăn mới phối màu hỗn hợp từ các loại khác nhau.



Cư dân miền Bắc cực "đang ăn kem"

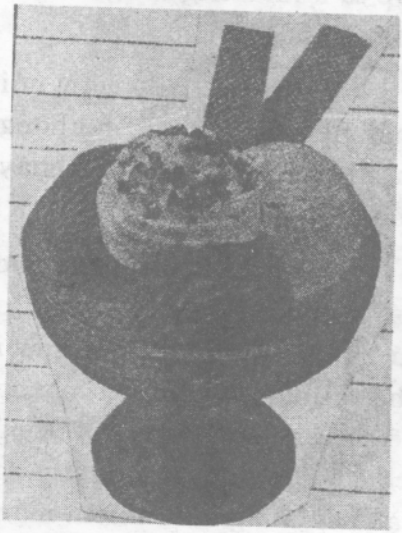
CÁCH LÀM KEM LY

Nếu trong nhà có một máy làm kem thì rất tiện lợi vì bạn không phải lo quay kem chi cho mệt, từ đó bạn chỉ học công thức rồi học cách hoà màu, phối màu, tạo lực phân bổ và nhất là cắc gu của xứ nào mà bạn muốn phô trương, chẳng hạn gu Pháp thì đường tuyệt đối, gu Mỹ thì đường hơi cao, gu Ý thì

đường lạt, gu Đức thì béo nhiều . v.v...

Máy làm kem thực ra là dựa vào yếu tố hỗn hợp sinh hàn, là một thùng sắt có tráng gélatine hai lớp, lớp ngoài để chứa đá cục đã đập bể ra làm kích thước tương ứng quả chanh, trộn với muối hột. Còn lớp trong chứa kem có chong chóng làm cành khuấy ly tâm.

Dựa vào đó, ta có thể thực hiện loại nồi quay kem thủ công để làm kem cũng bằng hình thức hai nồi trong, ngoài với tỉ lệ



Chocolate - vani đậu phộng

- Thể tích nồi kem	cho 5 lít	cho 6 lít	cho 7 lít
- Muối hột để quay	800gr	950gr	1100gr
- Muối đá đập cục nhỏ	9kg	11 kg	12 kg

Quy trình quay:

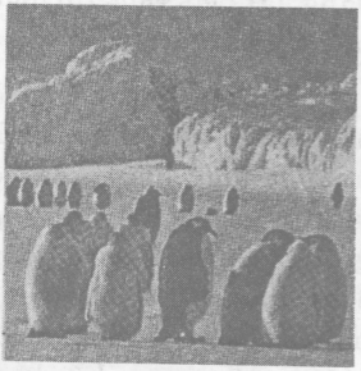
1/ Bước 1: Chuẩn bị hỗn hợp kem tùy theo công thức mà bạn muốn làm, chỉ cần bạn lấy một công thức nào đó làm chuẩn mà bạn gia giảm hoặc thay đổi bởi hương liệu của bản xứ thay vì phải rập khuôn theo công thức người ta.

2/ Bước 2: Chứa ủ bằng cách để hỗn hợp này trong ngăn

ướp tủ lạnh trong vòng 12 đến 14 giờ đồng hồ.

3/ Bước 3: đổ vào nồi chứa nếu chạy máy còn không thì khuấy tay bằng đũa khuấy đều kim đồng hồ.

4/ Bước 4: lần lượt múc đá và muối chia đều từng lớp cứ 2 phân đá thì 1 phân muối cho tới hết số lượng và ngang độ cao của kem trong nồi trong (chú ý đừng để hỗn hợp văng vào nồi trong làm nhiễm mặn kem)



Có lẽ bọn chúng biết ăn kem trước cả loài người

5/ Bước 5: quay kem liên tục hoặc khuấy liên tục từ 30 phút tới 50 phút tùy theo khối lượng kem có trong nồi.

LƯU Ý CHẾ BIẾN:

Kem sẽ mau sệt cứng cũng tùy thuộc vào các nguyên liệu trong hỗn hợp, nhiệt độ bên ngoài, loại đá lớn hay nhuyễn quá, nhiệt độ trong nồi lúc quay. Sau thời gian ấn định bên trên mà kem vẫn chưa sệt cứng thì tiếp tục cho muối và nước đá vào nồi ngoài để tăng cường độ lạnh thêm nữa. Cho tới khi nào kem hình thành như kem ta ăn bình thường là kem đã chín.



Kem nước giống sinh tố

Hãy lấy các giấy có nhiều chất bổi sơ như báo, bọc quanh nồi quay để trữ lạnh được lâu. Khi kem đã chín thì đưa vào bình

một thố cùng với nhau rồi khuấy đều, sau đó đổ ngược hỗn hợp trứng vào hỗn hợp kem tiếp tục khuấy rồi để nguội bỏ vào tủ lạnh khoảng 3 giờ. Lấy casein sữa (kem váng) đánh với bột vani sau đó đổ vào hỗn hợp trên cùng cho vào nồi và quay máy hay quay đũa bằng tay như chỉ dẫn ở bên trên.

Ở Mỹ có 86 loại hương liệu chủ chốt từ hoa, quả, lá, vỏ cây.v.v..như café, cookidae, coke, quế cynamum, trái hắc đào blackberry, bạc hà, vối mentothenate.v.v...nếu muốn hương liệu nào có thể cho vào cùng váng sữa thay thế vani, trước khi cho vào nồi đánh.

2/ Công thức kem dâu Strawberry Balm của Mỹ- 6 lít

- Lượng kem	6 kí (lít)
- Dâu tươi xay rây mịn với nước	3 kg 500 gr
- Đường cát	500gr
- Nước tinh khiết	750 ml
- Cốt chanh tươi	3 muỗng soup
- Muối	1/2 muỗng
- Bột sôda caséin	100 gr.



Vani, chocolate, sữa

Cách làm giống như kem vani, thời gian ủ trong tủ trước khi quay là 40 phút quay liên tục cho tới đặc.

3/ Công thức chocolate discovery new Hearth

- Lượng kem 6 kg
- Sữa tươi 3000 ml

- Non fat dry milk (sữa không béo) 900 ml
- Sôcôla đắng mùi cococafum 20 gr
- Sôcôla ngọt mùi ovaltina 200 gr
- Đường cát 1 kg
- Muối 1/2 muỗng café
- Bột vani 1 muỗng soup

4/ Công thức cynamum closquit của Úc

- Lượng kem 6 kg
- Sữa tươi 3 lít
- Váng sữa (kem béo trơ) 1lít
- Bột quế cynamum vỏ dầy 20 gr
- Bột quế cynamum vỏ mỏng 100 gr
- Đường cát 1 kg
- Muối 1 muỗng café

5/ Công thức Paradise Hồng Kông (Anh)

- Lượng kem 6 kg
- Sữa bò tươi 2 lít rưỡi
- Sữa bò trích béo 1 lít
- Bột trà closit Ấn Độ 150 gr
- Bột quế ninh hương Ấn Độ 20 gr
- Bộg soryo Ấn độ (Kiều vị) 20gr
- Đường cát 500 gr
- Muối 1/2 muỗng café



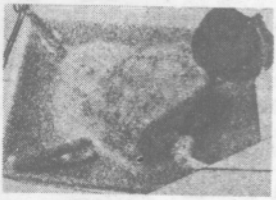
Fly cheam's



Saigon by night



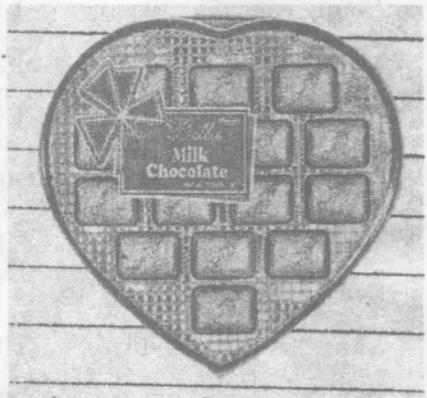
Gecko!



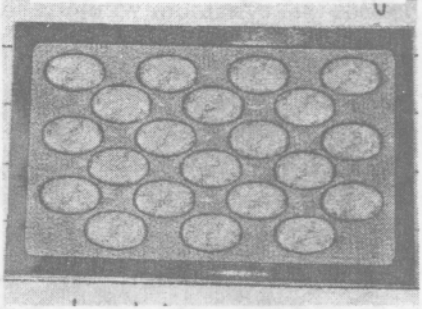
Valentine day's cream

CHOCOLATE (SÔCÔLA)

Chocolate là tên gọi chung cho những loại sản phẩm được chế biến từ tinh của trái cacao gia thêm những phụ liệu khác để trở thành món thưởng thức ưa chuộng cho mọi người trên thế giới.



Chocolat Valentin's day



Chocolate có nhân rượu bên trong

Người ta làm sô cô la dưới dạng kẹo, bột để pha với sữa, kem bánh rồi dùng hương liệu tinh cốt của nó chế biến ra không biết bao nhiêu món cho người tiêu dùng.

Cacao họ cọ có nhiều ở vùng Nam Mỹ, Caribê, một số nước châu Phi và vài xứ nằm trên hành lang xích đạo nhiệt đới, ở châu Á các nước trồng đại trà như Malaysia, Inđônêsia, Philiphin và Việt Nam ta đã trồng được cây ca cao, đã có thu hoạch từ hơn hai thập kỷ qua. Các tỉnh miền Trung như vùng Ngũ Quảng, các tỉnh miền Đông như Sông Bé, Bình Phước hiện đang đẩy mạnh việc trồng ca cao làm cây công nghiệp có giá trị.

Thế giới ngày nay có hàng chục ngàn loại kẹo sôcôla dưới các hình thức như kẹo dẻo, kẹo viên có bọc đường, kẹo thanh trơn, kẹo thanh có độn nhân hạt bên trong, kẹo viên có độn rượu cốt bên trong, rồi kẹo độn kem.v.vv... cho tới các loại bột dinh dưỡng pha sôcôla, sữa sôcôla, kem cốt, kem hương.v.v... mà con người rất hào sảng đón nhận, dù rằng bản thân họ cũng chưa rõ cây ca cao ra làm sao, quả ca cao hình thù như thế nào! Cũng như lấy từ cái gì trong cây ca cao để cho họ loại thức ăn quá tuyệt hảo như vậy!...

Người ta đòi hỏi cho được sản phẩm chocolate sữa của thương hiệu Cadbury's của Anh Quốc để ăn với điều kiện là bên góc sau của phần phân tích sản phẩm phải có một hàng chữ hoa mỹ ghi: "Sản phẩm này đã được Nữ Hoàng Queen's Elizabeth đệ Nhị nếm qua và phê chuẩn cho phép phổ biến trong công chúng", dân Ăng Lê hã hê coi đó như danh dự, dù rằng bản thân họ chả biết cây ca cao mặt mũi ra làm sao nữa!...



Các sản phẩm chocolate m & m bọc đường không xa lạ với trẻ con Việt Nam

Tại Hoa Kỳ, một thị trường tiêu dùng sôcôla đứng đầu thế giới, người dân Mỹ ăn sôcôla "thay cơm" nhất là trẻ con và số lượng người đi cấp cứu do ngộ độc và dị ứng sôcôla cũng không ít. Theo viện điều tra tỉ lệ người tiêu dùng hợp chủng quốc thì đến giữa năm 2002, sôcôla là loại đứng thứ ba trên nước Mỹ sau chewing gum và coke. Người Mỹ đã biết sản sinh ra các công thức mới, gây hấp dẫn cho người tiêu dùng nhờ họ có lập trình phân chia vùng tâm lý thực phẩm rõ rệt. Do đó sẽ

không có gì xa lạ nếu ta thấy trên bao bì có những chữ như Chocolate Tropical (dành cho vùng nhiệt đới)- Frizid chocolate (dành cho vùng Hàn đới) - Cathedral chocolate (dành cho người đi nhà thờ lớn) hoặc cả tới tù nhân ở trại để giải sầu (Jail chocolate). Dĩ nhiên mánh khóe tiêu thụ đều được áp dụng sẵn trong đó, và nếu ta cầm lỡ một thanh sôcôla có chữ Divose chocolate (dành cho người ly dị) thì chả trách sao lại có các... bà sồn sồn lẻo đẻo theo ta... quả là một thế giới ồn ào nhưng ý nghĩa âm thầm đầy lý thú...



Chocolate Snickers correct

Người Mỹ pha gốc gác hàng trăm sắc dân để đổi lấy danh xưng Hợp chủng Quốc, thì công thức và chỉ số đều có sự so sánh cân bằng, nếu các bạn cảm thấy chưa biết gì thì nên cầm thanh sôcôla Hershey's trinh trắng, để đỡ phải bị hiểu lầm vì đây là loại sôcôla trộn hai cái của tổng số màu sắc dân. Tương tự như hoa đỗ quyên (Rhododendron) đó là màu trắng và đỏ, cho nên có ít nhiều sự hoà hợp dân tộc của họ, người ta lấy công thức Illindia (giữa da trắng của miền Illinoise và da đỏ của miền Indian) khởi động như sau: Milk chocolate-soya Lecithin Emulsifer- Milk cocoa butter - chocolate all home - vanillin-Artificial Flavoring. Ngoài ra người ta cũng độn các hạt như Almond, Jews, đậu phọng, hột điều vào trong cho nó hoàn hảo hơn.

Một công thức khác của người Mỹ nhưng lấy gu của người Pháp và cộng đồng thuộc địa Pháp, đó là sản phẩm Nestlé làm

tại Mỹ gồm có: Milk chocolate - (Sugar-cococa - Butter milk - chocolate lactose MilkFat - Soylecithin - An Emulsifier - vanillin an Artificial Flavoring) bà con người Việt ta từ thập niên 50 đã quen thuộc sản phẩm này, gọi nó là "Súc cù là con chim"

Thế đã rõ là trong thực phẩm. hàm ý của bao việc chứa đựng như tâm lý, sinh lý, xã hội, nhân văn chứ không đơn thuần là chỉ sản xuất và tiêu dùng mà thôi.

CÁC CÔNG THỨC CHOCOLATE KẸO

1/ Công thức Paradise Nam Phi:	cho 200%
- Bột ca cao nguyên chất tỉ lệ 67%. Tính trung hòa	72%
- Dầu ca cao tinh luyện (tươi)	4%
- Đường bột (không phải là đường cát)	68%
- Dầu đậu nành nguyên chất	8%
- Đường caramel từ bắp hoặc củ cải không dầu	12 %
- Vanillin pha trong rượu cồn nhẹ	0,3%
- Sữa bột không kèm chất béo	36%
- Một ít màu, bicartbonate de soude	vừa đủ
2/ Công thức Texatilti Brasil	
- Bột ca cao nguyên chất	52%
- Bột sữa không béo	28%
- Dầu ca cao tinh luyện	2%
- Đường caramel	12%
- Dầu đậu nành	4%
- Các chất phụ liệu	2%.
Tổng cộng:	100%

3/ Công thức Chocoyamba Chilê

- Bột ca cao nguyên chất 30%

- Dầu ca cao tinh 20%

- Sữa kem không béo 30%

- Đường caramel 10%

- Dầu đậu nành 6%

- Các phụ liệu khác 4%

Tổng cộng 100%



Bella sản phẩm Việt Nam



Ta về ta tắm ao ta
Dù trong dù đục ao nhà vẫn hơn

4/ Công thức Kraft (Úc)- Kraften (Newzealand) 100%

- Bột ca cao nguyên	25%	- Đường caramel	25%
- Tinh ca cao nguyên	25%	- Sữa nguyên kem	20%
- Dầu đậu nành	3%	- Các phụ liệu khác	7%

Đối với Kraften của Newzealand có dịch đổi đường và sữa nguyên kem ngược lại (đường 20% - sữa 25% còn lại đều giống nhau)

5/ Công thức phức tạp của Hòa Lan - Van Housten: 100%

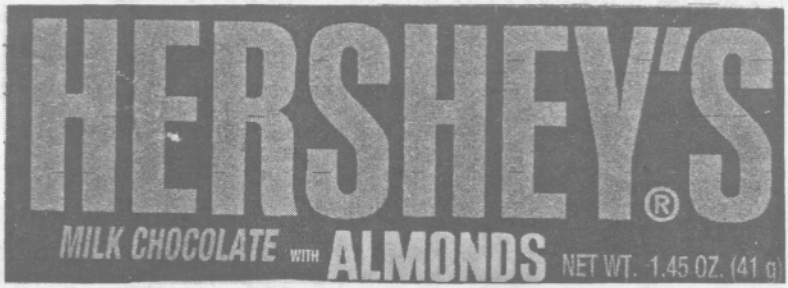
- Bột ca cao nguyên	20%	- Dầu đậu nành	2%
- Tinh ca cao nguyên	20%	- Bột đậu phọng hóa kem	3%

- Sữa béo nguyên kem 20% - Kem tráng bao ngoài 8%
- Đường caramel 18% - Các phụ liệu khác 9%.

6/ Công thức phức tạp của Tây Ban Nha (Lonaline) 100%

- Bột ca cao nguyên . 23% - Dầu đậu nành 3%
- Tinh ca cao nguyên 17% - Bột hột dẻ rang xay 4%
- Sữa béo nguyên kem 25% - Hạt độn tán nhuyễn vừa 5%
- Đường caramel 21% - Các phụ liệu khác 2%

7/ Công thức đặc biệt Nunu của Pháp:



Thương hiệu Hershey's, quen thuộc khắp thế giới

Nunu là sản phẩm chocolate dành cho người Pháp mập quá khổ phải ăn kiêng và giải pháp cho những người bị tiền dị ứng khi ăn chocolate. Dĩ nhiên ở đây dạng nguyên có ít hơn dạng cải biến và sữa nguyên kem hoàn toàn không xuất hiện trong công thức.

- Bột ca cao nguyên 12% - Sữa không kem 20%
- Tinh ca cao nguyên 12% - Bột đậu dạng cellulose 20%
- Tinh cà phê Moka 3 12% - Dầu đậu nành 2%
- Đường glucosa nha 20% - Các phụ liệu khác 2%.

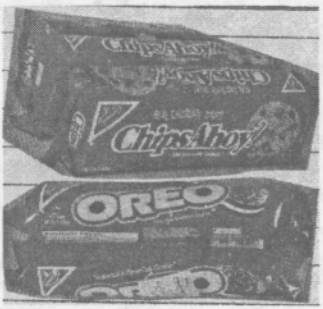
HƯỚNG DẪN LÀM CHOCOLATE ĐƠN GIẢN

1/ Bước 1: hãy chuẩn bị nguyên liệu tương ứng như sau cho 100%

- Bột ca cao nguyên chất 30% - Dầu đậu nành 6%
- Tinh dầu ca cao nguyên 3% - Bột đậu (xanh, nành) 10%
- Đường xay mịn thành bột 25% - Các loại phụ gia khác 6%

- Sữa bột nguyên kem 20% (gồm có vanillin, hoặc quế, hoặc sầu riêng, hoặc các hương liệu ưa thích) màu, bicarbonate de soude)

Chú ý: Đường tuyệt đối phải được xay mịn, không được dùng đường kính hột to vì như thế làm kẹo có sạn.



Các sản phẩm bánh ngọt có chocolate bên trong

2/ Bước 2: Chuẩn bị sẵn một nồi xoay gọi là cối có thể bằng Inox (ngày xưa người ta làm cối bằng đồng) khi khởi động sản xuất, cối này phải được đun nóng lên và đánh bóng bằng một lớp dầu bôi trơn (có thể lấy dầu đậu nành bôi trơn cũng được)

Tất cả bột ca cao nguyên, bột đậu, đường xay mịn, sữa bột nguyên kem và phụ gia trộn thật đều xong bỏ vào nồi xoay trên lửa nóng. Rưới dầu đậu nành và tinh dầu ca cao dần dần cho tới khi nồi xoay đã ly tâm phẳng giữa trục nghiêng, ta gia thêm 0,6% lactafe và 0,6 phần kem đường caramel tiếp tục xoay cho tới quánh đặc.

Lưu ý: Trong thời gian tiêm lactafe và caramel ta có thể tiêm hương liệu sau thì khỏi trộn hương liệu vào bột trước, vì



Thương hiệu chocolate Nestlé của Pháp cũ

tôi sợ các bạn bỏ quên phần hương vị kẹo sẽ đậm đà hơn.

3/ Bước 3: Đổ khuôn: người ta lấy giấy thiếc lót vào khuôn trước khi đổ hỗn hợp chocolate đã khuấy vào để nguội rồi gói thành kẹo.

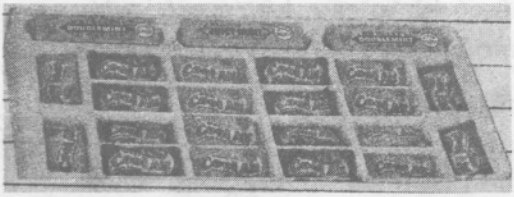
Ghi chú: Nếu chúng ta độn nhân bên trong thì nên đổ một lớp lót bằng 1,5 phần 5, sau đó rắc nhân 2/5 và đổ mặt 1,5/5 trước khi đóng gói



Các sản phẩm chocolate của Cadbury's anh

lớn ở Bắc Mỹ, có bao nhiêu sách, truyện mô tả việc nhai chicle tươm đường khiến toàn dân Mỹ bắt đầu xem nó là biểu tượng của họ và tự động bành trướng khắp nước Mỹ.

Rồi với óc canh tân hơn, một người Mỹ khác ở Cleveland hành nghề bán bắp rang đã gia thêm tinh sirop bắp và bạc hà vào để trở thành tiền thân của loại chickle's ngày nay, ta không xa lạ lắm với cái tên Wrigley's trên nước Mỹ.



Các sản phẩm của Wrigley Mỹ

Mãi tới năm 1916, 1917 gần cuối thế chiến thứ nhất, khi mà quân đội Đồng minh đã viễn chinh sang châu Âu, học mang chickle gum qua theo trong khẩu phần ăn hành quân, và người châu Âu vẫn còn xa lạ đến nỗi mấy bà già ở nông thôn Pháp cứ kháu nhau rằng "bọn Mỹ mắc bệnh quai bị" vì thấy họ ngồi một mình mà cứ nhai lép nhép hoài không ngưng miệng... Thế rồi chính họ cũng bị đồng hóa sau đó, vì sau đó không lâu nam thanh nữ tú khắp châu Âu coi nhai gum là một mốt thời đại.

Với đầu óc liên kết kinh doanh, người ta rầm rộ quảng cáo đủ điều ngợi khen nó, nào là chewing gum làm ta chắc nướu răng, cứng cáp quai hàm, tập thể dục quai hàm khoẻ như... hàm cá mập, rồi giúp hơi thở thơm tho khi... hôn nhau... người ta đã tốn không biết bao nhiêu thời gian để nghiên cứu cho nhu cầu của thị trường tiêu thụ, mọi sự cạnh tranh từ lành mạnh đến không lành mạnh suốt gần thế kỷ vẫn chưa ngưng kết. Thế rồi rừng cây chicle ở Mễ Tây Cơ càng ngày càng tàn lụi, mủ cây chicle hiếm, khiến người ta đi tìm một loại mủ khác để thay

thế, thậm chí đã có lúc người ta liều lấy mủ cây cao su (rubber) để thử nghiệm nhưng vì loại này có độc tố nên bị loại ra.

Ngày nay may thay có vài nước trên thế giới đã tìm ra một số loại cây gum để thế chicle, như tại Brazil tìm ra loại cây Sorua, ở Inđônêsia tìm ra cây Jelutong, ở Goatémala tìm ra loại cây mọc hoang Sabotiere (sau này thuần hoá thành cây trồng công nghiệp mà ta hay gọi là sa bô chê, lòng mứt) cây này hiện nước ta trồng cũng khá nhiều.

Nhựa cây sa bô chê có khắp cây, kể cả cuống lá, nẹp lá, khi ta rạch bất cứ chỗ nào cũng có thể rịn mủ ra được.

Tại châu Úc vào những năm đầu thế kỷ 19 các nhà thám hiểm, nhà hàng hải đến tận miền Nam và cả tới Newzealand, thâm nhập vào thế giới của người Maori, thấy người ở đây cũng nhai một loại nhựa cây có lá láng kẻ sọc gọi là cây gum, vị chất hơi đắng, và sau này nó là biểu tượng thực vật của nước Úc sau con Kangarou và gấu koala. Các bạn có thể nghe các sói con Hướng dạo Úc ca bài ca con chim vua: "Koukaboura sit on and old gum trees" (Con chim vua nó đứng dưới táng cây gum già) thì mới rõ ý nghĩa của cây này. Điều bất lợi là cây gum không thể đem đi trồng ở các nơi khác dù cả ở Inđônêsia lân quốc, trồng vẫn sống nhưng cho mủ rất ít.



Chewing gum Happydent white có tiêm Baking soda tẩy tắng răng

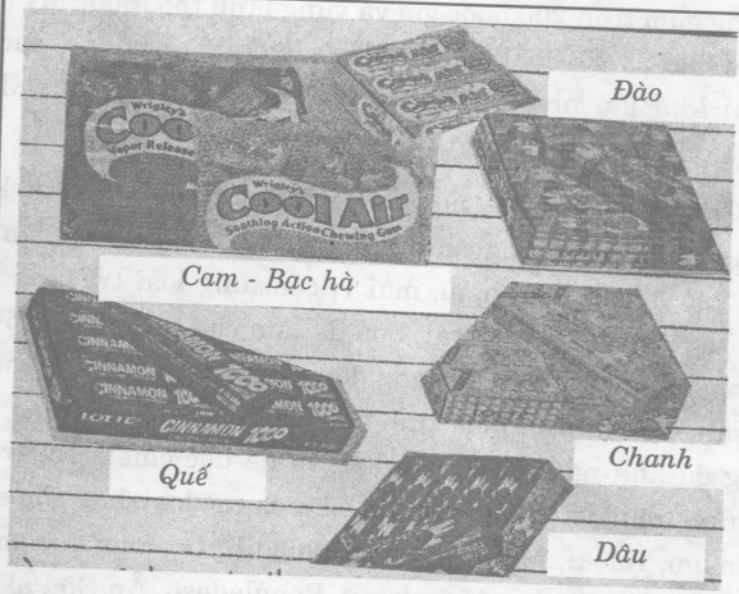
Trên thế giới ngày nay có trên 240.000 thương hiệu kẹo

chewing gum trên 200 quốc gia và vùng lãnh thổ, nước Mỹ đứng đầu với hơn 23.000 loại mà Wrigley's là đại diện gồm có các tên tồn tại khá lâu như Chicklet's chucklet's, Doublemint, Juicy Fruit. (ảnh trước).

Chewing gum ngày nay được sản xuất theo hệ thống khép kín tùy công thức riêng của từng xưởng, nhưng tất cả đều phụ thuộc vào hương liệu, màu, mùi vị của từng loại trái của từng nước. Họ lấy cốt ép của trái, hoa để làm cho sản phẩm có tính địa phương, gây chú ý cho cộng đồng tiêu thụ, có thể có một số nhà sản xuất đã thu mua tinh cốt hương liệu của những nước không đủ khả năng làm, rồi đem về để độc chiếm thị trường cho mình như Mỹ chẳng hạn, họ đã mua các loại hạt như siron, Cynamum, Kaoki, Matuley, coke, Palagili, Ocanum pacum... từ các nước Trung Á như Afganistan, Bangladesh, Ấn Độ Pakistan hoặc các nước Trung Đông như Syrie, Lebanon, Jordanie hoặc các nước Đông Âu như Turmenistan, Azecbaijan, để làm các loại Chewingum mang tên Cynamum Chew, Chuckle chew, Kiddi gum, Oglala gum, Crepsi gum, Matuley gum... Đây là các loại kẹo lấy hương liệu gia vị mà ngay cả nông dân Mỹ cũng chưa hề biết nó xuất xứ tại đâu? Vì họ nào có trồng chúng bao giờ.

CÔNG THỨC GUM

Gồm có chất gôm, xirô cất tinh cốt, hương liệu cốt, gia vị và phụ gia, các nhu động cần thiết khác làm dẻo gôm để người tiêu dùng có thể nhai hàng giờ mà vẫn còn dẻo, ngoài ra theo thời buổi tiến bộ hiện tại, người ta tăng độ dẻo thành keo phân lớp để người ta còn có thể thổi phồng lên như quả bong bóng, nhờ cao su không kết dính và dẻo nhầy gọi là Lotte.



Đủ các loại Lotte Quế, Cam, Chanh, Bạc hà, Dâu, Thơm, muôn hình muôn vị

TA CHIA RA NĂM CÔNG THỨC

1/ Công thức thông thường:

- Chất gôm dẻo kính 1	20%	- Đường kính 1	63%
- Sirô bắp thành như nha dẻo	16%	- tinh dầu khử 1	1%
- hương liệu chính yếu	2%	- gia vị chính yếu	1%
- phụ gia tiêu chuẩn 1	1%	- màu tương xứng	0,05%

2/ Công thức mềm có xớ thông dụng:

- chất gôm dẻo kính 2	30	- Đường sáng	58%
- saccharose dạng nha dẻo	8%	- Glucosa kẹo có sợi	7%
- caramel tiêm hương liệu	3%	- Gia vị đơn chất	1%
- phụ gia tiêu chuẩn 1	1%	- màu tương xứng vừa đủ	

3/ Công thức dẻo châu Âu clôche:

- Nhựa mủ cây đơn thuần 20%
- Parafin (từ dầu hỏa) 7%
- Beaumé de Tolu 0,8%
- Đường Saccharose 65%
- Beaumé de Pérou 0,4%
- Glucoza đơn tính 25%
- Nước tinh cất 20%
- Hương liệu vừa đủ
- gia vị vừa đủ



Chewing gum air action colia loại bạc hà và chanh thông cổ

4/ Công thức dẻo của Mỹ hiện nay:

Công thức Chuckles Shianwa:

- Có thể lấy 1 trong ba loại nhựa Chicle, Gum Fratt hoặc xapôchê (Achras Sapota) 22%
- Chất Gélatin từ gạo dẻo được áp chế chọn lọc 8%
- Đường Saccharose cô đọng dạng kem cơ học 42%
- Đường Glucosa cô đọng dạng caramel 27%
- Nước cất tinh không khoáng 22%
- Parfum double Toluen (dạng đôi) 0,7%
- Hương liệu (như quế cynamum, bạc hà menth, tiêu pipper...) 0,1%
- Gia vị (như trên tất cả) 0,1%

5/ Công thức mới không đường (Sugar Free Gum)

Không dùng đường Saccharose mà trích tinh mạch nha từ ngũ mễ cốc tự nhiên không biến đổi gien như bắp, lúa mì, lúa mạch, tóc tiên, hạt bo bo, để tạo nhiều năng lượng cho người ăn dè ăn kiêng, syrup trong đường bị loại ra, thành phần chính gồm xylit. Happy và xylitol đường nhằm ức chế sâu răng cùng nha và ngũ mễ cốc, công thức đơn thuần nhưng hội đủ gồm có:

- nhựa sapôchê hoặc chicle 32%
- syrup corp - Natural sugarcan from Fruit 68%
- Nhu động, hương liệu, gia vị, màu mùi các chất cô đọng vừa đủ

Cách chế biến



Chewing gum xylit không đường, thích hợp với người sợ bị béo phì hiện nay

* *Rạch thân cây lấy nhựa* trực tiếp đem đi nấu sôi rồi đúc thành từng thỏi, mỗi thỏi nặng tương xứng 12kg 500 làm phức chicleros, sau đó đem về hong cho nóng để chảy nhựa mềm nhão, đánh sirô bắp vào cùng tinh dầu cho nổi lên sau đó mới đánh khối ly tâm ở vòng tua 12100 đến 12600 bằng máy đánh tốc độ nhanh (khinh tốc) tạo nhiệt rồi để nguội mới ép thanh, thanh lớn nhỏ tùy yêu cầu, có thể áo hai mặt bằng bột đường khô, rồi đóng gói.

Với công thức từ số 2, số 3 và 4 làm tương đương như sau.

* *Hong nóng mủ cây sabôchê* (Achras sapota) bằng nhiệt

độ trung dung từ 65 tới 75oC cho mềm mủ, tiêm đường glucosa vào một chiếc đĩa Inox (ngày xưa làm bằng đĩa đồng) đang đặt trên bếp có nhiệt phát 110oC hay hơn một chút cho hòa tan với một chút nước đường cho tan ra rồi nhắc xuống ngay.

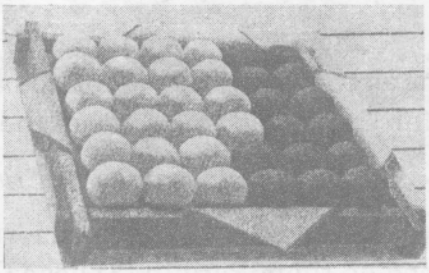
Thêm caramel dạng kem vào nhựa trên rồi trộn lẫn lại thành thỏi tròn, trải ít bột áo bằng bột đường khô để không bị dính, sau đó cắt thanh, thỏi theo yêu cầu rồi đóng gói.

** Công thức thứ ba, thứ tư có thể tương tự:*

Nhồi toàn bộ nhựa mủ vừa nhựa thơm trong nước cất xong đổ thêm Parafin (3) hoặc Gélatin (4) đã hấp nóng ở 40oC tới 45oC nấu đường Saccharose và Glucosa với nước ấy rồi rót ít mật lên mặt bàn có tráng một lớp dầu bóng (ta có thể dùng dầu đậu nành) kế tiếp tiêm thêm chế phẩm bằng một số hương liệu, gia vị của địa phương để trở thành kẹo, sau đó cắt thanh đóng gói.

* Ngày nay người ta dùng một loại nhũ tương Polivinyl acetat và sirop làm kẹo thay mủ cây gum.

CON MEN RƯỢU



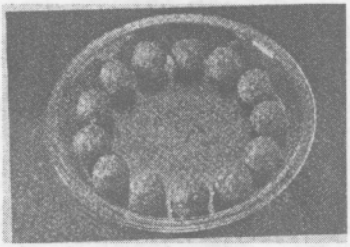
Men Tịnh Đế và Men Mật Đế thẫm

Men là một kết quả tái tạo môi trường nuôi dưỡng giúp cho loài nấm Saccharomyces Oryzace được cấy gia phẩm. Nó được tác động bởi một loại Enzym qua chu trình lên men của vi sinh vật Oryzae Sach (trên) vào quá trình chuyển hóa đường sẵn có trong hầu hết các lương thực có đa phần tinh bột, các loại xác trái cây, củ quả giúp chúng biến thành rượu, mà trong đó thành phần Alcohold chỉ đơn thuần còn Méthanol chiếm đa phần.

Vì phải trải qua sự phân chia vi sinh cực ngắn nên quá trình này chỉ kịp phân chia vài giờ sau đó trong một điều kiện nhiệt độ bảo hòa với môi trường, thích hợp cho sự phát triển độ pH và các khoáng tương tự, cho nên ban đầu các tế bào của men đã có thể phát triển nhanh đến chóng mặt, chúng nhân lên với cấp số hàng triệu lần lôi kéo theo lượng Enzym tăng theo và gia tăng gấp bội để liên kết thành men rượu.

Trên thế giới ngày nay, hình thức men rượu ngẫu nhiên và không ngẫu nhiên thì không thể đếm với số nhỏ, vì nước nào cũng có cách riêng để chế biến, nhưng nguồn sinh men thì chỉ tóm gọn ở thực vật là nhiều, trong đó có nơi người ta dùng hạt của ngũ cốc, có nơi dùng trái chín ủ lên men, có nơi người ta tạo lấp lửng giữa hạt lên men và nấm cô để giao phôi lên men trực diện. Do đó nguồn rượu cung cấp trên thị trường có biến đổi màu, mùi đa phần nhờ vào men của rượu được nuôi cấy lúc ban đầu.

Tại Trung Quốc, một nước rộng nhất thế giới, đông dân nhất thế giới cũng là nơi có một lượng công thức lên men rượu dài nhất thế giới... Theo quyển Tửu mục Trung thư của nhà xuất bản Thư Kinh Trung Quốc thì cho tới cuối năm 1989, toàn Trung Quốc có 6992 cách lên men vừa ngẫu nhiên vừa không ngẫu nhiên, trong đó hơn 6000 cách lên bằng thực vật nhắm vào gạo, lúa, lúa mì, khoai, củ, hạt, bắp, miến, mạch, cả lá cây, vỏ cây, rễ cây lẫn vài phôi mủ cây nữa. Còn các loại còn lại dựa vào một ít động vật, thạch, khoáng v.v...



Men ngũ phối của Trung Quốc

VÀI CÔNG THỨC LÀM MEN

I/ CÔNG THỨC ĐƠN GIẢN THỊNH TOÀN (nguyên liệu dễ tìm ở VN)

- Gạo đỏ (gạo lứt	5kg	- Cam thảo vàng	125gr
- Viên mem loại tốt	250gr	- Quế chi, quế phụ	75gr
- Bột nổi (Houblon)	50gr	- Đường cát	125gr
- Urea (u rê)	75gr	- Super phosphate	25gr

a/ Chuẩn bị sẵn:

Ngâm gạo với 10 lít nước sạch trong vòng 10 đến 12 giờ đồng hồ cho gạo mềm sình (nhưng chưa chua) sau đó đem đi gút gạo cho sạch, trải ra một nia dầy sạch sẽ, phơi cho khô kế đến đem di xay nhuyễn, rây cho thật mịn.

b/ Trộn lẫn:

Giã bánh men tốt làm con cốt, trộn đều với bột nổi (houblon) rồi dùng tay rắc lên bột gạo ở trên, lấy tay xốc trộn thật đều.

c/ Pha chế:

(-) Lấy cam thảo vàng và quế chi hay quế khâu vào một siêu cùng một lít rưỡi nước sắc trong vòng nửa giờ đem gạn lấy nước bỏ bả (nếu không có các vị quế ta có thể dùng củ riềng xắt mỏng giã nhỏ cũng được).

(-) Trộn đường cát và urê vào cùng với super phosphate rồi khuấy cho thật đều cho chảy ra trên bếp với nhiệt độ không cao lắm, sau đó để nhiệt xuống còn 50oC là tốt.

d/ Chế biến:

(-) Lấy một cái việm sành đổ tất cả bột mịn vào rồi dùng nước sắc đang ở 50°C trên đổ vào bột, dùng tay nhào bột cho thật đều. Xong vét tất cả cho bằng mặt rồi lấy một tấm vải thô phủ lên trên để phòng bụi bẩn và côn trùng bay rơi vào. Bưng việm này đặt gần một bếp lửa để giữ ấm cho bột trong nhiệt độ tương đương 40°C trong vòng 5 giờ liền. Ta sẽ thấy lượng bột trong việm trương lên có khi vượt quá 4 lần (nhờ vào bột nổi) tuy thế để viên men chắc và tốt, ta nên khống chế tăng trưởng ở 2,5 đến 3 lần là tốt.

e/ Thành phẩm:

Dùng bột khô khoảng 10% phất vào việm để không bị dính tay, vò viên các cục bột thành chừng quả chanh rồi sắp lên một cái khay lót trấu sạch dầy độ 3 đến 4cm sau đó phủ một lớp trấu tương tự lên trên viên men, bưng khay đi phơi nắng cho thiệt khô, thường là 3 nắng gắt hoặc có thể sấy khô trong vòng 90 phút trong nhiệt độ từ 65 đến 70°C.

f/ Bảo quản:

- Để nơi thoáng mát, khô ráo.

g/ Ghi chú:

Bột nổi để gia vào men có thể dùng một trong các loại như sau:

- $(NH_4)_2CO_3$
- $NaHCO_3$
- $NaHSO_3$

II/ CÔNG THỨC MEN HÒA PHÁT:

- Gạo thơm dẻo	3kg	- Chuối sứ (xiêm)	1 quả
- Giấm nuôi	2 muỗng	- Đại hồi, tiểu hồi	mỗi thứ 1 tai
- Quế phụ, quế khâu	1 lóng	- đường cát	100gr
- Bột nổi	1 muỗng canh	- Urê	1 muỗng
- Super phosphate	1 muỗng cà phê		

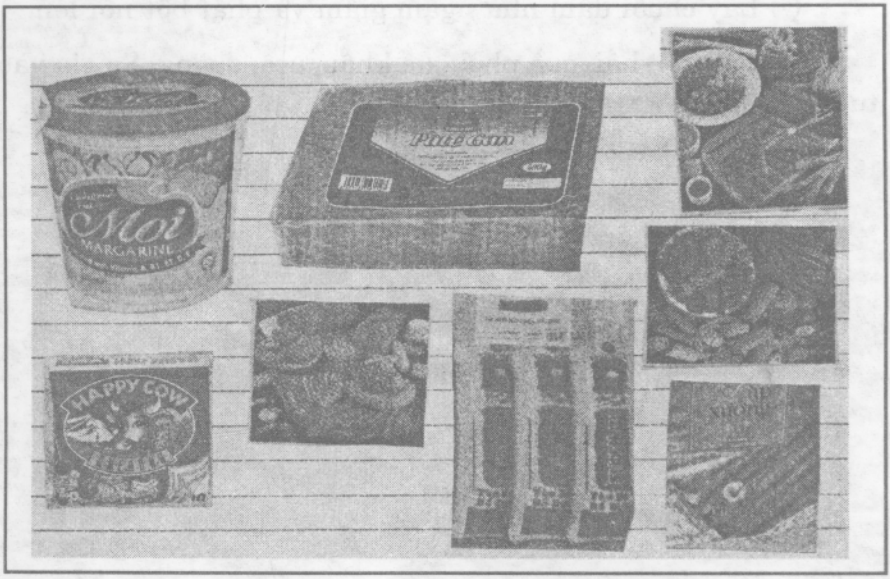
(-) Lấy chuối dầm nhừ ngâm giấm và phất bột nổi lên.

(-) Đại tiểu hồi, quế phụ, quế khâu, urê, đường, Sp gia vào tương tự như công thức trên.

B/. NHÓM ĐỒ NGUỘI ĐÔNG TÂY PHƯƠNG

- **Giò lụa** chả lụa các loại
- **Giò thủ** các loại
- **Nem** các loại
- **Đậu hủ** miếng các loại
- **Đậu váng** sữa các loại
- **Bánh bao** các loại
- **Lạp xưởng** các loại
- **Lạp chua** cốc vị các loại
- **Ba tê** gan các loại
- **Dăm** bông các loại
- **Làm bơ** mặn các loại, trích cất bơ sữa
- **Làm pho mai,** keo ủ phô mai sữa.





GIÒ LỤA



Giò chả lụa ngày này

Giò lụa là món chính gốc của miền Bắc nước ta. Nói đến giò lụa thì ta phải biết đến sự đa dạng của các loại thực phẩm nguội tương cận được bày bán ở các cửa hàng giò chả khắp nơi của đất nước, người ta có nơi còn gọi nó là chả lụa, và tuy cách thức làm thì không khác nhau lắm, nhưng hễ ăn vào là người ta đều nhận diện ra gu nào mình thích và gu nào chưa ổn ngay. Thực tế thì mỗi nơi làm mỗi khác tùy thuộc vào các yếu tố như loại thịt chế biến có tươi (còn nóng) hay không tươi (đã nguội)? Loại nước mắm để tiêm vào là loại hảo hạng hay loại thường? Cách quết giò sống có sánh nước hay sượng giò? Và sau cùng là luộc giò có liên tục đúng thời gian định hay... ngủ quên lửa tắt phải nhóm lò lại?



Chiếc cối quết giò cùng chày của nó

Vật dụng để làm giò chả chỉ có cối quết giò, cối phải là loại cối đá miệng rộng đáy triền túm lại để tóm giò cho dễ, cối phải có chày đi kèm, thường là chày đôi và hai người cùng quết một lúc mới

nhanh tay, quánh bóng giò sống chứ nếu chỉ một người chậm tay sẽ sượng thịt. Ngoài ra vật dụng còn có nong nia, thớt băm, dao thái thịt, tô, chén, đũa muỗng, cây dầm trẩu còn gọi là đũa cả bè mỏ vịt, thùng nấu giò, nồi việm và... nghị lực...

Ngày nay người ta hay dùng cối xay thịt có gắn mô tơ để tơi thịt thành giò sống, tuy có gọn, nhanh nhưng phẩm chất giò này thua xa loại giò quết bằng tay vì ở máy độ thịt xay chỉ là độ tơi, khi luộc giò thì giò dẻo xốp còn quết tay thì độ quánh bóng lúc luộc giò, giò sẽ dẻo dai, sớ giò có luồng rõ ràng ăn rất hấp dẫn. Một điều đặc biệt khác nữa là lúc xay máy thì lượng nước mắm tiêm vào giò không thể đều bằng lúc tiêm cối quết tay, bởi phải lệ thuộc vào vòng xoay của mô tơ, đôi lúc tiêm chậm tay thì giò có chỗ lạt, chỗ mặn không đều. Còn tiêm lúc quết thì nhiễu nhĩ tới đâu quết tới đó, nước mắm chan hòa đồng đều hơn.



Ngày nay thời buổi công nghiệp đòi hỏi của người tiêu dùng rất cao sản phẩm có bảng phân tích kỹ

Ngày xưa người ta không gói giò thanh nhỏ như ngày nay, chỉ mỗi cây nặng một ký lô, tới khi khách đến mua lẻ thì cắt khoanh giò cân theo yêu cầu. Còn ngày nay người ta theo nhu cầu quen thuộc của mọi tầng lớp dân cư mà thiết kế loại giò vừa mức tiêu thụ nên đẻ ra thêm loại nửa ký, loại 250gr thậm chí có loại chỉ 100gr.

I/ PHÂN TÍCH KỸ THUẬT

1/ Nguyên liệu:

Gồm có thịt nạc thăn hoặc thịt đùi ở vùng mông mới rã ra chưa đầy hai giờ đồng hồ, lấy dao lưỡi mỏng lạng bỏ gân và bạc nhạc ra rồi xắt thành từng cục nhỏ cỡ ngón tay cái, kế đến đem rửa thật sạch rồi trang ra nia cho ráo khô mặt thịt.

Nguyên liệu thứ hai là nước mắm nhĩ loại ngon có màu vàng trà, độ đạm không dưới N = 25o, có mùi thơm hảo.

2/ Phụ liệu:

Lá chuối tươi, nên lấy lá chuối xiêm, chuối sứ, chuối hột hoặc chuối chà, chuối lá để không làm đắng giò khi luộc trong thùng. Phải rọc cho vừa khổ tùy theo đòn như sau:

(*) Loại cho giò cân nặng 250gr/cây rọc dài 25cm, ngang 10cm

(*) Loại cho giò cân nặng 500gr/cây rọc dài 40cm, ngang 15cm

(*) Loại cho giò cân nặng 1 kí lô/cây rọc dài 60cm, ngang 25cm

Nếu lá chuối không đủ thì chắp đôi, chắp ba lá chuối cho đều với điều kiện phải chắp khéo đừng để bị bung lá khi bó hoặc bể mí lúc luộc cao độ.

- Một phụ liệu khác không thể thiếu là lạt buộc bằng tre chẻ nang mỏng ngâm nước cho dẻo, ngày nay người ta dùng dây ny lon.

3/ Trọng lượng thanh giò:

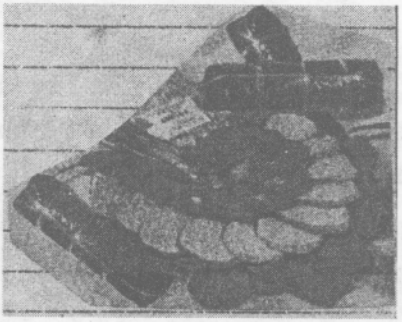
Phải tính trọng lượng từ lúc giò sống, ta cân bằng ruột giò chứ không bằng nguyên đòn giò đã có lá, để chứng minh sự trung thực của nhà làm giò.

NGUYÊN LIỆU	Loại 250gr	Loại 500gr	Loại 100gr
- Thịt mông, thăn nạc	250gr	500gr	1000gr
- Nước mắm nhĩ	20ml	40ml	80ml

Như vậy nếu số lượng làm nhiều hơn các bạn tăng nguyên liệu lên theo tỉ lệ như trên

II/ HƯỚNG DẪN KỸ THUẬT

1/ Cách quết giò: Các bạn đã nhận diện phần nguyên liệu và phụ liệu rồi bây giờ hãy tiến hành thực hiện việc quết giò như sau.



Nhìn đĩa giò, chả trông thật ngon

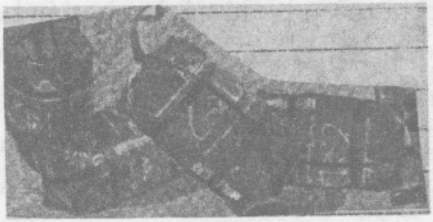
(*) Thịt đã qua vệ sinh, đã xắt đúng kích cỡ cho vào cối quết, mỗi cối chỉ nên bỏ vào độ 250gr thịt sống thôi, sau đó bắt đầu quết lần lượt:

(-) 60 chày đầu trong 3 phút đầu tiên để cho từng cục thịt xen lẫn vào nhau, cách quết này có nơi gọi là quết tiên, có nơi gọi là quết chui sớ hoặc xen sớ.

(-) Khoảng 100 chày cho 4 phút kế tiếp, phải thật đều tay, lúc này cần phải hai tay chày mới liên tục không dứt đoạn được quết mãi cho tới khi nào thấy đã hiện giò hoặc quánh lại mới ngưng tay, cách quếch này gọi chung là quết quánh, có nơi gọi là sánh giò, hoặc quết thẩu.

(-) Bắt đầu nhiễu nước mắm nhĩ vào theo tỉ lệ ghi trên hay hơn một chút nếu khách yêu cầu cho giò đậm, tiếp tục quết nhẹ

cho nước mắm đừng văng tứ tung, cho tới khi nước mắm ngấm vào giò sống rồi thì tiếp tục quết thêm độ ba đến 4 phút nữa cho đều mịn rồi xúc ra thau.



Các đòn giò lụa sản phẩm của

(-) Cứ như thế liên tục cho tới khi nào hết số lượng thịt cần quết mới ngưng.

2/ Dùng máy xay thịt: Khi áp dụng máy xay thịt ta có 2 cách:

(-) Cách 1: Lúc xay thịt thì nhiễu nước mắm vào luôn rồi áp ra thau, lấy dầm trẩu chẹt cho dẻ ra. Dù sao cách này thuộc loại công nghiệp, tuy tân tiến nhưng phẩm chất giò kém ngon.

(-) Cách 2: Vẫn xay hết tất cả thịt rồi lại dùng cối quết tay phần tiêm nước mắm, ở cách này giò ngon không thua gì giò quết tay thủ công.

3/ Cách gói giò sống:

(*) Lấy lá chuối trải đều ra nong hay nia, múc giò sống theo trong lượng đã ghi bên trên cho từng loại giò, sau đó cuộn lá chuối "đánh" giò theo đường kính như sau:

(-) Loại 250gr/cây - gói theo đường kính 2,5cm tới 3 cm.

(-) Loại 500gr/cây - gói theo đường kính 5cm tới 6cm.

(-) Loại 1000gr/cây - gói theo đường kính 10cm tới 12cm.

(*) Sau khi gói ta thực hiện cách đánh bó giò bằng cách lấy dây lạt hoặc dây nylon đặt ngang sống lưng giò buộc chặt một nuột, sau đó bẻ ngang tạm một đầu rồi dựng đứng cây giò

lên bắt đầu bẻ lá gấp tam giác bó đầu giò, lá còn thừa thì túm xuống hông, buộc thật chặt đầu này rồi xoay ngược đầu lại cứ như thế mà làm rồi buộc đầu kia là xong, phần ngang ở phía trên thì buộc chữ thập dòng xuống đầu dưới để thắt quai, mỗi một thắt cách nhau 3 đến 4cm là chắc đòn.

Chú ý: Nhớ buộc lạt thật chắc, giò cứng khi luộc mới không bị phao bên trong.



Cây giò lụa thủ sản phẩm của Vissan

4/ Cách luộc giò:

Bỏ một ít lá chuối lót dưới đáy thùng hoặc nồi, bỏ vài hạt muối vào trên lá chuối rồi sắp giò lên trên, khi sắp nhớ lót đòn lớn phía dưới, đòn trung ở giữa và đòn nhỏ lên trên, lót xong mới đổ nước vào cho ngập đòn rồi mới đốt lửa.

Ghi chú: Cả ba loại giò luộc cùng một lúc khỏi cần vớt cây nhỏ ra trước làm gì vì giò càng luộc lâu càng ngon, người ta ngại vì tốn kém củi đốt hoặc chất đốt chứ không ngại giò luộc đâu.

5/ Thời gian luộc giò:

(*) Nếu luộc riêng loại 250gr thì nhanh không cần canh chắc.

(*) Nếu luộc riêng loại 500gr thì đốt cháy trọn một cây nhang 3 tấc, hết nhang là đòn chín mùi.

(*) Nếu luộc riêng lại 1000gr thì đốt cháy trọn một cây nhang 5 tấc, cũng hết nhang là chín.

(*) Luộc cả ba cũng lấy cây nhang 5 tấc làm chuẩn.

6/ Lời dặn: Với thời buổi an toàn thực phẩm như hiện nay, để tránh tình trạng sản phẩm bị tẩy chay, ta không nên dùng hàn the vào giò, vì người tiêu dùng ngày nay rất nhạy cảm.

CÁC CÔNG THỨC QUEN THUỘC

1/ Công thức chả lụa Cầu Bo:

- Thịt nạc nóng hoặc bắp đỏ, thịt mới hạ lóc ra 3kg
- Nước mắm ngon loại nước nhĩ, màu vàng trà nửa chén.
- Muối rang xay nhuyễn càng mịn càng tốt 100gr
- Bột ngọt thay đường thẩu 1 muỗng cà phê
- Lá chuối, dây lạt hoặc dây nylon.

2/ Công thức giò chả Quế Hương phố Lương Văn Can

- Thịt thăn nạc lạng sạch bạc nhạc, lúc còn nóng 3kg
- Nước mắm ngon, nhĩ loại màu vàng trà 7 muỗng canh
- Muối rang dòn tán mịn 150gr
- Một tí lá bưởi giã nhỏ pha vào nước mắm
- Thuốc tiêu mặn Bicarbonate de soude 1 muỗng canh
- Đường cát tán mịn 2 muỗng canh
- Lá chuối, dây lạt hoặc dây nylon.

3/ Công thức giò chả Phú Hương ngã ba ông Tạ cũ:

- Thịt nạc còn nóng, vừa mới ngã thịt 3 kí lô

- Mỡ nước sánh 1/2 chén
- Muối hạt rang giã nhỏ 3 muỗng canh
- Nước mắm nhĩ 3 muỗng canh
- Thuốc tiêu mặn 1 muỗng cà phê
- 1 tí rượu mơ có thể dùng rượu nếp trắng 1 muỗng canh
- Lá chuối, dây lạt hoặc dây nylon.

4/ Công thức giò chả Hạnh Nguyên:

- Thịt nạc còn nóng, tươi như các công thức trên 3 kí lô
- Mỡ nước (mỡ heo) 1/2 chén
- Muối hạt rang giã nhỏ 2 muỗng canh
- Nước mắm nhĩ 5 muỗng canh
- Thuốc tiêu mặn 2 muỗng cà phê
- Rượu đế, rượu quả 1 muỗng cà phê
- Lá chuối, dây lạt hoặc dây nylon.

Như vậy các bạn có thể nhận xét sơ cũng đủ biết công thức không khác nhau lắm, chỉ có gia, giảm nguyên liệu mà thôi.

GIÒ THỦ

Giò thủ là một dạng thực phẩm nguội đặc biệt của Việt Nam, đây là một hình thức chế biến tập hợp các loại thịt có ở đầu heo (lợn) vì vậy nó có cái tên là thủ. Rồi qua bàn tay khéo léo của người sản xuất với gia vị, hương liệu kèm theo giúp cho người tiêu dùng thích thú đến mặn mà. Những người có việc đi làm xa, lâu ngày hay đi du lịch, dã ngoại đều thích mang theo những khoanh giò đẹp mắt. Ngày xưa mỗi dịp có thăm viếng nhà ai, hay chúc xuân nhân ngày tết, người ta hay mang đòn giò thủ tặng nhau coi như tôn kính bạn bè.



Một cân giò thủ công nghiệp của siêu thị Metro Sài Gòn

Tặng nhau cân thủ để đầu

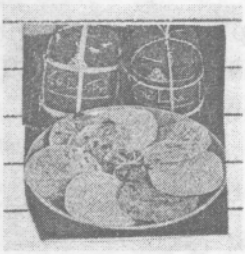
Lợn quay ở giữa, mâm trầu tận đuôi.

Trẻ con khi cầm miếng giò thủ trên tay đã không ngấu nghiến ngay, mà nhấm nhá nhai nó vì trong miệng chúng đang có một món ăn "quá xá tông" tổng thể như tông mềm mềm của gò má lợn, tông dai dai của lưỡi lợn, tông sậc sậc của mũi lợn, tông dòn dòn của tai lợn rồi sụn sụn của nấm mộc... Ôi! thật là một tổ hợp của khẩu vị tuyệt vời...

Cho tới bây giờ chưa ai rõ là giò thủ có từ khi nào và cái nôi xuất phát của nó là ở đâu, chỉ nghe kể lại những câu chuyện

từ những người đến tuổi làm bà và họ cũng nghe "bà" kể lại. Thôi thì tôi lại kể trên đây một đoạn cho các bạn nghe nhé.

- Một bà cụ ngoài chín mươi ở Từ Liêm Hà Nội kể rằng giò thủ đã có từ thời giặc Ân qua xâm chiếm nước ta, lúc ấy cả Thăng Long lo sốt việc giặc càn, nên tất cả lợn bị hạ lấy thịt đem muối tất phòng khi giặc tới có cái mà ăn, các cái thủ lợn được treo trên giá bếp chờ nhơi dần, thì bỗng lúc ấy có vị "Tướng Giời cho" là Thánh Gióng lớn nhanh như thổi, đòi đi đánh giặc. Toàn dân đua nhau kẻ góp gạo tám xoan, người góp khoai góp đậu và còn lại mấy cái thủ lợn họ mới làm sạch rồi xào với gia vị cho ra trời lạnh để đông lại và đem tiến cho Thánh ăn đánh giặc. Thế rồi giặc đã tan, Thánh đã về Trời cho nên dân lập đền thờ ngoài và hàng năm, trong ngày giỗ Thánh, người ta không thể nào quên những khoanh giò thủ lợn cùng gạo tám xoan dâng ngài.



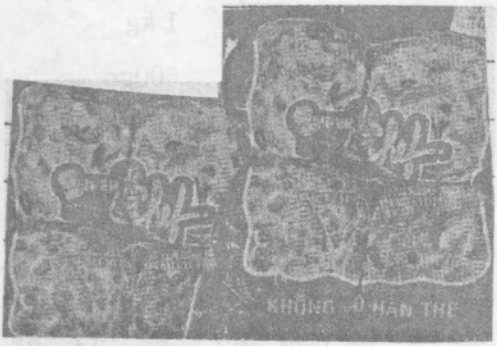
Hãy nhìn các khoanh giò thật hấp dẫn và bắt mắt

- Còn tại Côn Sơn, nơi mà Đại công thần Nguyễn Trãi bị vụ án Lệ Chi Viên mà toan gia bị tru di ngày nay có truyền tụng lệ "Khấu đầu" hoặc gọi là "bái thủ" với câu chuyện rắn trả thù gia đình họ dọn vườn, người trưởng tràng của ông đã thay thầy khấn sẽ làm mười cái thủ lợn để tạ tội với rắn. Nhưng rồi rắn không chịu vì cho rằng "người trưởng tràng" dối trá, thay vì làm đủ đầu lợn, người ấy lại lóc đầu ra làm mười gói lợn luộc (nào ngờ trời lạnh nên thịt đầu đông lại thành cục nhờ nhớt đầu tươm ra) nên đem oán báo cho gia tộc Nguyễn Trãi bị hại... Nghe kể ra thì thật là huyễn hoặc nhưng các bạn hãy xem đây là chuyện kể cho vui nhé.

Giò thủ ngày nay được chế biến hết sức tinh xảo, nhưng

tùy vào từng địa phương, từng nơi gói giò đều có các hương vị riêng của nó, rất có thể khi ta dùng đơn thuần thì chưa nhận ra, nếu không nhờ chính nơi bó giò phân tích cái hơn hết của họ so với đối thủ khác. Tuy nhiên theo tôi qua nhận xét chuyên môn thì có các điểm khác nhau không thể không xem qua, đó là:

(*) Loại thịt: đành rằng thịt đầu, nhưng thịt mới lạ còn nóng đã pha lóc và chế biến ngay so với thịt để nguội sau vài giờ hoặc ướp lạnh qua nhiều ngày, hương vị đã là khác rồi.



Giò thủ chế biến sẵn theo công nghệ của super chef Biên Hòa

(*) Gia vị: Các loại gia vị, nước mắm được tiêm đủ hay thừa hoặc thiếu, nước mắm loại nhĩ ngon hay là loại trung bình, loại thường khiến cho hương vị của giò có khác nhau rồi.

(*) Pha thịt: Các loại thịt được pha vào sao cho đồng đều, tránh chỗ nhiều chỗ ít là tốt.

(*) Xào thịt: Cách xào trên lửa tươm cứng nhựa hay tươm nhảo nhựa, xào hấp hay xào chiên (khô hay ướt) khi xào đảo có đều tay không, lửa canh bên dưới có làm áp chảo hay dính chảo, có một chút khét khê nào không?

(*) Bó ép giò: Đều tay không? Có thúc cho tươm bớt mỡ xuống ngoài không? có rắn chặt nhau trước đông không? Đó là những câu hỏi mà cũng là những cảnh giác cho các bạn trước

khi lao vào thực hiện nó.

MỘT VÀI CÔNG THỨC BÓ GIÒ THỦ

I/ CÔNG THỨC MỢ CẢ CỰ HÀ NỘI:

- Lỗ mũi heo	1 kg	- Hành tây	3 củ
- Lỗ tai heo	1 kg	- Tỏi 20 tép	2 củ
- Lưỡi heo	1 kg	- Hành tím	250gr
- Da heo ngang	500gr	- Bột ngọt (nêm)	50gr
- Đường cát	1 bát ăn	- nước mắm	nửa bát
- Tiêu hột	3 muỗng	- Tiêu xay	3 muỗng
- Mỡ nước	1 bát ăn	- quế bột	1 tí xíu.

a/ Phụ liệu: Lá chuối, đũa ăn cơm chắc, dây lát và các vật dụng cần để làm như nong, nia, thau, chậu, việm, nồi...

b/ Chuẩn bị sẵn:

(-) Lá chuối đem phơi nắng hoặc hơ lửa cho hơi héo, mềm không dòn, lau thật sạch, xé từng miếng một chu vi có thể bọc một đường kín 10cm (dài khoảng 30cm) cắt cho đủ.

(-) Hành tây xắt lát mỏng, hành tím và tỏi lột xắt và băm nhuyễn

(-) tai, mũi, lưỡi, da heo đều cạo rữa thật sạch sau đó xắt lát mỏng và đều nhau rồi để riêng biệt.

(-) Lấy tất cả thịt đã làm phân đều trộn chung vào một cái chậu hoặc việm xong đổ hành tây xắt lát, một nửa hành tỏi băm, tiêu, ít muối, nước mắm, tiêu bột, bột ngọt, quế vào rồi lấy tay xốc thật đều, phân bổ thật đều.

(-) Lấy bếp lửa nhỏ, bắc chảo lên cho nóng đổ mỡ vào rồi bỏ một nữa hành tím, tỏi băm xào thử mùi.



Giò lụa, giò thủ cây và lát xắt sẵn của Vissan

c/ Chế biến:

Mỡ sôi, tỏi hành băm vừa vàng trút thịt hỗn hợp vào xào cho thật đều, trong vòng 20 phút, cho tới khi nào thấy các món thịt đổ nhựa là tạm ngừng xào, nêm cho vừa nhắc xuống.

d/ Cách ra giò và gói:

(-) Lấy lá chuối sắp từng 2 miếng một theo chiều xuôi, sau đó sắp lên trên hai miếng chiều ngang, mỗi miếng dài độ 30cm, đặt lên mâm hoặc nong nia.

(-) Lá chuối đưa mặt trên ra ngoài, mặt láng mốc vào trong.

(-) Xúc thịt hỗn hợp đang nóng vào và gói lại ngay theo đường chọn sẵn, thịt độ 20cm trên khoảng lá chuối dài 30cm, sau đó gói chặt lại, dùng hai miếng lá chuối chiều ngang chập đầu bẻ gập đầu cho gọn, tối thiểu mỗi đầu bẻ khoảng 2cm rồi cặp sát mí là chuối lại kế tiếp lấy hạt buộc giữa đòn cho chắc.

(-) Bẻ đầu đòn xong, lấy 2 đầu 2 miếng lá bọc lại buộc lạt theo hình chữ thập, đánh ra ngoài dùng dây buộc đánh dòng để treo.

(-) Lấy 4 chiếc đũa chắc nẹp bốn giữa đòn giò, dùng lạt buộc bên ngoài một một nửa cho chắc đòn vì lúc còn nóng thì giò lỏng bỏng nhão nên không yên vị trí được.

(-) Ta có thể đóng một hộp để ép giò này, nhưng giò sẽ bị vuông.

e/ Bảo quản: Nên cho vào tủ lạnh giữ âm ở 1°C là tốt, nhớ cho vào lúc giò thật nguội, tối đa nhiệt ở 5°C không nên để nóng quá sẽ tươm nhớt, giò mất giá trị, lúc giò đã chắc nên cởi bỏ dây và rút đũa ra, để dây trong là tốt.

II/ CÔNG THỨC THANH CHƯƠNG

- Lỗ tai heo 1 kí lô
- Lỗ mũi heo 1 kí lô
- Lưỡi heo 1 kí lô
- Da dầu bạc nhạc 1 kí lô
- Thịt đùi heo nửa ký
- Tỏi khoảng 3 củ
- Hành tím 100gr
- Mỡ heo (nước) 2 bát cơm



Các đòn giò tuyệt vời của Vissan

- Nước mắm nhĩ 1 bát
- Đường 100gr
- Muối 3 muỗng
- Phèn chua 1 muỗng
- tiêu bột 3 muỗng
- tiêu hạt 3 muỗng
- bột nêm 3 muỗng

* Dây buộc, lá chuối.

(*) Công thức Thanh Chương có một cách làm hơi khác một chút. Người ta lấy lỗ tai, lỗ mũi, da đầu, lưỡi heo cạo rửa sạch rồi ngâm nước lạnh pha phèn chua một hoặc hai giờ cho trắng, tươi dòn, sau đó vớt ra xả nhiều nước cho sạch, bỏ vào nồi luộc vừa chín tới. Các món khác đều chuẩn bị như công thức trước.

(*) Vớt các loại ra xắt nhỏ đều sau đó lấy chảo bỏ mỡ vào cũng phi hành tỏi, xong đổ tất cả vào xào, nêm gia vị như công thức trước, cuối cùng đổ ra lá chuối đánh cây và bảo quản tương tự như trước.

III/ CÔNG THỨC PHỦ LÝ:

- Lỗ tai heo	500gr	- Tỏi	3 củ
- Lỗ mũi heo	500gr	- Hành tím	10 củ
- Lưỡi heo	500gr	- đường	3 muỗng
- Thịt đầu bạc nhạc	500gr	- muối	2 muống
- Mỡ heo nước	1 bát	- tiêu hạt	2 muỗng
- Mộc nhĩ	10 tai	- tiêu bột	1 muỗng
- Nước mắm nhĩ	nửa bát	- Thuốc tiêu muối	1 muỗng

IV/ CÔNG THỨC PHÚ HƯƠNG SÀI GÒN

- Lỗ tai heo, lỗ mũi heo, lưỡi heo 3kg
- Thịt gò má heo 1kg
- Thịt đùi heo giã nhỏ 1kg
- Bột mì 11 100gr
- Muối (3 muỗng) - Đường (3 muỗng)
- Tiêu bột (3 muỗng) - Tiêu hột (3 muỗng)
- Nước mắm nhĩ nửa bát cơm
- Nấm hương (10 tai mộc nhĩ (6 tai) - mỡ nước 1 bát



Giò Five star các loại

V/ CÔNG THỨC KHÁNH HƯƠNG SÀI GÒN:

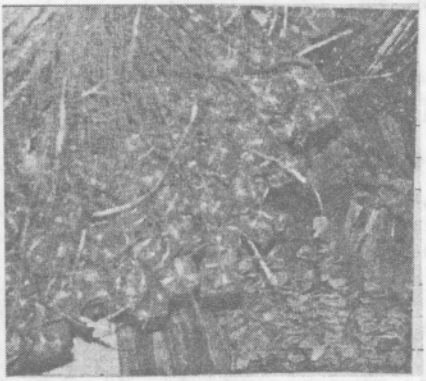
- Lỗ tai heo	1kg	- Lỗ mũi heo	1kg
- Thịt gò má pha	1kg	- Thịt nạc heo (thăn)	1kg
- mỡ nước	1 chén	- nấm mèo	10 tai
- muối rang	3 muỗng	- đường cát	50gr
- tiêu hạt	2 muỗng	- tiêu xay	2 muỗng
- củ hành tím	100gr	- tỏi tép	5 tép
- nước mắm nhĩ	1 bát	- bột mì	1/2 bát
- một tí phèn chua		- thuốc tiêu mặn	1 muỗng

VI/ CÔNG THỨC BÀ CẢ TUYÊN - HÀ NỘI:

- Tôi vừa mới lục lọi trong tủ sách xưa, nói lại Bà Cả Tuyên là ngươi ở phố Hàng Trống Hà Nội, dạo trước năm 1930 nổi tiếng sản xuất giò chả, nay tôi ghi lại công thức này nhưng vẫn xin gia tộc của bà còn lại thứ lỗi cho vì không liên hệ trước.

- Lỗ tai heo muối thẩm	1 cân	- Lỗ mũi heo tươi	1 cân
- gò má heo tươi	1 cân	- Lưỡi heo tươi	1 cân
- gan heo	1 lạng	- thịt bò pha mỏng	nửa cân
- mỡ heo (mỡ nước)	1 bát	- mộc nhĩ	6 tai
- nấm hương	6 tai	- tiêu hạt	2 muỗng
- tiêu xay	2 muỗng	- muối rang	2 muỗng
- đường xay	2 muỗng	- bột đậu phụng rang	2 muỗng
- cũ hành tím	10 củ	- tỏi tép	6 tép
- phèn chua	1 muỗng		

NEM CHUA



Nem Lai Vung đặc sản của Sa Đéc

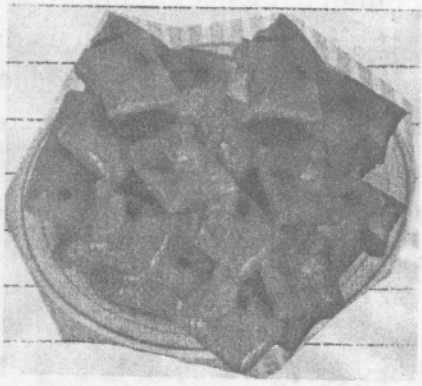
Trong các loại thực phẩm dưới dạng đồ nguội của Việt Nam, nem chua là một trong những món ăn nhanh hết sức đặc biệt. Đó là nhờ công việc lên men tự nhiên theo phương thức cổ truyền từ thịt sống. Quá trình lên men này nếu ta chỉ quan sát một cách phiến diện thì người ta có thể cho rằng chúng ta "ăn thịt sống" vì rõ ràng là thịt gói nem không qua một nấu nướng nào cả. Nhưng theo chuyên môn thì đây là một hình thức làm chín thực phẩm tự nhiên bằng men tự phát dựa vào các yếu tố làm khuyếch tán sớ thịt bằng cách áp chế qua dạng quết, hay nói một cách đơn thuần là nhờ dạng quết này, lực áp chế sẽ tạo nhiệt trực tiếp dù rằng không đủ nóng để làm cho thịt chín nhưng cũng làm cho thịt ấm áp lên nhờ nhiệt lực cộng với vài gia vị có tính cay, nóng, sát khuẩn tự nhiên như tiêu, tỏi, ớt hâm nóng song song rồi được gói kín bằng lá để hảo khí tương tác mà dần dần chín. Hảo khí này đặc biệt không tương tác trực diện vì còn phải bị lọc qua các lớp lá dạng mỏng láng sớ ngang như lá vông, lá chùm ruột... và dạng khác là loại mặt láng sọc bên trong và mặt nhám bên ngoài, người ta kết liệu cho dầy lên để nhiệt tự nhiên phát mà tính hảo khí bên trong bị nén, dần dần lên men tự chín lấy.

Chúng ta phải hết sức thán phục ông bà tổ tiên mình

rằng vào thời xa xưa, họ chẳng hề qua một trường lớp chính qui nào để dạy cách lên men ủ tự nhiên như thế, mà qua kinh nghiệm cổ truyền đã để lại cho con cháu đời sau một nền tảng chuyên môn khó tách rời khoa học như ngày nay.

Ở miền Nam từ xa xưa cho tới nay có rất nhiều tên nem được lưu truyền như giai thoại. Nếu ai có về miền Tây, miền sông nước trù phú bao la đều phải qua Mỹ Thuận, mà hễ đến phà Mỹ Thuận thì đều nghe danh tiếng nem Lai Vung, ngày nay tuy không còn phà nữa, nhưng nem Lai Vung vẫn ngược xuôi ở hai đầu cầu dây văng, hoặc phía Tiền Giang hoặc Sa Đéc, Vĩnh Long, Cần Thơ. Có lẽ ít ai quên câu vọng cổ của người mù già trên bến phà Mỹ Thuận năm nào... "Mỹ Thuận chiều nay mưa sầu trên bến bắc, Tay xách xâu nem mà lòng quặn thắt muôn chiều... Lai Vung ơi tên em quá mỹ miều".

Còn nếu ai có đi Thủ Dầu Một, cái tên nem Lái Thiêu cũng không hề xa lạ với người miền Đông Nam Bộ, nhất là những ngày cuối tuần, du khách thành phố về Lái Thiêu, chợ Búng ăn tô bún lá với chén nước mắm đặc vị tỏi ớt của xứ sở sơn mài này chan lên những thanh nem có nhiều thính cắt tư, cắt sáu thì mấy ai quên câu thơ tỏ tình của chàng trai xách xâu nem trở về thành phố làm quà.



Một đĩa nem chua trần trông thật bắt mắt

Thương em anh ghé đò chiều

Để nghe tiếng quết thật đều giã nem

Lái Thiêu ơi! hỡi người em!...

Đò sang tay xách xâu nem thêm buồn

Rồi có nem Thủ Đức có hương vị nem trần của xứ Huế mộng mơ, tuy đã cải tiến cho Nam hóa một chút nhưng cũng không mất đi nét đặc trưng của miền Thần Kinh xa xôi.

Xứ Thủ Đức năm canh thức đủ...

Các đặc sản nem khác như Long Thành, nem Cà Naom, nem A chế ở Sóc Trăng, nem Ông Mập, nem Bà Tám Tàng, nem Bà Chín, và hàng trăm địa danh khác có làm nem, có mang hương vị của quê hương muôn màu, muôn vẻ...

Sau đây tôi xin hướng dẫn các bạn vài công thức làm nem của những vùng nổi tiếng:

CÁC CÔNG THỨC GÓI NEM

I/ CÔNG THỨC NEM LAI VUNG SA ĐÉC: Đây là công thức của Lò Tư Thân. Theo cô Tư Thân thì ngày nay nội Sa Đéc lan tận Vĩnh Long có cả trăm cách ốp nem khác nhau, nhưng công thức chính vẫn là công thức của "Bà Sáu Trời cho", danh từ riêng của người đặc chế ra Nem Lai Vung gốc, gọi là ốp nem báng có cả trăm năm nay.

1/ Thành phần gồm:

- Thịt	2 ký 200gr	- Da heo	1 ký 300 gr
- Mỡ thịt	200gr	- mỡ nước	500gr

- Tỏi củ	150 gr	- Hành tím	50gr
- Muối rang	70gr	- Bột ngọt	2 muỗng canh
- Ớt hiểm trái	10 trái	- Tiêu sọ hột	50gr
- Đường cát trắng	300gr	- phẩm màu đỏ	1/4 muỗng cà phê
- Lá vông nem	2 ký lô	- Lá chuối	5 ký lô

- Lạt chẻ hoặc dây kiếng nylon có bán ở chợ.

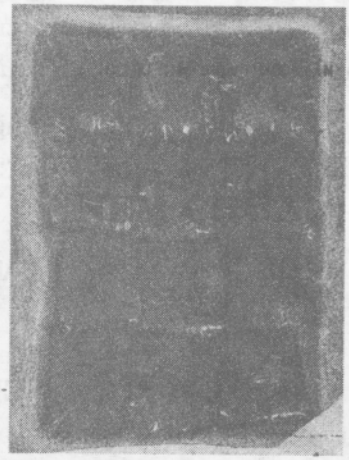
2/ Cách làm: bước 1 chuẩn bị sẵn

(-) Thịt lóc bỏ gân và mỡ bạc nhạc, đem xắt từng lát mỏng chiều dài độ 3cm hay hơn một chút, ngang độ 2cm dầy 5 ly.

(-) Lấy 50gr tỏi lột vỏ, giã nhuyễn.

(-) Da heo luộc chín tới, lạng mỏng dăm và dùng dao mỏng xắt sợi như cọng bì ngoài chợ (cỡ sợi bún tàu là tốt)

(-) Mỡ thịt đem đi luộc xắt nhỏ như hạt lựu xong đem đi ướp với 5 muỗng đường cát khô rồi đêm đi phơi nắng để mỡ được trong.



Nem thời công nghiệp đóng gói bán tại siêu thị

(-) Mỡ nước đem đi phi với hành tỏi băm nhỏ cho thật thơm, phi xong để nguội.

(-) Tỏi còn lại xắt lát mỏng, ớt hiểm cũng bào mỏng theo kiểu xắt xéo (như xắt lạp xưởng) - Tiêu hột rang sơ để nguyên.

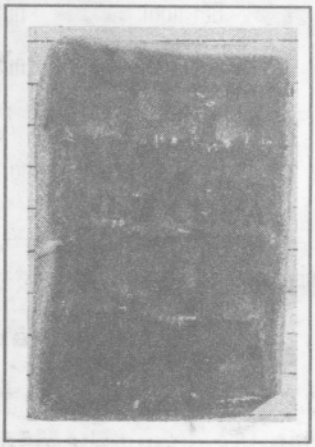
3/ Cách làm bước 2 sơ chế:

- Thịt đã lóc gân xắt mỏng đem bỏ vào cối quết cùng với 50gr tỏi lột, quết cho tới nhừ xong bỏ đường, muối rang xay mịn, bột ngọt, và phẩm màu vào rồi quếch tiếp trong vòng 20 phút cho đều tay, tới khi nào lên nước bóng là được, đem bỏ hỗn hợp này vào một cái việm sành hay thau để ủ, lấy vải mùng trùm lại để tránh muỗi mòng, bụi bặm rơi vào. Thời gian ủ độ 20 phút.

4/ Cách làm bước 3 chế biến:

Lột vải mùng ra, dùng tay nhồi hỗn hợp trong việm cho mạnh tay sau đó trộn mỡ xắt hạt lựu vào và nhồi tiếp cho đều, lúc nhồi nhớ rưới mỡ nước phi hành tỏi vào đều đều tay. Sau cùng là đổ da heo xắt sợi vào, tiếp tục nhồi cho đều xong nắn lại thành viên.

5/ Cách làm bước 4 gói nem:



Lấy lá vông nem (hoặc lá chùm ruột) đặt lên bàn tay trái, xong lấy viên nem bỏ lên, nhét tiêu hột lún vào viên nem (mỗi trái nem độ 3 hột, có nơi chỉ làm 1 hột) một lát ớt và một lát tỏi mỏng đặt nằm lên trên xong nắn vuông trái nem mà gói thật chắc, cuối cùng lấy lá chuối cuộn một vòng lá cho đẹp mắt rồi xếp lá cở bốn phân ngang làm 3 lớp cuộn một vòng chữ thập nữa mới lấy dây lạt cột trái nem lại, ta đánh chéo một vòng dây cột nem chừa dư một cọng dài cho mỗi trái để xâu cho gọn. Xâu theo chục xong đem treo trong vòng 2 đến 3 ngày là đem đi bán hoặc bỏ mối được.

II/ CÔNG THỨC NEM LÁI THIÊU THỦ DẦU MỘT

Công thức này do cô Sáu Lá, cháu là Bảy Đởm ở Viện Câm điếc Lái Thiêu truyền lại, đây là món nem gia truyền đã có hơn hai trăm năm, gốc gác chính yếu là miệt Tân Khánh, xứ võ thuật nổi tiếng của miền Tây Nam bộ.

1/ Bước 1 công thức toàn bộ:

- Thịt nạc còn nóng không được rửa nước mà phải dùng bông để thấm máu tươi (trọng lượng làm chuẩn) 1 kí lô

- Mỡ thịt	200gr	- Da heo	500 gr
- Thính rang	5 muỗng canh	- Ớt hiểm bỏ hột mỗi trái một quả	
- Tiêu hột đen	mỗi trái nem	2 hột	
- Tỏi tép nhỏ	4,5 củ	- Thuốc tiêu mặn	1 muỗng cà phê
- Đường tán	1 cục	- đường cát	1 muỗng canh
- Bột ngọt	nửa muỗng canh	- muối rang	2 muỗng canh
- Men rượu viên	nửa viên	- Lá chùm ruột, lá vông nem	

- Lá chuối, dây lát

- Chậu, việm, nia, tràng, giá móc...

(đặc biệt nem Lái Thiêu không dùng phẩm đỏ, mà lại có thêm thính)

2/ Bước 2 chuẩn bị sẵn:

(-) Thịt nạc xắt xuôi theo sớ dọc xong ướp muối cho thật đều lấy đường thẻ đâm cho nát ra trộn chung thuốc tiêu muối và bột ngọt rắc vào thịt, dùng tay nhồi đều cho màu thịt đỏ ửng lên. Sau đó vo nguyên cục bỏ vào việm ủ trong vòng 5 giờ đồng hồ, nhớ đậy vải mùng lên miệng việm cho kín. Sau 5 giờ đem ra

vắt cho ráo nước, bỏ vào cối quết cho đều, lúc quết nhớ lấy khoảng chục tép tỏi nướng lên lửa than cho vàng rồi bỏ vào thịt quết chung. Quết xong múc tất cả ra việm đậy vải trở lại ủ tiếp 1 giờ.

(-) Da heo làm sạch cho ráo khô rồi hấp cách thủy cho tái sau đó lấy ít mỡ nước bỏ vào chảo, áp chảo hai mặt mỗi mặt 3 phút cho dòn dai, xong đem ra để còn ấm xắt sợi bún tàu, bì không dài quá 5cm, xắt xong trang ra nia cho rời đừng bện cục.

(-) Thính rang còn hạt gạo đâm cho nhuyễn làm thính cám vốc trộn vào bì một nửa cho đều, nửa còn lại chừa đó.

(-) Mỡ thịt đem luộc cho vừa sôi tim (mắt cua) thì vớt ra lấy dao mỏng xắt hột lựu trộn với đường cát xốc cho đều rồi trộn chung với thuốc tiêu mặn còn lại cũng thật đều sau đó đem đi phơi nắng độ vài ba giờ cho viên mỡ thấy trong như mứt bí đao là tốt.

(-) Tỏi đập dập từng tép cũng được, để nguyên tép nhỏ cũng được mà xắt thành lát chéo mỏng cũng được.

3/ Bước 3: Thực hiện:

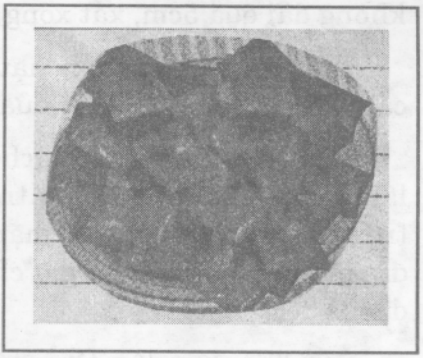
Thịt nạc sau khi quết nhừ xong cho vào một thau rộng trải qua cho đều, đổ da heo đã xắt trộn thính, mỡ heo đã phơi vào chung rồi rắc thính còn lại, xong lấy tay nhào cho kỹ và trộn thật đều sau đó mới vo nắn thành viên. Vóc dáng nem Lái Thiêu thường vo vuông và to hơn nem Lai Vung.

Lấy lá chùm ruột non để trên lá vông nem xong lấy viên nem đã vo đặt lên trên, nắn lại cho đẹp kế đó bỏ lên trên một trái ớt hiểm, 2 hột tiêu ấn lún một nữa, 1 miếng tỏi đập dập hoặc xắt lát và gói lại cho đẹp.

Lấy lá chuối xếp xuôi 3 phân gấp làm 3 cuộn gói nem vông sau đó lấy lá chuối xếp dọc 4 phân gấp làm 3 cuộn bọc bên ngoài lấy lạt buộc chặt, đánh đầu dây để xâu nem thành chùm

và treo lên giá treo độ 2 ngày là bán được. Vì nem Lái Thiêu có thính nên mau chua hơn nem Lai Vung.

PHẦN PHỤ LỤC:



Do tùy vùng làm nem, người ta đánh xâu nem cũng tính theo lối cổ truyền của dân địa phương. Ở nhiều nơi còn có lệ đưa ra xâu nem theo số chẵn, nhưng có nơi thì chục nem phải "có đầu" thí dụ:

(-) chục mười gọi là chục trơn, chục hòn đúng 10 chiếc một xâu.

(-) chục đầu đôi là chục mười hai trái, đây là chục thông dụng khắp nơi hiện nay.

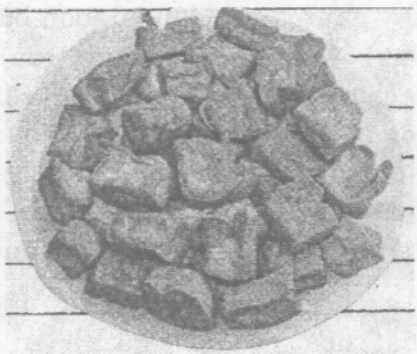
(-) chục đầu cặp 14 trái một xâu

(-) chục đầu lép 16 trái một xâu

(-) chục đẻ đầu 18 trái một xâu

ĐẬU HỦ (ĐẬU PHỤ)

Trong các sản phẩm được chế biến từ đậu nành, có một loại thức ăn rất thú vị, ngon miệng, bổ dưỡng không kém các loại động vật bổ dưỡng cao, đó là Đậu Hủ.



Một đĩa đậu hủ xắt miếng chiên giòn, chấm với mắm tôm chanh ăn thì thật là hết biết.

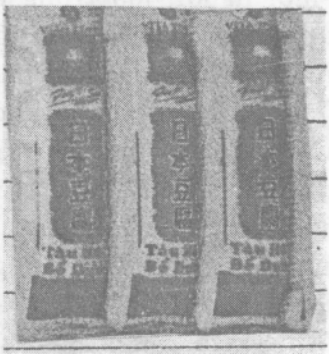
Khởi nguồn từ Trung Quốc, dù rằng đậu nành đến xứ này chưa lâu nhưng họ đã mau chóng chế biến thành các món ăn hạp khẩu vị mọi người, mà trong đó đa phần là Đậu Hủ, họ tôn vinh là bố của các loại đậu, gọi là Đậu phụ, do đó không có gì lạ nếu ta thấy bày lên bàn những bữa ăn hàng ngày, gia đình nào cũng có đậu hủ ít nhất là một món. Chùa Thiếu Lâm gọi đậu phụ là Nhục bất cốt tức là thịt không xương, một số tiểu sư phụ đã gọi khôi hài là Thánh tăng nhục (Thịt Tam Tạng), vì theo Tây du ký, các ma, quỷ đều coi thịt Tam Tạng là Trường sinh bất tử mà. Như thế ta cũng đủ biết họ xem đậu hủ là quý đến dường nào.

Đậu hủ khi còn để tươi thì có màu sữa trinh trắng, khi chế biến rồi thì chuyển sang những màu thích nghi với sự ngâm tẩm của các bà nội trợ, chẳng hạn như chiên giòn sẽ chuyển sang màu vàng ánh rất đẹp mắt và hấp dẫn, (ảnh trên).

Các nhà sư chùa Thiếu Lâm là phát kiến đầu tiên loại nhục bất cốt này, do một vị Lão sư phụ hàng Độ đã thực hiện cùng các trai tăng trong một chiều thu hoạch đậu nành trồng quanh núi Thiếu Thất. Lão sư gọi nó là "Não dưỡng kim thái"

tức món ăn bổ dưỡng não quý như vàng, cho nên khi du khách viếng Tung Sơn, thăm chùa Thiếu Lâm, lúc ngang qua trai đàn, hình ảnh các nhà sư đang vốc bát đồ ăn toàn là đậu hủ, hoặc khi nhìn lên "Phổ thực trai giới nhật" của các võ tăng, ta đều thấy ghi toàn là đậu hủ, bốn bữa ăn gồm điểm vị (ăn nhẹ buổi sáng) - Ngọ (ăn bữa chánh trựa) - chuyển (ăn đơn sơ buổi chiều) và chung (uống sữa đậu buổi tối trước khi đi ngủ) dù họ chỉ có một bữa chánh giữa trưa, nhưng người nào người nấy mạnh khỏe, to lớn lạ thường, khi hỏi thì họ nói chỉ ăn rau đậu và 50% đồ ăn là đậu hủ, một thông tin cho các bạn nữa là ở Núi Thiếu Thất còn có cả chè đậu hủ, bánh đậu hủ và kẹo đậu hủ nữa...!

Quay sang một số dân tộc khác chung quanh như Hàn, Nhật, hoặc các nước quanh Ấn Độ, Hy Mã lạp sơn, cho tới các nước Đông Nam Á, đâu đâu ta cũng thấy có đậu hũ bày biện trong các quán ăn, cao lâu, nhà hàng với cách chế biến hết sức hoa mỹ và nhiều hương vị, màu sắc lôi cuốn thực khách. Ở Philippin có món Ba Tam rang gồm đậu hủ miếng tròn, nhồi thịt bò và gan bằm với một lát phó mát chua, cà và vài cọng ngò cần prati, giống như miếng Hamburger có xối sốt vậy. Qua Indonésia, người ta độn thịt gà xé vào đậu hủ, một cọng hành đốp ớt sa tế chua và kem sữa sau đó hấp cho chín gọi là món Thratxa, hay đến Thái Lan, thấy người ta ăn đậu hủ hấp chấm nước sa tế ớt gừng và thịt gà sốt cay gọi là món gộp - Bràbạt. Lào là một nước nhỏ cạnh ta, cũng có món đậu hủ ăn với thịt vịt ram gọi là món Nuộng, hay Campuchia cũng vậy. Nếu ta tới khu phía Nam chợ Olympic, có quán cơm lá sen của cô giáo Mpheng, có món đậu hủ bên trong

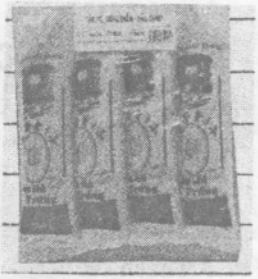


Đậu hủ bổ dưỡng đóng gói bán tại các siêu thị

nhồi thịt bằm với nấm, trứng - bên ngoài rạch dọc muối sả ớt cà ri chiên giòn, mà ai cũng khoái cầm ra đường ăn bằng miếng lá chuối khô, cô giáo già Mpheng đặt tên nó là bara Lạp. (bara là cái dù, lạp là ăn khô) để nhớ lại thuở còn Hoàng gia, cô bé nữ sinh trường Régina đói bụng cầm dù che dưới mưa, ăn bánh bột chiên giòn năm nào đầy kỷ niệm...

Người Pháp đến Đông Đương, sau khi ăn Đậu hủ đều ngợi khen là phó mát phương Đông Orientale Fromage (Orient Cheese).

Còn ở nước ta thì sao? Vâng! Cái nôi của đậu nành thì đậu hủ là món ăn có nhiều ý nghĩa nhất. Trừ các món đơn giản như đậu phụ chấm mắm tôm chanh của miền Bắc hoặc đậu hủ sống (đậu miếng chưa chiên) chấm nước mắm kho quẹt của miền đồng bằng sông Cửu Long khá thông dụng, thì còn hàng trăm món khác được chế biến từ đậu mà nếu muốn kể ra hết có lẽ phải mất cả trăm trang giấy. Trong các món có đậu hủ chiếm lĩnh thì phần nhiều là đồ ăn chay, hiện nay theo tổng hợp hơn bảy trăm món ăn chay thì đã có không dưới bốn trăm món có dính dấp tới đậu hũ rồi. Còn các món ăn mặn làm chung với đậu hủ thì vô số, nếu kể đơn món cũng cả trăm như hũ nhồi thịt hầm, hấp, chiên, rán nướng, hoặc hũ muối sả ớt chiên, hũ kho tương thịt ba rọi, hũ chấy mắm ruốc đậu phọng, còn như đậu hủ nấu kèm với các loại khác thì không đếm xuể, canh bún, lẩu tạp dề, ốc bung, bún riêu, canh cổ lổ chành, xổi khọ xì thón, canh hồ lô, canh lốc cốc tử gồm đậu hủ, cà chua, dọc hành, trứng đập nêm nếm làm nước chan nuốt cho trôi của những thợ đá ngày xưa ở quê tôi cũng có...



Đậu hủ trứng công nghiệp

Một số người cứ quan niệm rằng, hễ ăn đậu hũ thì hơi hám tới tu hành, bỏ lìa thế tục khi có các người nhạo báng bè bạn - *Nó ăn đậu hủ tương tàu*

Mài dao, dũa kéo gọt đầu đi tu...

Thật là câu nhạo sai lầm, vì đậu hủ ngày này được coi như món ăn bổ dưỡng đa dạng, không bị cholesterol, chống lão hóa, ngăn ngừa vài trường hợp ung thư, tiểu đường... đo đó chay hay mặn gì ăn cũng đều tốt cả.

Qua phân tích của viện công nghiệp thực phẩm Quế Châu ở Trung Quốc, trong đậu hũ tươi vừa hình thành, có 37,6% protid 9,2% nước - 14,7% glucid - lipid và stearon cô đọng 18,22% các khoáng bổ khuyết 4,46%, Lécitin 2,3% cùng các sắc tố vàng, các tiền sinh tố và sinh tố A, B_1, B_2, D...

CÁC CÔNG THỨC LÀM ĐẬU HỦ

I/ CỔ ĐẾ ĐẬU PHỤ KHÍ THỰC - CÔNG THỨC CHÙA THIẾU LÂM

- Đậu nành	10kg	- Nước sạch	80 lít
- Thạch cao	100gr	- Bột huỳnh tinh	100gr
- Muối	20gr	- Diêm tiêu	20gr

a/ Chuẩn bị: Một miếng vải thưa mỏng, thật sạch có thể lấy vải mùng, một bàn ép bằng ván có nhiều lỗ nhỏ để nước thoát ra dễ dàng, cối đá quay tay (hay cối xay môtơ) các dụng cụ đựng...

b/ Chế biến:

(-) Ngâm đậu nành trong nước quậy với 20gr muối thời gian 2 giờ cho mềm hạt, sau đó đưa vào cối xay, vừa xay vừa chế nước để bồng lại bằng bồng bột mì, nhồi ép mạnh tay để lấy

dịch sữa đặc lại, khi sữa chưa đông thì bỏ diêm tiêu vào khuấy cho đều khi thật sự đặc lại mới cho thạch cao và huỳnh tinh vào trộn thật đều, cuối cùng đổ hỗn hợp vào khuôn gỗ đã lót vải ở dưới và chung quanh, rót xong lấy vải phủ lên trên rồi dùng bàn ép bằng ván, ép nhẹ dần để nước thoát ra các lỗ đục trên thành khuôn, vài giờ sau đậu sẽ đông chắc lại.

(-) Sau khi đậu đông nên để độ nữa giờ đồng hồ cho thật chín mới túm mí vải dưới hông kéo ra khỏi khuôn ép mới cắt miếng theo khổ đã định rồi sắp ra lá chuối.



Đậu hủ cay sốt gia vị Tứ Xuyên bán tại siêu thị VN rất mắc.

c/ Bảo quản: tuy là món ăn ngay nhưng việc bảo quản cũng phải triệt để nếu chế biến thành thực phẩm ăn ngay thì nên để trong nhiệt độ từ 5°C tới 16°C, còn chế biến công nghiệp phụ như làm chao, làm đậu hủ muối thì cần trữ lạnh từ 5°C tới 1°C.

II/ CỔ DUỆ HƯƠNG CẢNG ĐẬU PHỤ - CÔNG THỨC HỒNG KÔNG

- Đậu nành	10kg	- nước sạch	70 lít
- Thạch cao	100gr	- Bột năng	150gr
- Bột mì số 11	150gr	- Bột đậu phọng xay	150gr
- Muối trắng	20gr	- đường cát	30gr
- Diêm tiêu	20gr	- 1 chút sữa bò tươi	200ml

Cách làm: Các chuẩn bị và vật dụng chế biến hệt như công thức của chùa Thiếu Lâm, riêng các phụ gia hỗ trợ có hơi khác một chút là: - bột năng, bột mì, bột đậu phọng trộn vào nước đậu ép đánh đều.

- Muối khoáng trong nước xay với đậu lấy nước ép dịch sữa.

- Sữa bò tươi khuấy diêm tiêu, đường cát tiêm vào lúc gần đông.

- Thạch cao gia vào lúc gần đông cho đặc dịch đậu thành đậu.

III/ CÔNG THỨC ĐẬU HỦ MỄ XƯƠNG CỦA ĐÀI LOAN:

- Đậu nành	10kg	- nước sạch	80 lít
- gạo xay lấy nước gạo	3kg	- bột đậu xanh	200gr
- muối trắng	20gr	- đường cát	20gr
- Diêm tiêu	20gr	- thạch cao	120gr

IV/ CÔNG THỨC ĐẬU HỦ THÁI HÀNG CỦA TRUNG QUỐC

- Đậu nành	10kg	- Đậu xăng ma	1kg
- Gạo dẻo	2kg	- Đậu phộng xay	1kg
- Nước	100 lít	- muối trắng	30gr
- đường	50gr	- thạch cao	150gr
- giấm chua	3 muỗng	- diêm tiêu	20gr

V/ CÔNG THỨC PHỤNG NGHI CỦA SINGAPORE:

- Đậu nành	10kg	- Đậu xanh	1kg
- Đậu phọng rang xay	1kg	- nước sạch	80 lít
- Sữa bò tươi	1 lít	- muối	50gr
- Đường	50gr	- Diêm tiêu	4 muỗng
- Thạch cao	150gr	- giấm	3 muỗng

VI/ CÔNG THỨC ĐƠN GIẢN CỦA VIỆT NAM:

- Đậu nành	10kg	- nước	80 lít

và giấm: không cân lượng.

Ta cứ ngâm đậu nành rồi xay cùng nước chiết sữa, ép thành dịch sữa, sau đó cứ 1 lít sữa cho vào 2 muỗng giấm, để cô đông lại cũng thành đậu hủ, nhưng có mùi chua của acid acetic.

Phụ liệu món: TÀU HỦ NƯỚC ĐƯỜNG GỪNG

I/ LÀM TÀU HỦ (ĐẬU HỦ VÁNG HOẶC ĐẬU HỦ HOA):

- Đậu nành hột	3 kí lô	- Nước lạnh	30 lít
- Bột năng	1 kí lô	- Thạch cao phi	5 muỗng cà phê

Cách làm tàu hủ:

- Ngâm đậu trong vòng 4 giờ tới 5 giờ cho đậu mềm, gút ra chà vỏ, bỏ các vỏ đã tách ra, rửa sạch.

- Cho đậu vào 1 thau lớn và 20 lít nước, lấy từng muỗng đậu có nước bỏ qua cối xay, hứng cả nước lẫn xác.

- Đổ thêm 10 lít nước còn lại vào, dùng bồng bột mì hứng túm lại gọn, bỏ cả bồng vào 1 chậu thau, sau đó nhồi thật nhiều để chiết dịch sữa, dùng khăn vải vắt lấy nước sữa bỏ bả (bả dùng làmbánh cũng được).

- Múc ra riêng 2 lít sữa để trộn lỏng với bột năng và thạch cao phi, quậy thật đều, lượt lại một lần nữa với vải phin.

- Toàn bộ sữa còn lại đem nhắc lên bếp bỏ lửa không bùng quá nấu cho sôi lên vài dạo rồi quậy thật đều, nếu có váng bột thì hớt bột váng bỏ ra.

- Trút sữa nấu sôi vào chậu thau có thạch cao và bột năng, lấy đũa khuấy đều rồi đậy nắp chờ đông đặc.

- Đã thành đậu váng (đậu hũ hoa)

II/ LÀM NƯỚC ĐƯỜNG:

- Đường thẻ, đường móng trâu	500gr
- Nước sạch	1 lít
- Củ gừng	100gr
- Dừa khô vắt lấy nước cốt, khuấy tí bột năng	1 lít.

Cách làm nước gừng:

- Lấy đường vạc mỏng, nấu với nước sôi lỏng đường ra, lấy vải lượt sạch đem nấu nước này, nhớ hớt bọt cho đều.

- Lấy gừng gọt vỏ xắt lát đập dập đẻ vào đường nóng.

- Nước cốt dừa khuấy trên bếp cho chín, khi ăn thì dội lên trên.

BÁNH BAO

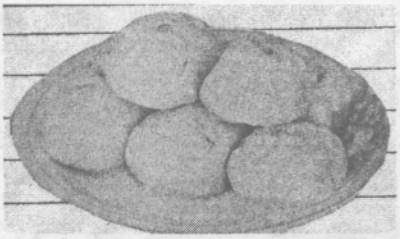


Bánh bao, thức ăn nhanh của người Hoa

Nói đến bánh bao thì ta khẳng định nó là món ăn chính của người Trung Quốc. Khi xem phim Tàu, nhất là phim Hồng Kông, ta hay nghe họ gọi một loại bánh quen thuộc là Màn Thầu, vài vị thuộc hàng học thức thì gọi đúng ngữ là "Mìn páo". Đây là một loại bánh hấp làm bằng vỏ bột, có loại chứa một cục nhân hỗn hợp bên trong, có loại thì chứa một thứ kem ngọt có mùi thơm sữa mà họ gọilà "cadé",

còn màn thầu thì là bánh chỉ làm bằng bột đặc ruột dùng để ăn với thịt vịt quay, heo quay, xá xíu, xíu mại hoặc các loại thực phẩm đơn thuần hàng ngày.

Chẳng biết nó có từ thời nào, sử gia Trung Quốc nói chung chung có tính thần thoại là của "Bà nữ Oa đội đá vá trời" ban cho. Còn bà con người Hoa ở Chợ Lớn khi được tôi hỏi thì họ trả lời sau nụ cười "bí hiểm"... "Hò ló có từ cái thùi ung pìn tổ lặn há!"



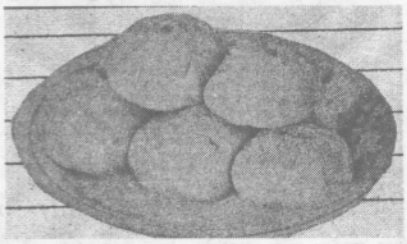
Một đĩa bánh bao Quảng Đông

Đọc hầu hết các chuyện Tàu, ta đều thấy có hơi hướm của loại bánh bao này. Tỉ như ở chuyện Tam Quốc chí kể lại lúc ba anh em Lưu Quan Trương vào Ngọa Long Cương lần thứ hai thấy các ẩn sĩ như Thôi Châu Bình, Thạch Quảng Nguyên, Mạnh Công Vy và Tư Mã Đức Tháo ngồi... mần mìn páo mà chiêu rượu điền dã... Rồi tới chuyện Tần Thủy Hoàng có kể chuyện Thái tử Phù Tô bị vua cha giận phạt lên phía bắc sung quân để giám sát Mông Điềm tướng quân, lúc chuẩn bị lên đường thì một vệ úy thương mến trao cho một túi màn thầu đầy nhóc để đi vạn dặm đường còn có cái để mà ăn. Cũng như đọc truyện Đường Tam Tạng đi thỉnh kinh, ngày nọ phải băng qua sa mạc Gôbi đầy nắng gió, bị hết lương thảo, tình cờ gặp một cái ao nước trong như gương, ông vục đầu xuống uống no nê, tinh thần sảng khoái tiếp tục đi dọc miền Taxila thượng lưu sông Hằng, đang đi ngon lành bỗng ông gặp một bọn lạ mặt bao vây trói gô lại và xi lô xi lào việc họ sẽ đem ông đi lấy máu tế thần trên sông Hằng. Trời đổ giông, sấm sét vang trời, có một vị tế lễ đến bảo đám người này đã đụng tới "con

trời" nên trời giận, bọn họ lật đật cởi trói và quỳ lạy rồi dâng bánh xá lạp cho Đường Tăng ăn, hết sảng hồn ông ăn vội vã mấy cái xá lạp mà nhớ tới màn thầu ở quê nhà... Cũng thời Đường, thi sĩ Hàn ốc đã so sánh "bánh bao" của các thiếu nữ và bánh bao của lò màn thầu... "phấn trứ lan hung tuyết áp mai, tương nhật nguyệt thực phương áp khẩu".

Nói tóm lại thì bánh bao có rất lâu, và cho tới ngày nay qua bao nhiêu xoay vần biến đổi, nó đã được hoàn tất bằng một hành trình hoàn mỹ, nhiều vị, nhiều hương, nhiều ý nghĩa khácnhau.

Hôm nay tôi mạn phép đưa ra một vài công thức và cách làm các loại bánh bao thông dụng, với thành phần nguyên liệu không khó tìm, dễ làm để cho ra những chiếc bánh bao ngon lạ, đẹp mắt như ảnh bên đây, giúp các bạn có thêm những nguồn thu nhập ổn định.



Những chiếc bánh bao trông thật xinh xắn

A/ CÁCH THỨC LÀM VỎ BỘT BÁNH MẶN:

1/ Công thức Tôchâu (vỏ)

- Bột mì khoảng	2 kí lô	- đường xay mịn	500gr
- Dầu ăn	5 muỗng canh	- nước ấm 40°C	1 tô lớn
- bột khai	3 muỗng cà phê	- nước cốt chanh	3 muỗng

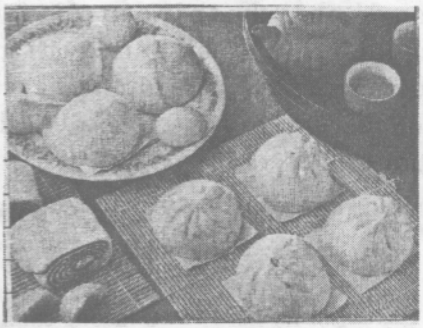
** Sơ chế:* Lấy chén vắt nước chanh vào, gạn bỏ cái và hạt cho sạch xong bỏ bột khai vào rồi đánh cho tan ra.

- Lấy thau nhôm rộng miệng hoặc việm sành, dùng rây bắt đầu rây bột mì xuống cho mịn, rây xong hết bột ta bang ra

một lỗ ở giữa đống bột như xấn hồ để trộn, có lỗ rồi bạn đổ chén nước chanh có bột khai vào để cho sùi một lát.

- Lấy đường cát bỏ vào một chén khác đổ nước vào rồi khuấy cho tan ra, đổ vào bột.

- Dầu ăn tiếp tục đổ vào xong lấy tay trộn đều, sau khi bột đã ướt đều, nó có vo cục thì bóp cho tơi ra rồi trộn tiếp trong vòng 5 phút, kế đó lấy một cái thớt hoặc một bàn sạch, phất một ít bột khô lên và đưa cục bột ra bắt đầu nhồi, đập trong vòng 25 phút đến 30 phút, tới khi nào bột không dính lềnh vào tay là được. Lấy một cái khăn bỏ cục bột vào, túm lại ủ trong vòng 3 giờ đến 4 giờ.



Các loại bánh bao đặc sản Hoa

- Cắt từng cục bột cỡ quả trứng gà để chuẩn bị nắn vỏ bánh.

2/ Công thức vỏ bánh Hoài Nam:

- Bột mì	1 ký rưỡi,	- Đường	300gr
- Đường xay bột mịn	3 muỗng canh	- Nước lạnh	50cl
- Bột nở nổi	3 muỗng café	- Nước ấm	20cl
- Bột khai	3 muỗng café	- Mỡ heo (mỡ nước)	5 muỗng canh

** Sơ chế:*

- Lấy 3 muỗng cà phê bột khai bỏ vào một cái chén rộng miệng, đổ 20 cl nước ấm vào rồi bỏ ba muỗng canh đường bột mịn khuấy thật đều cho tới khi bột nổi nở lớn ra trong chén.

- Cho toàn bộ phần đã làm vào một chiếc tô lớn sau đó cho mỡ nước vào cùng với nước lạnh, khuấy cho tan đều cả bột nổi nở, đường vàbột.

- Lấy mộtcái việm sành hoặc thau rộng miệng đổ tất cả hỗn hợp trên vào việm rồi dùng rây múc bột mì rây cho đều tay, sau đó nhồi cho thật đều rồi vít cục bột ra mặt bàn, lấy tay nhồi tiếp, nếu như có bị dính tay thì nhớ rắc một ít bộ cho đừng dính, cuối cùng lấy khăn túm lại ủ trong vòng 2 giờ đồng hồ khi nào bột nở đã làm nổi cao gấp đôi là chuẩn bị nặn vỏ bánh để bọc ruột.

3/ Công thức Hồng Kông (vỏ)

- Bột mì	2 ký	- Đường	350gr
- Bột nở nổi	3 muỗng canh	- Nước lạnh	1 tô.
- Bột khai	2 muỗng càphê	- Nước nóng	1 chén
- Trần bì sao tán nhuyễn	1 muỗng càphê	- Mỡ heo (nước)	1 chén
- Đường xay mịn	2 muỗng càphê	- Muối rang	1 muỗng

** Sơ chế:*

- Lấy nước nóng đổ bột trần bì tán nhuyễn vào trước rồi đổ bột khai, bột nở nổi cùng đường xay vào một cái tô lớn, đánh cho nổi bọt lên để trong mát.

- Đường cát khuấy trong nước lạnh, một muỗng cà phê muối khuấy cho tan đường ra rồi đổ vào cái tô tượng sau đó đổ hỗn hợp bên trên vào khuấy chung cho tới khi nở tương gấp hai rưỡi.

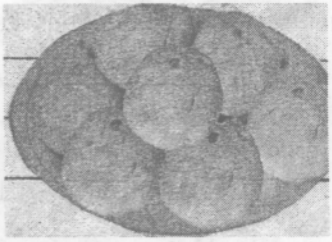
- Cho vào cái việm lớn, lấy bột mì rây vào lần lần, mỗi lần rây độ 100 gr thì nhào dần dần cùng 1 muỗng mỡ nước, cứ như thế cho tới hết bột, nhồi và đập cho đều.

- Lấy vải thấm nhúng nước xong đổ cục bột đã nhồi túm lại cột cho chặt ủ trong vòng 2 giờ đồng hồ, thấy bột nở muốn rách vải là đã đủ, mở ra đem vào cái việm chờ nắn bánh.

4/ Công thức vỏ bánh bao ngọt ở China Town:

- Bột mì số 8	1 kí lô	- Đường caramel bột	4 muỗng canh
- Dầu đậu nành	4 muỗng canh	- Bột nổi	5muỗng càphê
- Nước lạnh	1 tô	- Nước ấm 40°C	1 chén

- Đường cát trắng 5 muỗng càphê.
- Gừng giã nhuyễn 2 lóng tay.
- Nước cốt chanh 1 muỗng càphê

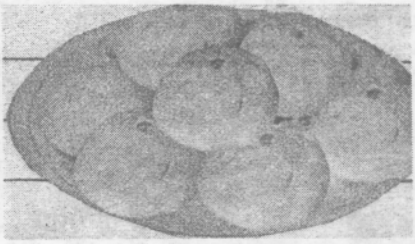


Mỗi chiếc bánh vừa với yêu cầu của người ăn

** Sơ chế:*

- Đường cát trắng đổ vào một cái tô xong đổ nước ấm 40°C vào khuấy cho tan đường, đổ bột nổi vào khuấy tiếp cho tới. Khi nổi bọt lên, hớt bọt bỏ đi. Sau đó lấy miếng vải đậy tô lại rồi mang để gần bếp lửa hong cho nóng, cũng có thể đem phơi ngoài nắng gắt thời gian trong vòng 10 phút cho tới khi nhìn thấy bột nổi nở đầy tô là được.

- Lấy một chiếc thau rộng miệng hoặc cái việm, cái mâm gì cũng được, cũng có thể dùng ngay mặt bàn sạch để làm nơi nhồi bột, dùng rây mịn rây bột lên mặt bàn, lấy muỗng dầm một lỗ ở giữa như miệng núi lửa, bỏ đường caramel bột vào (có thể lấy đường cát vàng xay mịn cũng được - hoặc đường tán bào thành bột mịn khô cũng được) cùng đổ dầu ăn vào với chén bột nổi khi nãy, dùng tay trộn đều rồi nhồi cho thật đều, sau



Các chiếc bánh bao sẽ cực ngon nếu được ăn cùng xíu mại

đó nhiễu nước lạnh từ từ xuống tiếp tục nhồi đều cho tới khi nào cóthể bỏ ra bàn cán mà không dính rulô là được (có thể định giờ nhồi liên tục là 20 phút) sau đó bỏ bột nhồi vào việm sành hoặc thau nhôm, lấy vải trùm lên và cũng mang lại cạnh bếp lửa hoặc phơi nắng vài giờ cho bột dậy men lên.

- Đem cục bột nhồi lại liên tục cho thật mịn, đều rồi xắt cục chuẩn bị vô nhân, với số lượng trên có thể làm 100 bánh.

B/ CÔNG THỨC LÀM NHÂN BÁNH BAO:

1/ Làm nhân ngọt (cadé) - cho 50 bánh.

- Tròng đỏ trứng vịt	10 cái	- Đường cát trắng	600gr
- Dừa khô nạo vắt cốt	1 chén	- Bột mì sống	1 chén
- Va ni (bột thơm)	1 ống	- Màu gạch tôm tươi	1 chút
- Giấm nuôi	nửa chén		

a/ Pha chế:

- Lấy một cái thau, đập và san 10 tròng đỏ trứng vịt vào thau cùng với đường cát và nước cốt dừa với ít màu gạch tôm tươi đánh bằng xác nhồi cho đều và nổi lên, khi thật nổi rồi mới lấy bột mì rây vào và tiếp tục đánh cho thật đều.

- Trộn tất cả hỗn hợp này vào một chiếc nồi khuấy, dùng đũa bếp khuấy thật đều tay cho tới khi gần sệt, bỏ va ni vào sau cùng khuấy tiếp cho tới khi nhân sệt mịn thì nhấc xuống để cho thật nguội. Chú ý khuấy đều tay, lửa riu riu để tránh khét cadé.

b/ Vô nhân bánh:

- Cán vỏ bánh thành hình tròn đường kính mỗi vỏ 10cm.

- Múc một muỗng canh nhân cadé bỏ vào giữa miếng bột rồi gấp lại làm đôi, dùng một cây dao có răng cưa, ép xuống theo hình chiếc bánh xếp (bán nguyệt).

- Lấy kéo cắt giấy làm cái khay sắp bánh vào rồi để vào một cái rổ, đặt gần chỗ nóng cho bột nở ra.

- Lấy xửng đổ nước, gừng giã nhuyễn và giấm nuôi xuống ngăn dưới, gắc ngăn trên lên sắp bánh vào rồi hấp trong vòng 20 phút.



Cơ sở Mỹ Hương, cơ sở đầu tiên sản xuất bánh bao dạng công nghiệp

2/ Làm nhân mặn: Nhân bánh bao Tô Châu (cho 50 cái)

- Thăn gà	250gr	- Xá xíu heo ngọt	250gr
- Thịt thăn vai	500gr	- Lạp xưởng	5 cây
- Trứng vịt	7 cái (hoặc 50 cái trứng cút)		
- Gan heo	150gr	- Nấm đông cô	25 cái
- Dầu hào	5 muỗng càphê	- Bột ngọt	3 muỗng càphê
- Muối	2 muỗng canh	- Nước tương (tàu vị yểu)	3 muỗng canh
- Hành tây	1 củ	- Hành tím	10 củ
- Đậu petitepois	250gr	- Tiêu, đường	vừa đủ
- Mỡ heo	1 chén	- Cải bắc thảo (bắp cải)	1 bẹ bắp

a/ Chế biến: Lấy thăn gà xắt xéo góc mỏng vừa, dài độ 2 phân tây mỗi lát, lạp xưởng cũng xắt xéo như thăn gà, thịt nạc vai xắt lát mỏng ngang 3 phân dài 5 hay 6 phân, mỏng độ 5 ly, bóp muối và tiêu cùng xì dầu (nước tương) để một giờ xong băm nhuyễn để sống. Thịt xá xíu lát mỏng, gan cũng xắt lát mỏng

nấm đông cô ngâm nước cho mềm cắt xợi mỏng, cải bắc thảo xắt sợi theo kiểu xắt bắp cải xào (nếu không có cải bắc thảo thì lấy bắp cải) hành tây xắt hột lựu còn hành tím xắt lát mỏng để xào làm nhân.

- Bỏ chảo lên bếp, múc mỡ nước đổ vào rồi phi hành dốt đảo liên tục cho thơm hành, bỏ thăn gà vào xào hơi tái mới bỏ nấm đông cô, đậu petitepois và cải bắc thảo vào xào, gần xong thì nêm gia vị như muối, tiêu, bột ngọt, nước tương... đảo vài giá nữa rồi mới nhắc xuống.



Bánh bao trứng cút của cơ sở Mỹ Hương

- Tắt bếp xong bắc chảo trở lại bếp mới đổ xá xíu, lạp xưởng vào chảo đảo thêm vài chục giá mới đổ thịt vai sống vào cùng dầu hào rồi trộn đều để chừng nửa giờ sau, đổ tiếp dầu hào còn lại, trộn đều lần cuối, ủ thêm nửa giờ nữa mới đưa ra thau chờ nắn bánh.

b/ Nắn bánh:

Lấy bột đã làm bên trên vo thành từng cây tròn, cắt từng cục mỗi cục bằng quả trứng gà, lấy Rulô cán cho dẹp thành hình tròn to bằng cái đĩa nhỏ, bỏ nhân vào trước xong lấy muỗng dầm cho trẹt ra, bỏ góc tám quả trứng luộc vào (trứng luộc xong cắt đôi và tỉa thành 8 góc) một miếng gan mỏng xong bắt đầu túm chéo làm4 rồi làm 8 sau cùng túm gọn làm 12 núi, khi chúm 12 múi được rồi thì bóp cho dẹt lại để đầu túm dính chặt lại, xong lót giấy bên dưới rồi bỏ vào xửng hấp, hấp liên tục trong vòng 30 phút là bánh đã chín.

3/ Làm nhân mặn: Nhân bánh bao Quảng Đông 50 cái:

Đây là loại nhân mà nhiều người Hoa ở Chợ Lớn ta đã áp dụng tại các lầu từ xưa tới nay, có nhiều cải tiến.

- Thịt thăn vai	500gr	- Xá xíu ngọt	300gr
- Gan heo luộc chín	100gr	- Nấm mèo	10 tai
- Trứng vịt	10 cái	- Củ hành tây	2 củ lớn
- Tỏi	2 củ	- Muối	3 muỗng cà phê
- Tiêu	1 muỗng càphê	- Nước tương	1/2 chén
- Bột ngọt	2 muỗng càphê	- Bắp cải	1 góc tư bắp
- Mỡ heo (nước)			1 chén

a/ Chế biến:

- Bắp cải thái sợi dài xốc cho rời ra không dính lại.

Gan heo luộc chín tới, thái miếng dài 2 phân, ngang 0,5 phân, dầy độ 5 ly, xá xíu thái mỏng lát nhỏ cỡ miếng lạp xưởng, thịt thăm vai xắt mỏng xong băm nhuyễn, nấm mèo ngâm cho nở ra xong thái sợi, củ hành tây xắt hột lựu 1 củ, củ còn lại xắt mỏng, tỏi băm nhừ.

- Cho mỡ vào chảo, bỏ hành, tỏi vào đảo cho thơm như phi.

- Cho nấm, xá xíu vào xào một lúc.

- Hỗn hợp trên được đổ tiếp vào rồi xào chung với thịt nạc, trộn thật đều trên chảo rồi nêm cho vừa ăn, vỏ thành viên bằng quả chanh.

- Lấy bột như dạy phần trên, banh (cán) ra rồi bỏ hỗn hợp vào giữa, cũng chẹt cho mỏng xong bỏ 1 góc 6 trứng vào và miếng gà (có khi bỏ 2 miếng), miếng xá xíu, kế đến túm tròn lại theo y như làm bánh Tô Châu, xong đem đi hấp trong vòng 20 phút.

4/ Làm nhân mặn: Nhân bánh bao Hồng Kông (xào xịa) cho 100 cái

- Thịt thăn vai	500gr	- Thịt đùi bò	500gr
- Gan luộc xắt mỏng	150gr	- Trứng cút luộc	100 cái

- Bắp cải	1 cái	- Củ cải trắng xắt lát	2 củ
- Củ hành tây	2 củ	- Củ tỏi	2 củ
- Muối	50gr	- Bột ngọt	3 muỗng
- Nước Hắc xì	1/2 chén	- Nấm mèo	10 tai

Các bước sau cùng tùy các bạn làm cho giống 2 công thức trên.

LẠP XƯỞNG

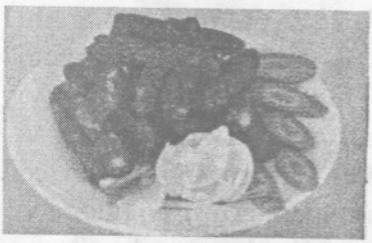
Không cần phải nói nhiều thì chắc rằng các bạn cũng thừa biết lạp xưởng là món ăn quen thuộc được xuất phát từ Trung Quốc.



Lạp xưởng của Đồng Khánh

Theo một sử gia Trung Quốc viết ở quyển Trung Quốc tư tưởng sử có kể lại từ thời chiến quốc, thời sơ trị quốc do có các cuộc đánh nhau tranh giành quyền lực nhằm thống trị lẫn nhau. Nước Trung Hoa thời bấy giờ giặc giã xảy ra liên miên, biết bao nhiêu trai tráng đã lên đường tòng quân cho các thế lực bắt buộc, dài ngày ngoài mặt trận thì binh lương phải chu cấp thức ăn, từ đó đã phát minh ra một loạt các thức ăn tinh gọn để vừa ăn vừa đánh, trong đó lạp xưởng là một trong các món được ăn kèm với bánh bao. Dần dà cho tới ngày nay nó

đã trở thành món ăn truyền thống trong mọi tầng lớp gia đình người Hoa dù giàu hay nghèo họ đều thích. Rồi Người Hoa đi lang bạt khắp nơi trên thế giới, họ mang theo lạp xưởng để quảng bá ở những vùng đất mới. Cho nên ta không lạ lùng gì khi thấy trẻ con năm châu cầm cây china hotdog ăn ngon lành là thế.



Một đĩa lạp xưởng trên bàn ăn hàng ngày của người Hoa

Theo cuốn Ẩm Thực Toàn Trung của Nhà xuất bản Thư Kinh ở Bắc Kinh nói rằng ngay trên lãnh thổ Trung Quốc có không dưới năm trăm ngàn loại Lạp, kể từ ngóc ngách làng thôn của các cổ dân Hán, Mãn, Mông, Hồi, Tạng cho tới các khu kinh tế đặc chuyên có người Phúc Kiến, Quảng Đông, Triều Châu, Hải Nàm... đều có lạp đặc vị riêng mỗi nơi mỗi khác, mỗi thứ một hương vị khác nhau mà theo ông Cổ Kiến Sinh, ẩm thực gia quán quân ở tại Bắc kinh nói "mỗi thứ nhờ có rượu ướp vào mới có cái vị riêng của nó, khi ăn ta phải hình dung ra. Có nơi ướp lang thi tửu thì lạp có cái ý vị của người làm thơ, nghe thơ có nơi ướp Đà Kiến Tửu thì lạp có vẻ tác chiến của nhà quân sự còn nơi khác ướp Hạo tâm tửu thì Lạp có vẻ lãng mạn của một cặp tình nhân đang yêu thương nồng cháy. Còn một thư sinh vừa thi đỗ kỳ Cao trung khi ăn lạp ướp Thái Quân Tửu mới kịp thấm thía được cái gian truân của người Sĩ Tử khi quyết chí trèo lên bảng vàng..." Thật là ý nghĩa thay!

Ở Việt Nam ta hiện nay chỉ thấy hầu như người ta làm lạp phổ biến chỉ có một loại Mai Quế Lộ mà vẫn chưa thấy một lạp nào có hương vị Việt một chút. Tại sao không có lạp hương nếp than để nhớ chuyện vợ chàng Trương, hoặc lạp có vị nếp cẩm để thèm nghe chuyện đánh nhau của bà Bùi Thị Xuân, rồi lạp Mơ Hương Tích để nhớ Thăng Long, Lạp Vân Hà Mỹ Tửu

hồn về đất tổ nhĩ? Trong khi đó ngay tại Thái Lan, người ta làm lạp có hương vị Samsak, ở Lào có hương vị Tếch nậm ù và cả ở Campuchia cũng có hương vị rượu Mờ uông sồ phi...?



Lạp xưởng Cầu Tre đóng gói và đóng Hộp giấy thật vệ sinh

Thôi thì hôm nay tôi chỉ mong được phép hướng dẫn các bạn một vài công thức nguyên trạng của người Hoa mà tôi chọn lọc hoặc biên soạn từ sách thư phổ ẩm thực toàn trung của nhà xuất bản thư kinh Trung Quốc mới đây nhất gồm có một công thức mang tên Tây Hoài Lạp phổ của người Hoa Hán bị đày sang tận Lasa Tây Tạng nhiều đời truyền lại. Một công thức khác lai tạp giữa Lạp Trung Quốc Macau và xúc xích Bồ Đào Nha mang tên là Bồ Trung Hòa Lạp, một công thức khác của Hồng Kông mang tên Diêu Đế Lạp vị và còn một cái tên khác khá quen thuộc cho những ai hay xem phim Hồng Kông đó là Lạp Kim Ngọc Mãn Đường. Đây là một chọn lọc cố ý của tôi vì các loại không khó làm, dễ tìm nguyên liệu cũng như có thể mở cho các bạn thị trường cạnh tranh.

CÁC CÔNG THỨC HÀM LẠP

I/ CÔNG THỨC TÂY HOÀI LẠP PHỔ

- Thịt heo loại nạc đùi, thăn	5kg
- Mỡ heo khổ to	2kg
- Gan dê hoặc gan heo	200gr
- Muối rang xay nhuyễn	100gr

- Xì dầu thổ (Tàu vị yểu) 8 muỗng
- Đường xay mịn 8 muỗng
- Bột ngọt 1 muỗng
- Thuốc tiêu mặn 2 muỗng
- Rượu Hoắc hoặc rượu Đế 1 chén
- Tai vị (đại hồi) 1 tai cả hai nướng sơ giã thành
- Quế khâu 1 đốt tay bột độ một phần ba muỗng
- Phẩm màu đỏ 1 chút
- Ruột heo non (ruột non) 1 kí lô.

1/ Bước 1 chuẩn bị:

- Làm ruột heo bằng cách lấy muối vọt cho sạch mặt ngoài xong lấy cây que lộn trở ra dùng muối vọt nhiều lần, rửa sạch với nước cho thật sạch nhớt, sạch các phần mỡ và không còn hôi, nặng mùi, vớt ra phơi cho ráo (trước khi phơi phải vắt, vuốt cho sạch).



Lạp xưởng siêu sếp cũng được đóng gói thật bắt mắt

- Thịt nạc ở đùi, thịt thăn xắt từng cục nhỏ bằng đầu đũa hoặc to hơn một chút cỡ hột bắp cũng được.

- Mỡ heo xốc tí nước sôi cho áo da dễ xắt xong lấy dao mỏng thái đều cũng như hạt lựu hay hạt bắp.

- Gan heo xắt từng lát xong dùng dao bén băm cho nhuyễn nhừ.

2/ Bước 2 trộn nhân:

- Lấy một cái chậu rộng miệng đổ thịt nạc và mỡ đã xắt cùng gan bằm, muối, bột ngọt, đường xay, thuốc tiêu mặn, tàu vị yểu vào cùng một chút phẩm đỏ, lấy tay xốc trộn cho thật đều rồi ủ lại trong vòng 30 phút cho thấm toàn diện.

- Chén rượu Hoắc hoặc rượu Đế bỏ tai vị và quế bột vào rồi đánh cho nổi lên sau đó đem đổ vào chậu hỗn hợp, xốc tay nhào trộn lại một lần nữa rồi ủ tiếp trong vòng 30 phút.

- Nghiêng chậu múc hết nước thừa đọng ra, lấy cục hỗn hợp để lên rá cho nước còn lại giọt hết xuống cho ráo.

3/ Bước 3 cách nhồi cây:

Ruột heo làm sạch phơi cho ráo thắt gút hoặc buộc dây một đầu rồi dồn hỗn hợp vào, nên dùng một cái phễu để dồn cho dễ, đúng theo kích thước thì mỗi cây lạp dài 15 phân và có đường kính 1,5 phân, khi dồn hỗn hợp vào ruột không nên dồn chặt cứng sẽ dễ bị bể, cứ dồn từ từ vuốt cho cứng vừa phải cho tới khi nào hết hỗn hợp.

Một chú ý: là còn dư ít hỗn hợp, ta dồn thành khúc nhỏ để dễ cân bán hơn.



Lạp xưởng ký Vua bếp

4/ Bước 4 cách phơi nắng và bảo quản:

Đem xâu từng xâu phơi nắng áp già cho tới nắng già, tức là từ 8g30 sáng cho tới hết 16g30 chiều, trong vòng 3 ngày, đó là phơi ban ngày, còn đến đêm thì nên hong lửa than cho nhanh khô và thịt không biến chất, lấy que tăm nhọn xâm vào những khúc lạp khi phơi và hong, chia mỗi khúc lạp làm sáu phần và đâm kim mỗi nơi hai mặt để hơi bị bọng có dịp xì ra hết.

Sau ba ngày đêm phơi và hong, ta đem Lạp treo vào chỗ khô ráo khoảng 4 đến 6 ngày, sau đó đóng gói, bảo quản khô và cho ra thị trường.

Ngày nay người ta thường cho lạp qua hệ thống thanh trùng tối đa và rút chân không lạp trong các túi Célophane in ấn hoa văn thật là bắt mắt. Chúng ta không đủ điều kiện thì cứ bảo quản trong túi nylon, và thỉnh thoảng vài ngày cứ mang lạp ra phơi trong nắng nhẹ (khi phơi phải rút ra khỏi túi nylon vì sợ hơi nóng làm tụ nước dễ bị mốc).

II/ CÔNG THỨC BỒ TRUNG HÒA LẠP: (còn gọi công thức Macau)

- Thịt heo loại nạc đùi hoặc thăn heo còn nóng 5 kí lô.
- Mỡ heo khổ to xắt hạt cỡ lóng tay út 2 kí lô.
- Gan bò loại gan bột phần cuống 200gr.
- Gan heo loại gan bột phần bẹ 200gr.
- Muối rang khô dòn trước khi xay mịn 150gr.
- Nước Maggi thịt-có thể thay bằng nước tương 10cl.
- Đường đã đánh thành caramel sống hoặc đường mật 10cl.
- Bột canh Áo Môn (có thể thay bằng bột ngọt) 15gr.
- Thuốc tiêu mặn (Bicarbonate de soude) 2 muỗng canh
- Tiêu 10gr-tỏi giã nhuyễn 15gr, quế 1 lóng tay.

Tất cả đều nghiền nát xay nhuyễn thành 2 muỗng canh

- Rượu Điều Linh có thể thay bằng rượu nếp than 1 chén ăn cơm (lấy tiêu, tỏi, quế đã giã hòa vào rượu đun sôi chắt bỏ bả)
- Ruột non heo làm sạch như cách làm bên công thức I. Tây Hoài Lạp phổ 1kg rưỡi
- Một ít phẩm màu đỏ

1/ Chuẩn bị bước 1

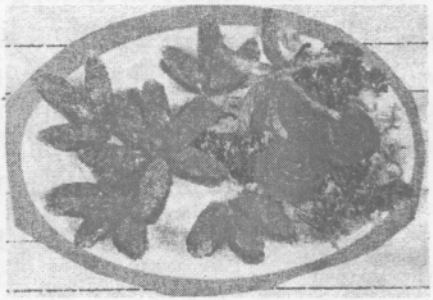
- Ruột heo làm tương tự như phần trước

- Thịt nạc đùi xắt lát mỏng xong xắt carô từng cục bằng hạt bắp hoặc to hơn một chút.

- Mỡ heo xắt tương tự như thịt, có thể to hơn một chút.

- Gan heo, gan bò băm nhừ ra.

- Các món gia vị tự nghiên cứu áp dụng như phần công thức I.



Đĩa lạp vị Hoa hồng trong ngày tết Nguyên đán

2/ Bước 2 trộn nhân:

Lấy chậu rộng miệng cho thịt, mỡ và gan heo vào cùng với muối rang, nước Maggi, đường mật, bột ngọt, thuốc tiêu mặn, (tiêu, tỏi, quế cùng rượu nấu chung) và màu. Lấy tay xốc cho thật đều và ủ trong chậu khoảng 45 phút cho thấm toàn diện. Sau đó lấy ra chuẩn bị vô cây Lạp.

3/ Bước 3 nhồi cây: Cũng dùng phễu để vào cây lạp, tuy nhiên ở đây có một thay đổi nhỏ là thay vì nhồi dài 15 phân như cây Tây Hoài Lạp phổ thì ở đây Lạp Bồ Trung chỉ dài đúng 10cm.

4/ Bước 4 phơi sấy: Lạp Bồ Trung Hòa được phơi 5 nắng ráo ban ngày và sấy 5 đêm cho thật khô, sau đó để nơi râm mát trước khi cho vào túi xốp mỗi túi đựng 1 cặp, không xâu chung như lạp khác. Tuy nhiên ở chúng ta nên áp dụng qui trình nào thuận tiện là dùng.

III/ CÔNG THỨC LẠP KIM NGỌC MÃN ĐƯỜNG LẠP HỒNG KÔNG



Ngày nay việc đóng gói lạp xưởng là yêu cầu bảo hành của cơ sở

- Thịt nạc heo còn nóng	5 kí lô.
- Xá xíu heo đã chín	500gr
- Mỡ heo thái nhỏ lóng tay	1 kí 500
- Gan heo ram tỏi	1 cái
- Muối rang vàng xay	100gr
- Nước tương đen ngọt	1 chén
- Đường xay mịn	1 chén
- Bột canh gà hay bột ngọt	10gr
- Thuốc tiêu mặn	2 muỗng

- Tiêu, tỏi, quế, khâu, sa nhân thục địa có thể thay thế bằng nửa muỗng càphê ngũ vị hương.

- Rượu Nữ Nhi Hồng (có thể thay bằng rượu nếp Gò Đen) 1 chén.

- Ruột non heo từ 1 ký rưỡi tới 2 ký.

- Phẩm màu đỏ một chút.

1/ Bước 1 sơ chế:

Các yếu tố sơ chế của Kim Ngọc Mãn Đường có ba việc thay đổi so với hai công thức trên đó là:

- Kim Ngọc Mãn Đường có thêm thịt xá xíu quay chạo và gan heo đã ram tỏi, cả hai băm cho nhuyễn rồi trộn vào hỗn hợp thịt.

- Lấy các món tiêu xay mịn, tỏi bằm nhuyễn, quế khâu, sa nhân, rang sơ cho giòn tán nhuyễn (hoặc 1/2 muỗng ngũ vị hương) pha vào rượu Nữ Nhi Hồng đánh cho nổi bọt lên xong lấy lượt gạn ra bỏ bả lấy nước trộn vào hỗn hợp cho đều.

- Khi nhồi lạp xưởng thì nhồi thành mỗi cục chỉ 5 phân dài và cứ đánh 7 cục cho một dây, gọi là thất tài tử. Thường thì 28 cục gọi là nhị thập bát tú, đúng 1 kílô...

IV CÔNG THỨC LẠ MỚI: LẠP XƯỞNG CỐC TỨ XUYÊN:

Từ trước đếngiờ người ta hay nói đến vịt quay Tứ Xuyên chứ ít ai nói đến lạp Tứ Xuyên. Nhưng theo Thư phổ Ẩm Thực Toàn Trung đề cập loại lạp này đặc biệt nhất Trung Quốc vì đây là loại Lạp có sử sách đàng hoàng. Đó là Tứ Xuyên cốc lạp do một tộc gia có chân trong cuộc quần tụ Nghĩa sĩ trên Lương Sơn Bạc ngày xưa trong truyện Thủy Hử. Vị này là



Còn được gọi trang trọng là xúc xích Tàu

Quản lương cho các đầu lĩnh trên núi, trong suốt thời gian cung cấp thạch lương, ông đã đặc chế ra loại tạp vị ngẩu nhiên và đã được các nghĩa sĩ khen ngợi. Tứ xuyên lạp Cốc hay Lương Sơn Lạp Vị có một nguyên liệu đặc biệt là cá của Thủy bạc hồ do ba anh em nhà Nguyễn Tiểu cung cấp.

1/ Bước 1 thành phần gồm:

- Thịt heo	1 phần	- Thịt bò	1 phần
- Dê núi (nếu có)	1 phần	- Cá trại (cá lóc)	6 phần
- Muối	5 phân (5%)	- Đường mật	5 phân (5%)
- Ngũ vị	1 phân (1%)	- Nước tương	15 phân (15%)
- Tương hột	15 phân (15%)	- Diêm tiêu	3 phân (3%)
- Rượu Quế mơ (loại rượu áp kinh) có thể thay bằng rượu đế của ta.			2 chén
- Ruột heo hoặc ruột bò, dê.			2 kí lô

- Không cần phẩm màu.

2/ Bước 2 thực hiện sơ chế:

- Thịt và cá làm sạch, thịt xắt hột lựu, cá rỉa xương sạch luộc với nước và muối một phần quếch nhừ xong bỏ lên chảo rang như ta làm chà bông. Xong đem xuống trộn hết vào thịt.

- Các bước khác công việc làm y như các công thức trên.

3/ Bước 3: Nhồi cây cốc lạp:

Cốc lạp chỉ to bằng quả trứng gà hoặc trứng vịt, khi nhồi cốc lạp người ta thắt gút



Lạp xưởng tiêu Lạp xưởng loại

Lạp xưởng Quảng Trần của Sóc Trăng nổi tiếng của người Tiều

một đầu, cũng dùng phễu để dồn hỗn hợp vào, cứ tròn như quả trứng là thắt một gút, làm như thế cho tới khi hết hỗn hợp thì thôi.

Lúc thắt cốc lạp lại cũng nên xâm vài mũi kim cho nước và hơi xì ra.

4/ Bước 4: Hấp cốc lạp cho chín tái:

Tất cả đều được bỏ vào nồi hấp cách thủy và thỉnh thoảng cũng nên xâm kim tiếp cho cốc lạp đừng bể do sức trương của nhiệt độ, chỉ nên hấp ở 80°C thời gian kéo dài khoảng 10 phút.

5/ Bước 5: Sấy cốc lạp cho chín:

Tại Thủy Bạc người ta lấy cỏ lau , cọng sậy bện lại thành các "con cúi" để sấy cốc lạp, ở đây chúng ta nên sấy bằng than cho tiện gọn tuy nhiên không có mùi xuất sắc như cỏ cháy.

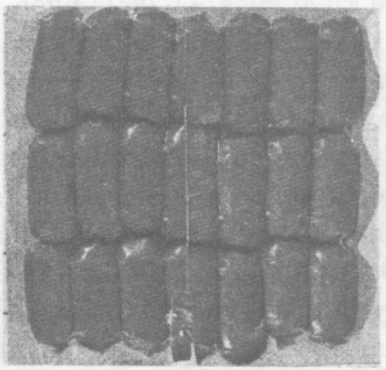
Ta để từng dây cốc lạp treo trên một giá đỡ, nên treo kín để hứng khói và nhiệt cho đều, giá xa lò chỉ khoảng 6 tấc đến 8 tấc, xoay đều cho tới chín, bằng cách túm từng xâu xoay mặt về hướng lửa, người ta còn phun thêm rượu áp kinh trong lúc sấy cho rút vào ăn thêm hăng, nhưng ở xứ người lạnh lẻo cách làm ấy rất hợp lý, còn xứ ta là xứ nhiệt đới, e rằng làm thế thì lạp cốc sẽ mất ngon.



Mỗi bên một vẻ mười phân vẹn mười

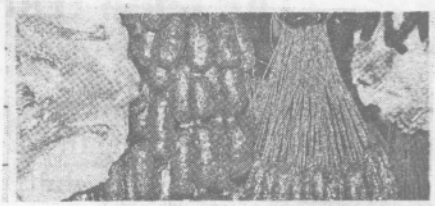
LẠP CHUA (LẠP XƯỞNG TƯƠI)

Đây là một loại thịt nhồi thành những cây nhỏ, ngắn và to hơn lạp xưởng một chút, hình thức làm tương tự như lạp xưởng nhưng cách ủ thì lại giống như nem của Việt Nam, ngoài ra cách bảo quản cũng như cách dùng hoàn toàn khác lạp xưởng vì lạp xưởng thì được phơi khô, để được lâu, còn lạp chua thì để tươi cho lên men tự nhiên, muốn để lâu phải có biện pháp trữ lạnh cận đông độ mới giữ được thời gian dài.



Lạp chua được mô tả là một dị sản đặc biệt có từ đời nhà Đường bên Tàu từ các năm 618 tới 903. Theo Ẩm Thực Toàn Trung của Trung quốc lược lại thì cho rằng vào thời thịnh Đường, các tao nhân mặc khách thường hay dong ruổi đây đó, đến các nơi thâm sơn cùng cốc hoặc leo núi, trèo đèo hoặc bơi thuyền chèo ghe lênh đênh trên sông hồ, với mục đích mượn gió trăng, cây cỏ, mây nước và cảnh trí thiên nhiên để sinh cảnh tức thi, dệt nên những vần thơ xúc cảm. Bên cạnh họ phải luôn luôn có rượu, có mồi, mà trong khung cảnh hết sức tuyệt diệu kia phải lỉnh kỉnh mang theo nồi niêu, ấm chén thì thật là phiền toái, cho nên các bà vợ, bà mẹ của thi nhân hay làm lương khô cấp tốc cho chồng, cho con mình "đi chơi", họ đã làm lạp ái này và bảo các thi nhân hễ đến nơi nào nhớ đem ra phơi nắng để ăn được dài ngày. Ngờ đâu các nhà thơ lớn này cũng là những lão lớn về lười biếng hay nói khác hơn là vì mê mệt thơ văn, đàn hát, phong cảnh yêu kiều nên quên khuấy đi lời gia đình dặn.

Thế rồi tới bữa cũng đói lòng nên họ lấy lạp ra nướng mà ăn, nào ngờ lạp đã chua và nổi mốc, lên meo mất rồi. Thây kệ! họ cũng cứ ăn bừa và khen lấy khen để là ngon và nào có ai bị chột dạ hoặc phóng thủy gì đâu! Cho nên từ đó trở đi, họ tán tụng lạp chua là món khoái khẩu của thi nhân, và họ đặt tên là Đường Lạp.(Ban đầu nghe nói tới Đường Lạp, người ta nghĩ tới cây đèn cầy, cây nến đời Đường. Sau cùng dựa vào bài thơ của một thi nhân khuyết danh nên mới biết được Đường lạp là cây lạp xưởng đời Đường vì nào ai nói ăn đèn cầy trong lúc ngao du đâu! Câu thơ ấy là: Thuyền ngoạn Thái Hồ bán dạ - thâu Thưởng tửu tịch miên phong bất câu, Nguyệt hạ trung khinh thực Đường lạp, Tâm vô nhị thức đái nhân sầu... có thể tôi ghi lại chưa đúng lắm, tuy nhiên đại loại là bài này được ghi lại trong ẩm thực Toàn trung...)



Xâu lạp chua trông đặc sắc

Lạp tươi được hoàn thành qua giai đoạn tạo men tự nhiên tương tác với thịt và mỡ nhờ vào sự phát trương qua rượu thẩm thấu vào thịt, lại nữa sự tương tác còn được gia tăng khi nó trực kết với đường để tái tục sinh men ổn định. Cho nên để tránh gây độc tố qua sự sinh men này, người ta bèn ức chế nó bằng bicarbonate de soud (thuốc tiêu mặn) hay còn gọi là diêm tiêu...

Tại Trung Quốc, phần nhiều là những địa phương có âm độ thấp, sự phát trương lên men có thể phát triển chậm, nên các thi nhân dù có đi dài ngày cũng chỉ "nổi mốc" mà thôi, còn giả dụ như ở xứ ta là xứ nhiệt đới, loại lạp này rất nhanh chóng sinh men phát trương, làm chua lạp nhanh, do đó ta phải bảo quản trực tiếp bằng biện pháp ướp cô đọng. Hàn độ ướp trung bình từ 1°C đến 5°C trong tủ lạnh nên giữ ướp thông thường, còn các thùng ướp bằng nước đá thì tối thiểu phải + 1°C không hơn nữa để tránh đông tuyết.

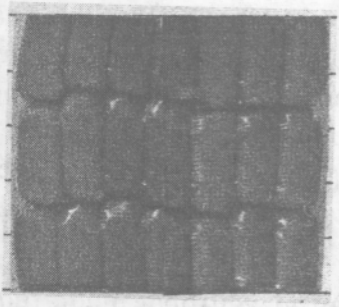
CÁC CÔNG THỨC CHẾ BIẾN ĐƯỜNG LẠP

I/ CÔNG THỨC SOÁI GIA (QUẢNG ĐÔNG)

- Thịt nạc đùi	2 kílô	- Mỡ thịt	500 gr
- Đường cát trắng	200 gr	- Ruột non heo	250 gr
- Rượu Mai quế lộ	1 cốc	- Muối	50 gr
- Nước thẩm (Tàu vị yểu)	1 chén	- Tiêu bột	2 muỗng
- Diêm tiêu	1 muỗng cà phê	- Tiêu hạt	2 muỗng

1/ Sơ chế: Làm ruột heo trước, phải bóc các màng mỡ bầy nhầy quanh ruột, lột các da bao mỏng quanh sợi ruột xong lộn ngược ruột cho bên trong lòi ra ngoài, rửa thật sạch để tẩy bớt nhớt nhầy và các dịch khuẩn bám vào, bằng cách cho ruột vô một cái việm múc muối bọt đổ vào rồi chà rửa cẩn thận, cứ thế làm đi làm lại nhiều lần cho tới khi sạch hẳn, cần nhất là không còn mùi nặng.

- Thịt nạc đùi không nên rửa bằng nước, có thể lấy vải mịn để thấm máu và sạch máu rồi lấy dao lóc bỏ gân guốc bạc nhạc sau đó đem xắt thành miếng, mỗi miếng độ 1cm x 1 cm, ướp thuốc tiêu mặn và rượu vào với độc 120gr đường cát, 20 gr muối bột trộn thật đều trải ra nia để nơi có gió cho trong mỡ tương tự như miếng mứt bí là được.



Chỉ cần chiên là ăn

2/ Chế biến:

- Trộn cả hai thứ thịt và mỡ cho thật đều trong việm sành.

- Lấy chỉ may cột một đầu ruột (hoặc thắt gút tùy thích) sau đó đồn thịt lẫn mỡ vào cứ hai thịt một mỡ và cách 6 phân là thắt một cây, rồi thắt một nút không để dồn cây mới, cứ thế cho tới hết sợi ruột.

Chú ý: Ta có thể lấy cái phễu để rót thịt vào ruột rồi lấy ra ngay cho ráo nước.

- Lấy kim xâm vào lạp đều ở đầu, đuôi, ở giữa mỗi cây lạp xâm độ 7 tới 10 mũi kim cho hơi phù đọng bên trong thoát ra ngoài cũng như nước động bên trong chảy hết ra ngoài.

- Treo từng xâu lạp này lên chỗ thoáng mát, thông khí tránh ruồi lằn để có thể cho ra thị trường ngày hôm sau.

3/ Bảo quản: Nếu để lâu khoảng 10 ngày đến 15 ngày, nên để trong ngăn ướp nhiệt độ 1oC tối đa 3oC để men không dậy nhanh.

Lưu ý cần thiết:

- Chúng ta làm lạp chua tại Việt Nam, có thể tìm loại rượu gọi là Mai Quế Lộ khó khăn, do đó chúng ta có thể dùng ba loại rượu như sau: - Hoặc là lấy rượu nếp than thế với điều kiện đốt một miếng võ quýt chừng một lóng tay, tán nhuyễn quậy vào rượu- hoặc là lấy rượu đế đục mài một muỗng cà phê quế khâu ngâm vào làm cũng được. Còn cách thứ ba là nên lấy một ít rượu ngọt bỏ tí xíu ngũ vị hương vào.

- Nước thẩm của họ phần nhiều chất từ tàu xì, hắc xì dầu, tàu vị yểu hoặc nước tương phá lạp cấu có màu đen nên lạp không đỏ lắm, và có vị.... Tàu quá, ở chúng ta có thể chế bằng nước mắm nhĩ càng ngon, vừa đỏ thịt vừa chậm chua ái.

II/ CÔNG THỨC PHÚ TÚC HỒNG KÔNG:

- Thịt nạc lưng	2,5 kg	- Mở gáy	500 gr
- Đường cát	500 gr	- Rượu	1 chén

- Gừng tươi vắt lấy nước	250 gr	- Bột ngọt	2 muỗng canh
- Muối	1/4 chén	- Đường phèn	100 gr
- Tiêu hạt	50 gr	- Ruột già	1,5 kg
- Thuốc tiêu muối	1 muỗng canh	- Một chút màu	

Công thức này cách làm cũng tương tự như công thức I, chỉ có vài cái khác là:

- Gừng giã nhỏ vắt lấy nước pha chung với rượu (rượu như trên đã nói)

- Đường phèn giã nhỏ trộn tất cả như trên vào chậu, viện sau đó mới rót vào ruột.

III/ CÔNG THỨC SẦU MIÊN SƠN TÔ CHÂU:

- Thịt nạc đùi	3 kg	- Mỡ có thịt	500 gr
- Đường cát trắng	350 gr	- Muối hột xay nhuyễn	100 gr
- Nước tương đỏ	1 chén	- Rượu hồi (quế)	1 chén
- Diêm tiêu	2 muỗng	- Tiêu xay	3 muỗng
- Tiêu hột	3 muỗng	- Bột Mã dậu (thế bột ngọt)	3 muỗng
- Ruột già	2 kg	- Dây buộc	vừa đủ

Các hình thức thực hiện tùy cơ mà làm tương tự như công thức trên cùng.

IV/ CÔNG THỨC MEILENG MA CAU:

- Thịt mạc đùi	2,5 kg	- Mỡ thịt heo	1 kg
- Phá lấu gan tán nhuyễn	25o gr	- Đường	350 gr
- Muối	50 gr	- Diêm tiêu	3 muỗng
- Tiêu xay, tiêu hột	100 gr	- Nước hầm thịt	1 chén
- Rượu vang đỏ	1 chén	- Bột ngọt	3 muỗng

- Ruột già	1,5 kg	- Phẩm đỏ một ít.	

V/ CÔNG THỨC LÃM THÁP (THÂM QUYẾN)

- Thịt nạc heo	1,5 kg	- Thịt nạc bò	1,5 kg
- Gan heo	250 gr	- Gan bò	250 gr
- Diêm tiêu	3 muỗng	- Muối	100 gr
- Đường	500 gr	- Nước tương đậu	1 chén
- Rượu Thái tửu (thế Đế)	1 chén	- Quế vị (tán trộn rượu)	1 lóng tay
- Tiêu hột, tiêu xay	100 gr	- Ruột heo	2,5 kg

VI/ CÔNG THỨC CAO HÙNG (ĐÀI LOAN)

- Thịt bò nạc	1 kg	- Thịt heo nạc	1 kg
- Gan heo	500 gr	- Mỡ thịt heo	250 gr
- Đường	350 gr	- Muối	100 gr
- Rượu Ngã Sanh (Nếp than)	1 chén	- Tàu vị yểu	1 chén
- Nước hầm thịt	1 chén	- Diêm tiêu	5 mỗng
- Tiêu hột	500 gr	- Bột ngọt	3 muỗng
- Ruột già	2 kg	- Phẩm đỏ	vừa đủ

VII / CÔNG THỨC GIA NINH THỰC QUÁN (THƯỢNG HẢI)

- Thịt bò	1kg	- Đường	250 gr
- Thịt heo	1kg	- Muối	100 gr
- Gan heo	1 kg	- Nước hầm gà	1 chén
- Mỡ heo	500 gr	- Nước tương đậu nành	1 chén
- Rượu Ngũ Gia bì	1 chén	- Bột nêm	5 muỗng
- Tiêu hột	100 gr	- Ruột già	3 kg

PA TÊ GAN(PÂTÉ FOIE)

Patê là loại thực phẩm làm từ gan heo hay gan bò, cùng với mỡ và gia vị. Có nơi người ta cũng độn cả thịt băm vào tùy theo yêu cầu và khẩu vị của từng quốc gia.



Một thỏi patê Gan nổi sản phẩm công nghiệp của Metro

Đây là sản phẩm có từ rất lâu ở châu Âu, chủ yếu là miền đông của nước Pháp, nhưng nếu nói rõ về nguồn gốc thì đây lại là món ăn ưa thích của dân tộc Áo , người Áo gọi nó là Pâtêaux, một loại súp loãng được nấu lỏng từ gan bò luộc chín rồi lấy muỗng cà phê nạo bột gan ra sau đó mới băm thịt thăn bò, phó mát chua, các gia vị như tỏi, tiêu, hành, mù tạt và ruột bánh mì tán nhuyễn, khi nấu sôi lên nó sền sệt và người ta ăn nó cùng loại bánh mì đá Côsoté. Hiện tại Nhà Thờ Thánh thành Vienna còn một bức tranh họa hoành tráng vẽ một bữa tiệc thịnh soạn của người dân Áo ăn loại Pâteaux. Cũng nhờ một số người pháp sang làm dâu và rễ của Áo nên họ đem công thức này về Pháp rồi cải biến lần lần thành loại thực phẩm cô đặc, đặc sệt rồi sau cùng là đặc cứng như bây giờ, họ lấy chữ Pâté đặt nguyên trạng cho món này và hồ hởi gọi nó là món "không thể không có" của dân pháp. Vì vậy sẽ không ngoa khi họ cho đó chính là đặc sản của pháp sau rượu vang. Ngày nay người Pháp có hàng ngàn loại Patê khác nhau, nhưng ba trong tổng số là loại vang danh thế giới gồm có Patê gan ngỗng Olida, Patê gan



Patê gan heo và patê thịt hai sản phẩm đóng hộp Hạ Long

vịt Canalcesson và Patê gan bò Ovalda là nỗi tiếng nhất ở các miền nội đồng xứ Brétaine, caen, Toulouse, Bercy, Perigore và Taureau Ailé...

Thật khó hình dung nếu qua xác tín của tổ chức Oxfam thì hiện trên thế giới có hàng trăm ngàn loại Patê khác nhau, cũng có thể rất ngon mà chúng ta chưa được nếm.

Còn tại Việt Nam ta hiện có nhiều xưởng sản xuất Patê đóng hộp và có một điều đặc biệt rất Việt Nam đó là óc phát kiến của các nhà sản xuất thực phẩm đã đặc chế một dạng Patê độc lập sao cho người dân Việt Nam dùng để ăn với cơm thay vì ăn bánh mì. Cũng phải thôi! vì lương thực chủ yếu của nước ta là gạo mà!...



Patê gan Hénaff góc trên và patê heo đóng hộp của Việt Nam

VÀI CÔNG THỨC CHẾ BIẾN PATÊ

I/ CÔNG THỨC PAULISON CỦA HÀ LAN: LOẠI PATÊ NỒI

1/ Nguyên liệu:

- Gan bò	800 gr	- Tỏi	2 củ lớn
- Gan heo	100 gr	- Tiêu xay	1 muỗng súp
- Mỡ heo miếng	400 gr	- Quế Cynamum	1 m cà phê
- Mỡ chài bao	250 gr	- Opalé (Quế tai vị)	1/2 m cà phê
- Muối tinh	2 muỗng	- MSG (bột ngọt)	2 m cà phê.

2/ Chuẩn bị:

- 1 hộp bằng Inox hoặc nhôm, thau, các vật dụng nhà bếp.

- 1 bếp lò than củi để nướng (có thể lò nướng điện hay ga)

3/ Sơ chế:

- Hai loại gan nhúng nước sôi 100°C, dùng muỗng cà phê nạo dần dần, nhớ giữ nước sôi liên tục trên bếp, nhưng gan xong cạo liên tục cho tới khi còn xác các ống mật thì thôi.

- Mỡ xắt hạt lựu thật đều, có thể to như hạt bắp.

- Mỡ chài dùng bao Batê phải rửa thật sạch, đem căng ra phơi trên dây cho khô (khô yểu, đừng khô ran)

- Tỏi lột vỏ nướng sơ trên bếp xong đem giã nhuyễn một nữa, một nữa còn lại chỉ xắt lát mỏng.

- Tiêu một nữa để nguyên hột, một nữa đem xay nhuyễn.

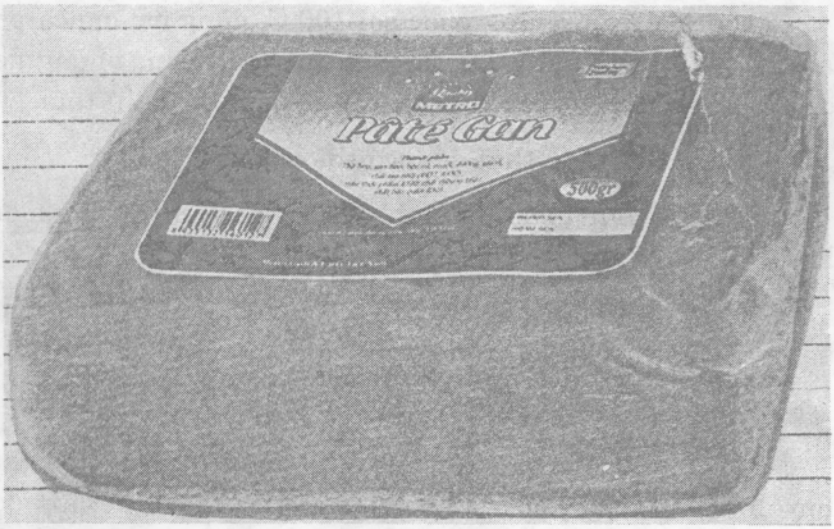
- Các loại quế cynamum, opaté hơ nóng cho giòn tán thật nhuyễn (xứ ta không có sồi hương opaté thì ta có thể làm đơn giản bằng cách thế cả hai bằng nữa muỗng cà phê ngũ vị hương)

4/ Chế biến:

- Trộn bột gan với mỡ xắt hạt lựu, tỏi xay, bột sồi, quế (hoặc bột ngũ vị), muối, tiêu cùng với bột ngọt cho thật đều, trường hợp đặc sệt thì hoàn tất, còn nếu như hợp chất bị loãng qúa thì phất thêm vài muỗng bột mì số 10, vừa phất vừa trộn cho bột nổi đặc.

- Lấy hộp Inox để mỡ chài cho đều vào, lấy muỗng múc hỗn hợp vào, chan ra cho bằng và bện cho chặt nhưng phải nằm trong lòng mỡ chài, khi đầy hộp thì xếp lọn mỡ chài thừa ra túm lên mặt xong đem đi hấp cách thủy 100oC trong vòng từ 20 đến 25 phút nhấc xuống.

- Để hộp lên lò lửa than củi sôi, trường hợp xứ ta không có than sồi thì dùng than cầy, than gáo hoặc đước để củi đượm đều, thời gian nướng này từ 5 đến 8 phút.



Một loại Patê khá bắt mắt của siêu thị Metro

5/ Khi lấy ra cứ việc trút ngược ổ Patê lên đĩa dài và trang trí

II/ CÔNG THỨC COUSCOUS CỦA PHÁP MIỀN BERCY:

- Gan bò	750 gr	- Bột mì	100 gr
- Gan heo	750 gr	- Củ hành	100 gr
- Thịt bò xay	500 gr	- Củ tỏi	100 gr
- Mỡ thịt	250 gr	- Bột trứng	50 gr
- Mỡ chài bao	250 gr	- Muối, tiêu, Maggi, Ngò ri	

1/ Chuẩn bị: Các bước chuẩn bị tương tự như công thức Paulison.

2/ Sơ chế:

- Gan bò xắt xuôi, gan heo xắt dọc, thịt nạc thái mỏng sau đó sắp đều lớp này, lớp nọ, lớp kia xong bằm cho đều trên thớt gỗ, lấy củ tỏi và củ hành lột vỏ băm nhuyễn rồi trộn chung với hỗn hợp đã bằm bên trên vào cho đều tay xong bỏ tất cả vào cối xay cho nhuyễn mịn

- Mỡ xắt hạt lựu để riêng

- Lấy hỗn hợp đã xay vào một chiếc thau, đổ bột mì vào cùng bột trứng (nếu không có bột trứng thì đập 5 tròng đỏ trứng gà vào nhồi chung) khi bỏ bột nên dùng tay sắc đều rồi mới trộn nổi, cùng lúc trộn thì nên thêm muối, tiêu bột, Maggi bột rắc cho đều (nếu không có Maggi bột có thể dùng bột ngọt, bột nêm thay thế)

3/ Hấp Patê:

Nên hấp trong chỏ hay nồi cách thủy với độ sôi của nước bên dưới là 100°C trong vòng 15 phút cho hỗn hợp tái chín, xong trút trở ra thau, đổ mỡ đã thái hạt lựu vào trộn chung cho đều.

4/ Nướng Batê:

Lấy một chiếc hộp sắt hay Inox, lót mỡ chài vào cho kín lòng hộp sau đó trút tất cả ba tê tái đã trộn mỡ hạt lựu sống vào, đầy tới mặt hộp trét một lớp phó mát lõng lên trên (nếu không có phó mát lõng thì lấy phó mát xay) xong túm mỡ chài lại lên mặt đậy kín lại lấy dây kẽm cột chặt bỏ hộp lên than hồng nướng trong vòng 10 phút.

III/ CÔNG THỨC BATÊ MOUGLI (CẬU BÉ RỪNG XANH) CỦA MỸ:

- Gan bò	50 gr	- Bơ lạt Margarin	200 gr
- Gan heo	500 gr	- Củ hành Tây	100 gr
- Thịt heo xay	500 gr	- Tỏi	50 gr
- Bột mì	100 gr	- Tiêu	1 muỗng cà phê
- Muối	20 gr	- Trứng gà cả tròng trắng	5 cái
- Yaourt	1 hủ	- Bơ đậu phọng	50 gr

1/ Chuẩn bị:

- Gan bò, gan heo, tất cả đều nướng sơ qua xay nhuyễn

- Củ hành tây băm nhuyễn, tỏi cũng vậy, đánh với 5 trứng gà.

- Bơ lạt, yaourt, muối, bơ đậu, tiêu đánh chung cho thành kem

- Cho hỗn hợp của hành, tỏi trứng trộn chung với hỗn hợp bơ yaourt, muối, tiêu đánh chung cho nóng thành sốt.

2/ Khởi chế:

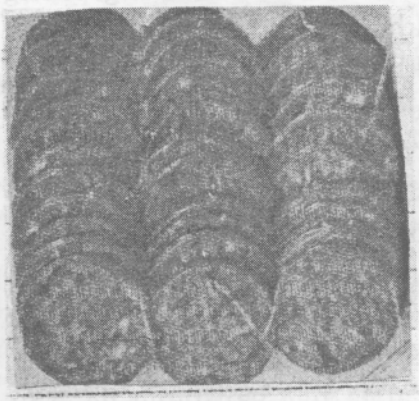
- Gan bò, gan heo xay bỏ vào một chậu thau xong đổ hai hỗn hợp trên vào và bỏ thịt heo xay vào dùng máy đánh trứng đánh cho thật đều, trong vòng 10 phút. Sau đó đánh trở lại vừa đánh vừa rắc bột mì lên cho hỗn hợp đặc lại (nếu ít bột mì thì cho thêm vài muỗng, còn nếu đã đặc cứng thì bớt bột mì lại)

- Đổ tất cả vào một thố kim loại xong đặt vào lò hấp trong vòng 15 phút, sau đó đem qua lò sấy nướng trong vòng 10 phút mới đem ra.

* Loại Patê cậu bé rừng xanh tương tự như loại thức ăn mang tên chowder Gumbo của dân da đỏ được đặc chế cho người da trắng dùng ở các nhà hàng trung tây nước Mỹ.

XÚC XÍCH (SAUCISSON)

Là một loại thức ăn nguội được làm từ thịt, mỡ và da heo cùng với gia vị, nó được sấy và hun khói để cho ra sản phẩm đặc sắc làm say mê không biết bao nhiêu người trên thế giới, đây là món ăn tinh gọn dễ mang đi đây đó rất thuận tiện, cho nên vào những năm có thế chiến, quân đội các nước có tham chiến đã dùng nó làm lương khô hành quân dã chiến cho binh sĩ.



Xúc xích xắt lát đóng gói sản phẩm công nghiệp thời nay.

Ngày nay do nhu cầu du lịch, nó cũng là loại thức ăn dã ngoại cho du khách khắp nơi, cũng như trong thời buổi công nghiệp hiện đại, để tranh thủ thời gian đỡ tốn công công nấu nướng, xúc xích sẽ là món thay thế hàng ngày của mọi tầng lớp.



Xúc xích tỏi xông khói thời hiện đại không còn là những cây treo lủng lẳng nữa

Cũng như Jambon, hiện cho tới bây giờ vẫn chưa xác minh được nguồn gốc xuất xứ của xúc xích từ đâu? Vì mỗi nước đều ra sức dành vị trí độc tôn là gốc của xúc xích. Người Ý kể rằng thời xa xưa La Mã cổ đại, các tu sĩ

sĩ Thiên Chúa giáo tu hành ở viện Trần của nhà thờ Giáo hội đã chế tác ra loại Saucili để dành cho các tu sinh bị kỷ luật cấm túc ăn trong phòng khép răn mình. Người Pháp thì khẳng định là 2 loại xúc xích đều phát xuất từ nước pháp, cụ thể là xông khói (saucisson) đã có từ rất lâu ở các miền perigore, Mornay, còn loại xúc xích hấp rượu (Saussage) thì có tại miền Đông Bắc pháp như Eperney, Bordeaux... loại thứ hai là đặc sản dùng để "thử rượu". Tờ tạp chí Aujourd'hui Alimentations thì cho là xúc xích của đảo Corse mới chính xác là cái nôi của xúc xích pháp mà cũng là của toàn thế giới, trong khi đó tạp chí L'observateur Magazine cho rằng xúc xích thật ra là của vương Quốc Bỉ, dùng riêng cho các thợ hầm mỏ dùng trong lúc khai thác, nhưng xem ra thuyết này chưa có khả năng đáng chú ý vì ngay tại Bỉ làm gì có hầm mỏ hoặc nếu có thì chỉ là loại nhỏ và tầm thường.



Xúc xích bò - heo gà
Sản phẩm đa dạng của Vissan

Mới đây nhất trên chuyên san của OMS cho rằng Saussage là món ăn truyền thống của dân Angletere mà gốc gác là khu vực chăn nuôi trù phú nhất nước Anh, vùng Yorkshire. Vì nơi đây đã có lúc thừa quá bán số gia súc hiện hữu mà chẳng có ai mua cả, do đó họ mới giết hàng loạt để làm xúc xích xông khói bằng cây phong ráng gà (loại phong lá đỏ có mùi tảo rất dễ

thương). Người ta đến mua và mang đi phổ biến khắp nơi đến tận Úc Châu và Tân Tây Lan...

Nhưng thôi, hôm nay chúng ta chỉ xem để nghiên cứu nguồn gốc xúc xích cho biết, còn mục tiêu chính của chúng ta là phải sáng chế ra những món xúc xích ngon để phổ biến cho cộng đồng. Những công thức chế biến đơn giản, dễ làm, có khác biệt với các thương hiệu khác và hy vọng mở ra một thị phần mới.

CÁC CÔNG THỨC LÀM XÚC XÍCH ĐƠN GIẢN

I/ Công thức Saucisson de LYON của pháp:

- Thịt heo nạc còn nóng	5 kg	- Mỡ gáy heo	1kg
- Da heo dầy khoảng	4 ly 1 kg	- Tiêu hột, tiêu xay	100 gr
- Muối	500 gr	- Đường	500 gr
- Tỏi	50 gr	- Bột ngọt	1 muỗng
- Bicarbonat de soude	1 muỗng	- Rượu chát đỏ	2 muỗng súp
- Giấm	1 muỗng soup	- Phẩm màu đỏ	1 chút
- Ruột non heo độ	500 gr hoặc hơn cho đủ.		

1/ Sửa soạn sẵn:

- Làm ruột heo: bằng cách xối giấm lên rồi vọt cho sạch, lấy một chiếc đũa lộn ngược trở ra, dùng muối xát đều cho sạch, làm thật nhiều lần cho tới khi hết mùi nặng xong mới lộn trở ra, vắt vuốt cho ráo nước rồi treo lên chỗ mát cho khô mặt.

- Thịt nạc rửa sạch lau cho khổ xắt từng miếng một có bề dầy 5 ly, dài 5 phân rộng 2 phân rưỡi.

- Lấy tỏi giã nhuyễn xong lấy một cái chậu để thịt vào rồi rải đều tỏi lên cùng với tiêu xay, bột ngọt, đường cát, Bicarbon-

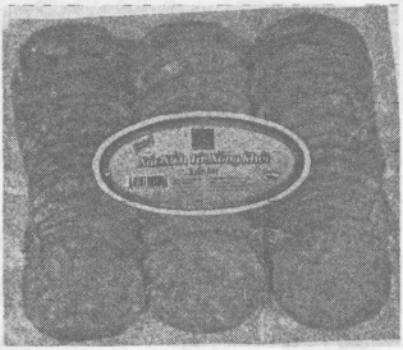
ate de soude, một phần muối và phẩm màu đỏ (loại phẩm cho thức ăn, không nên dùng loại cho công nghiệp) dùng tay xốc cho thật đều sau đó đổ trở lại việm hay chậu và ém thật kỹ, lấy vải mùng phủ lên ủ trong vòng 1 giờ đồng hồ cho thấm gia vị.



Xúc xích xông khói và xúc xích cốc tai sản phẩm đóng gói sẵn

- Lấy da heo đem luộc cho vừa chín tới (nhớ đừng luộc chín quá da sẽ bị đổ nhựa khó làm) xong đem nhúng vào nước lạnh ngay rồi xắt nhỏ cỡ hạt đậu nành dùng trộn vào thịt đã ướp thấm bên trên, nhớ trộn cho thật đều.

- Lấy mỡ gáy chần sơ trong nước sôi, cũng xắt hột lựu hoặc to hơn một chút rồi xốc một ít muối cho ráo (nhớ không nên để muối nhiều). Lại trộn chung với chậu thịt và da bên trên, rưới rượu vang đỏ và đổ tất cả tiêu hột vào rồi nhồi cho thật đều, ủ tiếp trong vòng 1 giờ nữa cho các loại đã trộn nở thêm ra. Những người kỹ chỉ ủ độ 45 phút hoặc sớm hơn vì sợ chua thịt, nhưng đúng là phải 1 giờ.


Xúc xích xông khói của siêu thị Metro thuận tiện vô cùng

2/ Nhồi xúc xích thành cây:

Lấy ruột heo cột túm một đầu, lấy phễu lỗ to đặt vào một đầu ruột rồi múc thịt đổ vào phễu, lấy đũa chọt cho thịt lọt xuống ruột, thịt xuống tới đâu thì vuốt và bện tới đó cho thật chặt (tuy nhiên phải bện nhẹ tay vì sợ bể ruột) hãy đo mỗi cây dài đúng 32cm (kích thước tiêu chuẩn cho 4 x 8) sau đó cột chặt lại, nhớ cột cho cứng cây. Một lưu ý nhỏ khi múc hỗn hợp thịt đổ vào phễu các bạn có thể chắt nước để tránh trường hợp thịt bị phều làm cây xúc xích bọng nước, khi hun khói lâu khô và phần bọng bị tóp lại, nhăn nheo trông rất là xấu xí.

3/ Giai đoạn hấp xúc xích:

Trước khi hấp, ta phải dùng kim nhỏ xâm nơi hai đầu trước mỗi đầu khoảng 4 lỗ nhỏ theo hình chữ thập để khi hấp không bị nhiệt trương làm bể cây xúc xích. Bỏ vào xửng 5 phút một thì mở nắp xửng, lấy kim xâm một lần, lăn đều cây xúc xích cho đều cây.

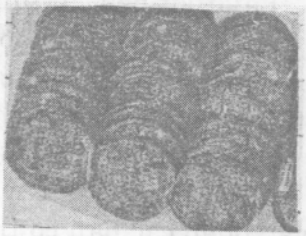
4/ Giai đoạn hun khói:

Gác giàn treo đều xúc xích dưới hướng khói, cách lò hun khoảng 5 đến 6 tấc tây, đặt xéo dưới lò nhưng không xa lắm để dựa vào sức nóng làm xăn xúc xích lại đồng thời nhận trực tiếp mùi khét của khói xông.

5/ Mách nhỏ:

Các bạn nên chọn vật liệu xông như lấy rơm, bả mía, vỏ đậu phọng trải đều ra sân phơi khô, lấy nước hổn hợp gồm có 6 phần nước, 3 phần giấm, 1 phần muối khuấy cho loãng và đều đổ vào bình phun lên các món trên, phơi trở lại đừng cho khô quá, chỉ yểu yểu là đem đi hun, khi hun chớ để cho cháy lửa ngọn, nên hun trên lửa than là tốt, lấy quạt giấy dùng tay phẩy nhè nhẹ cho khói ám vào xúc xích mà không vương bụi tro, thời gian hun khói đều nhất là 30 phút, có nơi làm 45 phút (với người Pháp họ bán theo cây cho nên không ngại hun khói lâu,

còn ta bán theo cân, sợ hun khói lâu mất trọng lượng cho nên ít ngon bằng người ta là vậy.



Những lát mỏng này là nón khoái khẩu trẻ con

6/ Bảo quản: nơi lạnh mát.

II/ CÔNG THỨC SAUCISS DE CALVIGNON

- Thịt bò 1 kí lô - thịt heo 1 kí lô
- mỡ heo 250gr - da heo 250gr
- tiêu bột 20gr - tiêu sọ hột 20gr
- muối 100gr - đường 100gr
- củ tỏi 1 cũ rưỡi - MSG muỗng cà phê
- Bicarbonate de soude 1 muỗng canh
- phẩm màu đỏ 1 chút - rượu nặng vermouth (có thể rượu đế) 1 muỗng
- Maggi 2 muỗng canh - ruột heo 500gr
- 2 trái thông phơi khô, lá chuối khô xé nhỏ, một tí lá bưởi khô.

1/ Sữa soạn sẵn:

- Cách làm ruột heo tương tự như ở bên trên.

- Cả hai thứ thịt đều xắt lát càng mỏng càng tốt, dài ngắn tùy thích sau đó cũng giã tỏi trộn đều với tiêu bột, bột ngọt, đường muối, Biarbonate de soulde, phẩm màu và Maggi sau đó đem ủ trong việm khoảng 30 phút.

- Da heo luộc vừa chín tới, xắt hạt lựu và trộn vào thịt đã ướp

- Mỡ gáy xắt hạt lựu (có thể to bằng hạt bắp cũng được) xong đem xốc đều với rượu nặng cồn chữ, xốc thêm tiêu hột lúc này sau đó hỗn hợp bên trên đều với mỡ bên dưới, đem cả hai ủ trong vòng một giờ rưỡi đồng hồ cho thấm gia vị và mỡ thịt.

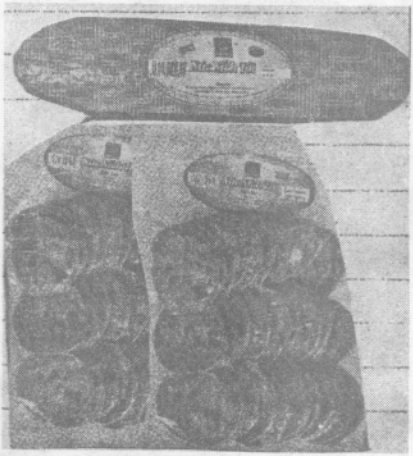
2/ Nhồi xúc xích: Hình thức nhồi và các thành quả 2 sau khi nhồi đều tương tự như công thức trên.

3/ Hấp xúc xích:

Cũng tương tự như công thức trên.

4/ Sấy xúc xích:

Lấy một mâm đục lỗ bên dưới, trãi than hồng để sấy xúc xích, thời gian sấy này cứ mỗi vài phút họ bỏ vào lò một vài mắt trái thông khô lên than cho vỏ cháy rồi dập tắt ngay để lấy khói có mùi colophane, dĩ nhiên là mâm và xúc xích đều nằm trong thùng kiếng kín để có thể quan sát rõ ràng.



Xúc xích sấy nguyên cây và xắt lát sẵn quen thuộc với mọi người

5/ Sau cùng là hun khói:

Thời gian hun áo khói bằng cách mở toang thùng ra hoặc đem xúc xích ra giá đỡ bên ngoài rồi trãi lửa than trên hướng treo xúc xích, lần lượt rải lá chuối khô lẫn lá bưởi rồi quạt nhẹ cho khói ám vào xúc xích, mỗi lượt hun này kéo dài 15 phút cho tới chín hết.

III/ CÔNG THỨC FRANFURTER CỦA ĐỨC: (FrankFurter)

FRANFURTER là loại xúc xích ướt có nước sốt của người Đức, đây là loại đặc sản quan thuộc của người Đức, ta có thể học cách làm phương pháp này để mở quán bán kèm bánh mì chan sốt cũng tốt, làm quán rượu dã chiến cũng tốt.

1/ Công thức làm xúc xích:

- Thịt bò	1 kí lô	- Thịt heo	1 kí lô
- Gan heo	250gr	- gan bò	500gr
- Mỡ heo	250gr	- Đậu phọng	200gr
- Tiêu bột	25gr	- muối	100gr
- Đường	100gr	-Tỏi	100gr
- Hành tây	100gr	- Maggi	100cc
- Rượu Wirmuth (đế)	100ml	- Bicarbonate de soude	1 muỗng
- Ruột heo	250gr hoặc hơn.		

2/ Sơ chế:

- Thịt bò, thịt heo xắt lát, gan bò gan heo cũng xắt lát trộn đều ướp tiêu bột một nữa đường, một nữa muối, Maggi và rượu Wirmuth (có thể dùng rượu đế) - Bicarbonat de soude tất cả bỏ vào một việm trong vòng 3 giờ đồng hồ.

- Tỏi và hành tây xay nhuyễn, đậu phọng rang xay nhuyễn, trộn đều rồi đổ vào hỗn hợp trên, dùng tay nhào trộn cho đều để thêm 15 phút.

- Mỡ heo luộc sơ xắt hạt to như hạt bắp.

- Ruột heo làm sẵn như các công thức trên.



Xúc xích hong khói có cầu chứng an toàn

3/ Chế biến: Đem hai hỗn hợp trên bỏ vào máy xay thật nhuyễn nhừ, lấy mâm hứng toàn bộ nước chắt xuống để làm nước sốt. Khi xay xong đem trộn cùng mỡ heo đã xắt hạt lựu, thêm nửa muối, nửa đường còn lại bỏ vào nhào thật kỹ ủ thêm 15 phút nữa.

4/ Cách nhồi xúc xích: Cũng lấy phễu để nhồi xúc xích, nhưng cục xúc xích chỉ gọn như nem hoặc giống như bò nướng lá lốt, nghĩa là đường kính 10mm, dài khoảng 2cm đến 3cm vừa đủ bỏ vào miệng.

5/ Hấp và sấy khô xúc xích: Cũng hấp cách thủy cho xúc xích yểu rồi mới sấy khô chứ không hun khói, khi dùng chỉ chan nước sốt vào.

6/ Làm nước sốt: Gọi là sốt schweppes - cay chua.

- Cà chua xay (bỏ hạt, bỏ vỏ), giấm pha loãng đường rất ít, muối rất ít, tiêu, hành băm, tỏi băm, mù tạt, ít bột mì, Maggi đỏ, và nước dùng gà luộc (có bán hủ sẵn) đem khuấy lên như hồ lỏng, xối lên xúc xích Frankfurters.



Xúc xích thịt bê món ăn ngon tuyệt

DĂM BÔNG (JAMBON)



Jambon thịt vai xắt lát sẵn công nghệ của siêu thị Metro

Còn gọi là da bao, hoặc có nơi gọi là thịt nồi cuộn hay thịt bó cuộn. Đây là món đồ nguội truyền thống của hầu hết các nước ở châu Âu nhất là người Tây Ban Nha và Bồ Đào Nha, một trung tâm xuất phát hầu hết những nhà thám hiểm đi khắp nơi trên địa cầu, sau đó lan sang các nước có ngành hàng hải và thương thuyền nổi tiếng như Anh, Hòa Lan, Đan Mạch, Thụy Điển để rồi có các loại da bao theo công thức riêng của từng nước. Cho tới bây giờ người ta chưa thể xác định nó được xuất xứ từ nước nào. Đức thì nói rằng họ đã có loại thức ăn này từ xa xưa lắm rồi. Dân Anh thì khẳng định là từ thời Robin Wood đã có món dăm bông trên bàn ăn của anh ta. Người Hòa Lan thì cho đây là sản phẩm của họ sản xuất cấp tốc cho những người thợ bảo vệ đề điều hai bốn trên hai bốn giờ vì nước họ thấp hơn mặt biển hàng trăm mét... Tóm lại để dẫn chứng cụ thể thì ai cũng dành phần được về mình cả.



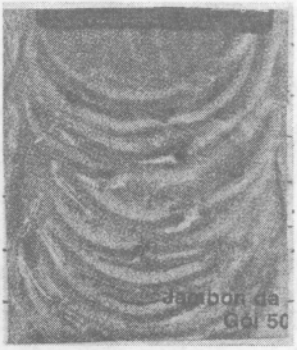
Jambon heo xắt lát đóng gói vệ sinh

Một chuyện rất lạ và rất đặc biệt thì người Trung Quốc nói là món da bao xuất phát từ Đông Phương, cụ thể là Trung Hoa xưa rất xưa, đó là thời "Tô Vũ chăn dê". Theo tích ông Tô Vũ bị vua đày đi chăn dê đực cho tới khi

nào dê đẻ con mới cho "hồi trào", Dê đực đẻ đâu không thấy chỉ thấy đàn dê chết lần chết lựa, ông túng thế phải xẻ thịt và lấy da dê cuộn lại rồi hong khô để ăn dần, từ đó người ta đọc loại da bao này là Nhục dương bì và trại ra dương bì thành dăm bông.... Nghe thì lạ nhưng rất có thể nếu không bỏ dấu mà đọc có lẽ không xa vần với dăm bông lắm đâu...!!!

Một phát hiện mới đây nhất ở Canada khi những nhà thám hiểm các hang động ở miền cực băng giá, các nhà cổ sử học đã dùng carbon 14 định loại một số đồ đạc, vật dụng và thức ăn của dân Eskimo xa xưa mà họ khám phá được trong đó có các cuộn thịt to hình dáng tương tự như Jambon, một cuộn là thịt hải cẩu bao bằng da chính nó, cuộn thứ hai thịt hải tượng và cuộn thứ ba là loại cá hồi bao cuộn lại, tất cả đều được sấy khô và xông khói cẩn thận mới chôn trong các thùng cây dưới tuyết 50cm. Họ khẳng định là có trên dưới 60.000 năm rồi. Sau đó ít lâu người ta đem chúng đi hỏi ngay dân Eskimo hiện hữu, họ cho biết đó là món Matmong (thịt khô sấy, hun khói cho tới chín, món ăn thường ngày của dân Eskimo).

Thôi thì của ai cũng được, miễn hồ ta có thể áp dụng làm được để phổ biến cho người dùng thì đó là nguyện vọng của tôi.



Jambon da bao cuộn

Hôm nay tôi xin hiến các bạn cách làm một vài loại Jambon thuần túy, dễ làm và nguyên liệu không khó tìm, giúp các bạn có ít nhiều thu nhập nuôi sống gia đình là tôi vui rồi, hy vọng của tôi.

CÁC CÔNG THỨC CHẾ BIẾN JAMBON

I/ JAMBON BOURGUIGNONNE CỦA PHÁP:

1/ Thành phần gồm:

- Thịt heo nạc thăn còn nóng 1 ký 500gr
- Da heo dầy độ 4 ly làm sạch 0, 500gr
- Tiêu xay mịn 3 muỗng cà phê - Tiêu hột 3 muỗng cà phê
- Muối tinh 3 muỗng cà phê - Đường cát 100gr
- Nước Maggi 10 muỗng canh - Tỏi ngâm dấm 3 muỗng canh
- Bột ngọt 3 muỗng canh - Thuốc tiêu mặn 2 muỗng canh
- Bột màu thực phẩm pha giữa màu đỏ và màu vàng để cho màu cam một chút xíu - rượu vang 2 muỗng canh.

Phụ liệu: Một miếng da sống bề ngang 30cm dài 60cm (nếu không có da lớn ta có -thể cân nhắc chia đôi làm các đòn vừa khổ nhưng trọng lượng phải hợp lý).

- Kim lẹm, chỉ mỡ, cây dùi xăm làm bếp, búa gỗ làm bếp.
- 1 mét vuông vải phin có thể dùng bồng bột mì thật sạch.
- Dây buộc hoặc dây lát, hoặc dây nylon kiếng.

2/ Sơ chế:

(-) Thịt nạc thăn heo còn nóng tức còn máu tươi, ta hãy lấy vải lau sạch máu xong xắt thành cục nhỏ (nhớ đừng lấy thịt đi rửa nước, chỉ lau sạch thôi), mỗi cục khoảng 2 phân rưỡi dài, 1 phân rưỡi ngang. Sau đó lấy bàn kim chần cho ngập lỗ rồi rắc thuốc tiêu mặn (Bi-carbonate de soude) vào xốc cho



Những hỗn hợp Jambon phân chia màu sắc đẹp mắt

đều, đổ vào chậu hay việm ủ trong vòng 5 giờ đồng hồ cho thịt thấm, nhớ khi ủ phải lấy vải mùng đậy lại để tránh bụi bậm và côn trùng rơi vào...

(-) Da heo đem luộc vừa chín tới thôi (đừng luộc chín quá da sẽ đỗ nhớt khó xắt) đem xắt thật nhỏ rồi bỏ vào cối xay nhừ thành cục.

(-) Tấm da sống kích thước bên trên cạo rửa cho thật sạch nhớt và bụi bẩn trong lỗ chân lông, nhổ lông thiệt kỹ sau đó đem phơi ráo trong vòng 1 giờ đồng hồ xong mang xuống xếp đôi lại rồi may nẹp thành một chiếc túi hình chữ nhật, đây chính là da bao. Nhớ may là phải chừa một mặt trống để có chỗ dồn thịt vào.

(-) Thịt sau khi ủ 5 giờ lấy màu cam hòa vào một chút rượu vang (hay rượu đế cũng được) chờ nhồi thịt vào da bao mới lấy phết bên ngoài da bao cho có màu đỏ cam.

(-) Tiêu đem rang xay nhuyễn, tiêu sọ đảo sơ trên bếp để nguyên hột để chờ dồn da bao.

(-) Tất cả sẵn sàng chờ chế biến.

3/ Chế biến: Lấy toàn bộ thịt đã ủ bỏ vào một chậu lớn hơn sau đó cho da xay vào xốc xơ với thịt cho đều, đổ Maggi vào (nếu không có Maggi có thể dùng tàu vị yểu hoặc nước tương, nước mắm cũng được nhưng nước mắm phải thật ngon và thơm để mùi không hăng lắm). Đổ vào xong lấy tay xốc thêm mới bỏ tiếp tiêu bột, tiêu hột, muối, đường, bột ngọt cùng tỏi giã nhuyễn vào, bây giờ mới



Ngày nay người ta thích loại xắt

xốc liên tục cho thật đều, nhất là tiêu hột phải cân đối, khi xốc trộn xong mới dồn tất cả vào túi da heo đã may khi nãy cho tới khi đầy thành cuộn tròn rồi thì vỗ cho thật chặt, thật dẻ, cứng mới may miệng lại. Lúc này da bao đã thành đòn mới cho vào xửng nước nấu xông trong vòng 20 phút (tới khi nào thấy da heo hơi trong là tốt) lúc xông nên lấy kim xăm vào da cho xì hơi và nước bọng ra. Cuối cùng vớt cục da bao ra gói vào tấm vải phin, cuộn chặt lại rồi cột sơ đem đi hấp đúng 1 giờ 30 phút, vớt ra nhúng ngay vào nước lạnh khoảng 2 phút, vớt ra mở vải ra xong thoa rượu pha màu cho đều ở ngoài da bao là xong.

4/ Bảo quản: ở 1°C đến 5°C để được rất lâu.

II/ JAMBON ORLOFF CỦA BỈ:

1/ Thành phần gồm:

- Thịt nạc đùi heo tươi 2 ký 500
- Da heo dầy độ 4 ly 0, 500
- Đường cát 3 muỗng canh
- Muối tinh 3 muỗng canh
- Maggi hoặc nước sốt thịt có caramel (trường hợp không có thì lấy tàu vị yểu, nước tương cũng được) 4 muỗng canh
- MSG (bột ngọt) 2 muỗng canh
- Tiêu xay mịn 2 muỗng cà phê
- Tỏi 50gr khoảng 1 củ rưỡi
- Tiêu sọ hột 3 muỗng canh
- Thuốc tiêu mặn 3 muỗng cà phê
- phẩm màu da cam bầm một ít



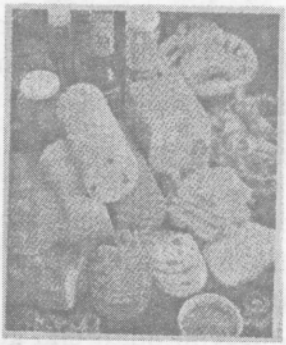
Jambon và xúc xích của Vissan công nghệ Đức Quốc

Phụ liệu: Một tấm da heo tươi dầy độ 4 ly, khổ 40cm x 60cm hoặc nếu có thể làm da nhỏ hơn và cân đối số lượng đòn cho đủ.

- Kim, lẹm, chỉ mỡ may cọng to, 1 miếng vải thô độ 1 mét vuông.

2/ Chuẩn bị:

(-) Thịt nạc lạng bỏ hết các bạc nhạc dính chặt vào mỡ, sau đó lau khô bằng khăn thấm cho sạch máu cũng tuyệt đối không rửa bằng nước. Kế đó xắt cạnh 2cm5 dài 5cm, dầy độ 1,5cm. Lấy kim bàn xâm nhẹ cho lủng lỗ trên miếng thịt cho đều rồi lấy bicarbonate de soude (tức thuốc tiêu mặn) rắc đều lên từng miếng thịt rồi bỏ vào một chậu hoặc việm sành từng lớp để ủ thịt trong vòng 3 giờ đồng hồ, nhớ lấy vải mùng đậy lại cho kín.



Các loại da dao nguội

(-) Sau khi ướp xong 3 giờ, lấy ra một thau rộng miệng rồi trộn đường, muối, bột ngọt cho đều, xong đổ trở lại việm và tiếp tục ủ thêm 10 giờ đồng hồ nữa.

(-) Da heo luộc chín vừa tới xắt nhỏ rồi băm nhuyễn hoặc xay cho nhừ ra.

(-) Miếng da trơn sau khi làm vệ sinh, cạo sạch nhớt, nhổ lông cho sáng ra đem căng ra phơi ráo nhưng không khô quá, sửa lại bốn góc cho đều rồi gập đôi lại, lấy kim lẹm may cho vuông vức lại thành một túi, chừa một mặt để nhồi hỗn hợp.

3/ Nhồi Jambon:

(-) Lấy thịt đã qua 2 giai đoạn ướp tổng cộng 13 giờ đem ra một chậu to, đổ da đã xay, nước Maggi (hoặc nước tương, tàu vị yểu) tiêu xay, tơi giã nhuyễn, tiêu hột rồi xốc cho thật đều nhất là xốc với tiêu hột. Kế đến ủ tất cả trong việm độ nửa giờ,

nếu trong hỗn hợp có nước thịt và nước gia vị chảy đọng lại thì lấy vải thấm cho khô.

(-) Banh túi da tươi đã may rồi dồn hỗn hợp vào, dồn đều dần từ dưới lên trên mép thành viền cho thật đều, nén thật chặt rồi túm miệng da lại may kín thành cục da bao.

(-) Lấy tay vỗ và lăn cho thật đều.

(-) Lấy một xửng nước sôi trên chảo, đun cho sôi bùng rồi bỏ Jambon vào, bớt lửa dần đừng cho sôi bùng nữa, chỉ riu riu thôi. Thời gian hấp khoảng 8 đến 10 phút, chia ra cứ ba phút là lấy kim xâm đều cho nước và hơi trong thỏi dăm bông xì ra, cuối cùng nhấc xửng xuống, lấy miếng vải thô bỏ cục dăm bông vào quấn cho gọn, lấy dây bó thật chặt rồi trả lại xửng hấp tiếp trong 1 giờ đồng hồ.



Jambon choix của Vissn, loại lát cuộn để ăn Hamplex Salade

(-) Vớt Jambon ra để nguội gỡ vải thô rồi rửa sơ qua nước sạch sau đó để ráo lấy màu pha sẵn thoa đều lên.

(-) Treo lên tủ kín vài giờ, đưa đi ướp lạnh ở độ từ 1°C đến 5°C để được khá lâu.



Jambon nhồi đủ các kích cỡ cho người dùng

III/ JAMBON KRAFTEN CỦA ÚC VÀ NEW ZEALAND.

Đây là loại Jambon chuyên biệt của Châu Đại Dương, thường thì tại đây người ta đặc chế bằng thịt Kangarou pha với thịt heo muối lâu ngày. Nhưng ở nước ta không có thịt chuột túi, nên ta có thể pha giữa hai loại bò và heo là tốt nhất.

1/ Thành phần gồm có:

- Thịt nạc đùi heo tươi ngâm muối	1 ký 500
- Thịt bò thăn ngâm muối	1 ký 500
- Da heo xốc muối xong rửa sạch	1 ký
- Đường cát	100gr
- Maggi town (nước tương ngọt)	1 chén
- Bột ngọt hay bột gà nêm	3 muỗng
- Tiêu xay mịn (30gr) tiêu hạt	(30gr)
- Thuốc tiêu mặn Bicarbonate de soude	2 muỗng canh
- Tỏi băm 50gr - Quế cynamum	1 muỗng cà phê bột

- Da tươi heo rộng 30cm x 40cm (đặc biệt ở Úc không dùng da để bó mà họ dùng ruột Kangarou già làm sạch để nhồi)

Ta có thể lấy nhiều da tươi để làm nhiều thỏi.

- Một ít rượu cheer (rượu dâu cũng được).

- Vài ký lá thông khô để sấy hong (ta có thể dùng rơm, lá chuối)

2/ Sơ chế:

(-) Thịt bò, thịt heo đều xắt lát mỏng độ 5 ly, kích cỡ nào cũng được, tất cả xát muối hai mặt đem ra phơi nắng 3 giờ đồng hồ xong đem vào phủ muối thật sạch, xếp lớp bỏ vào thố ủ trơn 1 ngày 1 đêm.

(-) Da heo xốc muối xong, phơi độ 2 giờ cũng phải muối đem ủ 1 giờ rồi đem ra băm cho thật nhừ (xay nhuyễn).

(-) Tỏ băm nhuyễn, quế cynamum hong khô giã nhuyễn, thuốc tiêu mặn cả ba bỏ vào rượu cheer (rượu dâu) đánh nổi bọt lên bỏ bả.

(-) Maggi town hoặc nước tương ngọt pha bọt nêm bột ngọt và đường cho lỏng ra để riêng.

3/ Chế biến:

(-) Lấy cả hai loại thịt bò và thịt heo đã muối đem ra xếp lại từng chồng, xắt vuông 10mm x 10mm, sau đó trộn đều với heo đã xay, đổ hỗn hợp tỏi, quế, rượu vào cùng với hỗn hợp Maggi, bột nêm, bột ngọt, đường. Sau đó xốc cho thật đều, để tất cả lên một thau có lỗ để hứng nước thịt, nước gia vị xuống một cái nồi, thời gian hứng này trong vòng 1 giờ cho ráo.

(-) Trãi đều hỗn hợp thịt ra xong rắc tiêu bột cho phủ mặt đồng thời rải tiêu hột vào rồi xốc lại một lần cuối.

(-) Dồn vào da bao như các loại Jambon trước (hoặc ruột gia súc)

(-) Mang kín lại rồi đem đi hấp cách thủy 25 phút, xâm kim như các loại Jambon khác.

(-) Gác giàn treo, xông khói lá thông hoặc rơm, lá chuối trong vòng 20 phút hoặc hơn. Bảo quản nơi khô ráo.

BƠ MẶN (BEURRE - BUTTER)

Bơ mặn động vật là một loại thực phẩm dùng kèm rất thông dụng dưới nhiều dạng khác nhau mà người dân các châu Âu, Mỹ, Úc rất thích nghi và họ luôn luôn có ở bàn ăn cũng như trong bếp hàng ngày. Cho tới ngày nay, hai châu lục Á, Phi còn lại cũng có rất nhiều người dùng đến.

Bơ động vật có 2 dạng, bơ lạt và bơ mặn.

(*) Bơ Lạt dùng để chiên xào thức ăn, làm kem phủ bất bông cho các loại bánh ngọt cần màu sắc trang trí hoa mỹ cũng như làm dung môi cho mỡ động vật vào những lúc cần khống chế lượng hấng khi dùng nhiệt cao đột ngột.

(*) Bơ mặn được dùng để trét lên các loại Ham, các loại Biscuit, bánh coq hoặc phếch lên bánh mì ăn hàng ngày, nhất là cho những bữa điểm tâm.



Beur'tel chứa 30% mặn

Một loại bơ khác áp dụng độ mặn từ muối khống chế khẩu vị những người cần béo dinh dưỡng hỗ trợ, nhưng cơ thể đã có một cảnh giác bởi lượng cholesterol đang tồn tại đe dọa (ảnh trên).

Bơ là một loại thực phẩm thẩm nhiễm trực tiếp lượng lipid vào cơ thể khiến người dùng nhiều dễ cảm thấy nặng nề sau lúc ăn, nhất là vào bữa tối cũng như những người ít năng vận động.

Tương tự như phó mát, bơ cũng khởi thủy từ nước Pháp, nhưng nó có trước phó mát tới hơn nửa thế kỷ. Vì người Pháp không nuôi gia súc giết lấy mỡ thịt cho nên họ đã nghĩ ra việc trích xuất từ sữa động vật một loại kem sệt, rồi lấy kem đó mà dùng cho các nồi súp hầm hàng ngày. Một hôm nọ tại bình nguyên vichy, một gia đình lao công bơm nước khoáng cho du khách tắm hàng ngày đã nhờ sự nghịch ngợm của người cháu trai tên là Pierre Claurent lúc mới vừa mười hai tuổi,



Elle & Vire 2 loại bơ lạt và bơ mặn

cậu bé trông thấy một chiếc xe đạp nước quấn những guồng nước khoáng lên cho khách tắm (hình thức xa quấn nước này tương tự như quạt của cối xay gió), để thỏa mãn chí tò mò cậu liền tìm gỗ sồi vụn và mày mò làm một chiếc xa nọ vừa gọn bằng một chiếc thau nhỏ và thay vì đặt đứng thì cậu lại đặt nằm ngang trong chậu thau, rồi vì sợ cha và ông biết, cậu liền vào ngay chuồng bò mà thực hiện, cũng vì tránh phiền phức nên cậu lấy ngay sữa vắt trong chuồng bò thế nước, đổ vào thau và quay lấy xoay để cho đến khi một lượng kem váng dầy khá béo đóng ven chậu thau. Cậu thò tay quẹt và nếm thì thấy rất ngon, khoái quá cậu quên rằng mình sẽ bị phạt nếu cha và ông hay, cậu liền chạy vào nhà báo cho họ biết. Và ngạc nhiên thay, họ rất có óc cầu tiến nên gia đình cả họ pierre bảo cậu thực hiện lại rồi sau đó cố dấu để bảo chứng công trình mình suốt 20 năm trường cho tới khi em gái Claurent là Allennet lấy chồng, công thức mới chạy sang gia đình chồng và quảng bá khắp nơi.



Bơ Présindent thực nghệ

Ngày nay sau thời gian dài cải tiến và châm chế nhiều cho nên người ta theo đà tiến bộ đã cho ra nhiều loại bơ có tính cách xem như khác nhau, nhưng thực chất chỉ là một cách làm xưa cũ, và công thức Pierre Claurent là công thức chuẩn dù thời đại tân kỳ có áp dụng máy móc thay thế (cũng có thể chiếc xa quấn của Claurent chính là hình thức máy ly tâm bây giờ).

Ta chỉ biết một tiến trình hoàn hảo của bơ được giải phân qua bốn quy cách để thành bơ như sau.

1/ Sữa tươi sau khi vắt xong phải qua giai đoạn gạn lọc lông tơ vú bò và qua quá trình xử lý hệ 2 pasteurise sau đó ủ 2 giờ cho hảo phí.



Bơ phết bánh mì hiệu Elle & Vire

2/ Dùng máy ly tâm đánh phân tách sữa theo chu trình 1 là 6000 vòng trên phút trong 30 phút, tăng chu trình 2 là 7000 vòng trên phút trong 30 phút, cứ như thế mỗi một ba mươi phút kế tiếp thì tăng chu trình 3, 4, 5 cho tới cho trình 7 tức 12000 vòng trên phút để tách bơ loãng rời khỏi nước sữa không béo, mỗi cạnh thùng ly tâm này đề có những chén trũng thông lỗ song song để gạt và đồng thời hứng các váng kem chén trũng thông lỗ song song để gạt và đồng thời hứng các váng kem văng ra nhờ lực ly tâm chồng lớp.



Bơ Présindent thực nghệ

3/ Sau khi thành bơ loãng ly tâm chồng lớp, ta xử lý một quy trình tiệt trùng cấp phân, kế đến làm lạnh và đánh chín bơ loãng.

4/ Dùng thiết bị khuấy nhẹ để khuấy trộn tạo kem bơ thành bơ cấu trúc hoàn hảo, thời gian này là thời gian tiêm độ mặn để cho loại bơ mặn, độ mặn này trải qua loãng trước khi dùng thiết bị khuấy làm bốc hơi khối loãng này để bơ không bị váng cục hoặc xốp (hình thức thẩm khí dễ làm bơ lên men tạp, hư bơ).

Dưới đây là vài khái niệm bổ sung cho các chất béo động vật và thực vật có trên quả đất này mà tôi mong muốn các bạn nên am tường trước khi hoàn chỉnh nghề mình chọn.

1/ So sánh hàm lượng có trong các loại sữa:

Tính bằng phần trăm trọng lượng

Loại sữa	Nước	Protin	Lipid	Lactose	Trơ
- sữa trâu	77,3	7,0	10,0	5,0	0,75
- sữa bò	86,9	4,0	4,5	4,7	0,75
- sữa dê	87,7	3,7	4,5	4,2	0,75
- sữa cừu	87,5	3,9	4,5	4,1	0,75
- sữa người	88,9	1,7	3,2	7,7	0,25

2/ So sánh hàm lượng có trong các loại dầu và bơ thực vật

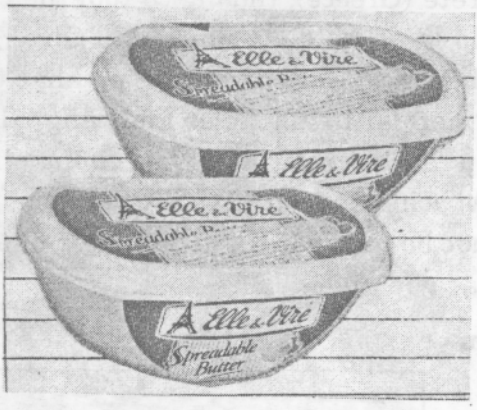
LOẠI	Nhiệt độ hóa lỏng C°	acid béo No% C_6 C_{12}	acid béo No% C_{14}	acid Oleic	acid Linoleic	acid Linolenic
- bơ sữa	32°2C	← 57	2 →	32	3,9	0
- dầu dừa	25°1C	60	32	9	1,7	0
- dầu cọ	24 → 35°C		36	50	14,1	0,4
- dầu phộng	3°C		21	57	24,9	0
- dầu nành	−16°C		11	35	53,7	3
- dầu mè	−°C		13	49	42,1	0
- dầu bắp	−20°C		10	39	55,1	0
- dầu hướng dương	−17°C		9	37	58	0
- dầu bông vải	−1°C	← 28	3	25	49	0
- dầu olive	−°C	← 11	4	85	5,3	0

Các sắc dân ở đảo Crêté (Greece), thường có tuổi thọ cao nhờ mạch máu họ mềm, đó là do họ dùng nhiều dầu Olive, vì trong đó nó thuộc họ acid béo nếu so sánh với các béo khác thì giảm tỉ số cholesterol nhờ hẹp lại LDL (choles âm) tăng HDL (choles tốt) giảm kết tụ tiểu cầu nên máu luôn lỏng, chống nhồi máu cơ tim, do đó họ MFA (acid béo) của olive tác dụng chống oxy hóa. Tất cả đều làm được bơ thực vật thay thế bơ sữa nhằm hạn chế sự tấn công của các gốc tự do.

3/ Có một cách làm bơ nhân tạo:



Bằng mỡ bò tươi loại bò có tuổi ngoài bê từ 1 năm đến 2 năm, chất mỡ màu vàng còn trong. Lấy mỡ rửa sạch, xong băm nhỏ rồi cho vào nồi hơi nước chưng nóng với tỉ lệ 2 phần mỡ, 1 phần nước cất tinh khiết và một lượng carbonat kali vừa phải, mua một bao tử bò hoặc heo, hoặc cừu dê cũng được cho vào nấu liên tục ở nhiệt độ 52°C dao động từ 50 tới 55°C là cùng cực và liên tiếp đun trong vòng 2 giờ liền - Bao tử có men pepsin tác động vào mỡ đang nóng chảy sẽ được trồi lên trên, sau khi tháo đai rồi ta gia một tí muối vào, để còn ấm lấy rây lỗ tròn gạn bỏ các sơ và các cợn bên trên, lấy kem bơ ở dưới dùng đũa hoặc thanh que máy đánh liên tục sau đó đem đi trữ lạnh. Dạng bơ đã đông hình thành, ta lấy một giàn ép (có thể chế bằng con đội thủy lực) để ép tách ra một lượng stearin khoảng 50%, loại 50% oléo margarin ra để ở một nơi thoáng rồi gia sữa bò tươi vào một lượng tương đương 1/5 so với margarin oléo, một tí màu thực phẩm dạng bơ sau đó



đánh gia tốc sệt, sệt cứng, đông đặc và đựng vào bao bì. Đây là loại bơ trực hữu cholesterol cho nên tuy gọi là nhân tạo nhưng cũng ít có ai nghĩ đến làm, vì thời buổi bây giờ sữa tươi không thiếu và kỹ thuật khoa học ngày nay khá tiến bộ, cho nên không cần thiết phải giả tạo như thế.

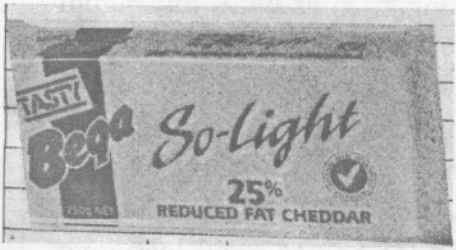
PHÓ MÁT (FROMAGE - CHEESE)



La vache qui rit con Bò cười biểu tượng phô mai nước Pháp

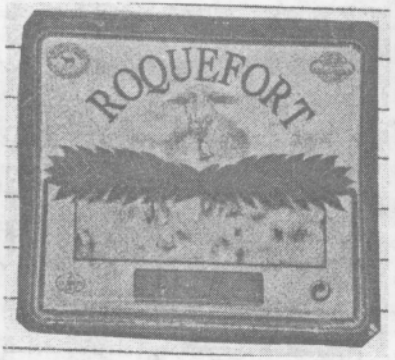
Phó mát, một loại thức ăn tuyệt vời xuất hiện khắp mọi nơi trên thế giới ngày nay. Chúng ta đi tới đâu dù rằng hang cùng ngỏ hẹp đâu đâu ta cũng đều thấy có chúng. Nhất là thương hiệu La vache quirit có hình đầu con bò đang cười tai đeo khoen là hai hộp phó mát mà từ ông bà, cha mẹ chúng ta đã quen gọi là con bò cười hoặc phô mai đầu bò rồi. Lúc tôi còn bé, hình ảnh hộp phô mai đầu bò nhan nhãn trong các tủ kiếng xe bánh mì thịt ở khắp nơi trên đường phố quê mình. Thậm chí qua các nước láng giềng như Campuchia, Lào, Thái Lan... nó cũng xuất hiện nơi công cộng các tên hiệu,

các hương vị khác nhau đều cho ta những thích thú và khoái khẩu khi ăn chúng.



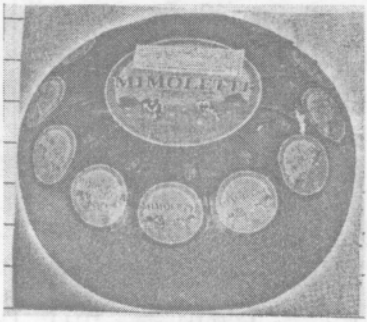
Dù sản xuất ở bất cứ đâu Cheddar vẫn là công thức của Thổ Nhĩ Kỳ

Phó mát được khởi nguồn từ nước Pháp thời trung cổ xa xưa do các tu sĩ nhà thờ khối kết lên vùng trủng núi Emmental, đây là một sơn thảo nguyên (cánh đồng cỏ trên ngọn núi) tiếp giáp ba vùng hành chánh dị sơ là Gruyere, Beaufort và emmental, nơi đó có ba tiểu chủng viện là Thánh pierre phía Tây hạt pont, Tông đồ ở phía Nam L'evêque và Havre ở phía đông hạt Munster, giữa ba chủng viện có những cánh đồng cỏ núi ngậm sương liên tục, nên các tu sĩ làm nơi chăn thả bò, cừu, dê rất nhiều. Tại đây các gia súc nhờ ăn các lọn cỏ thuần khiết không ô nhiễm, lại được uống nước trong các hốc núi đá đầy những khoáng, cho nên sữa của chúng có nhiều đặc sắc hơn nữa của các giống nuôi dưới vùng bình nguyên hữu cơ. Do khí hậu lạnh thấu cho nên các tu sĩ đã nghĩ ra cách làm một thứ thực phẩm gì đó để bớt nhàm chán bữa ăn hàng ngày, từ đó một tu sĩ thực tập đã nghĩ ra một cách ủ trực dụng kem của sữa thành loại kem cô đặc quếnh, qua quá trình đông tụ tự nhiên nhờ sự giúp đỡ của một chất men đông sữa

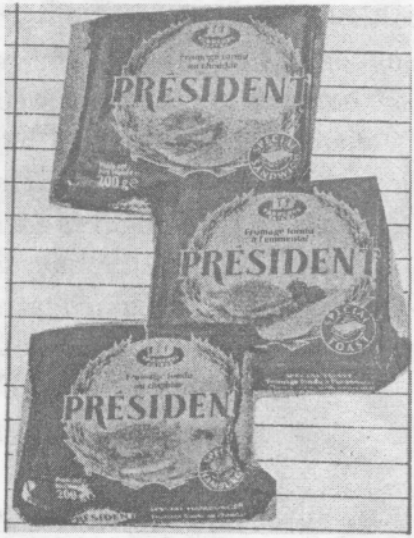


Fromage Roquefort có mùi thủm như chao chùa

tương tự như ngày nay người ta làm yaourt hay kêfir. Nhưng đối với yaourt và kêfir thì sau khi đông tụ còn giữ nguyên trong nước sữa loãng chờ tái tục đông tụ. Còn phó mát thì ta phải nhờ tới acid lactic, và sau đông tụ thì chất được trích xuất ngay ra khỏi phần chất lỏng còn lại thành những hạt, kế đến các hạt ấy được đem đi nghiền cho thật mịn và được kích tạo nhiệt độ qua dạng nấu sôi cho lên váng trong lúc đó thì phải đánh đảo một lượng mạnh tay để váng tinh khởi cô, rồi cô đặc để được ép thành khối. Ép xong mới đem đi muối cọng lực kế đó những khối phó mát này được tàng trữ cho tới khi nó tự chín.



Mimolette Holland sáp 12 mùi vị khác nhau



Các sản phẩm của President

Trung bình cứ 11,6 lít sữa tươi trải qua quá trình đông tụ caséin người ta sẽ dẫn được 1kg150 hạt phó mát cơ bản, hạt này sẽ được thủy nhiệt trương xuất theo nấc đến trên 90°C liên tục trong vòng 3 giờ đồng hồ để thành các sợi óng mới đem đi ép, lúc này là lúc cho lên men lactic hoặc con khuẩn penicillium, phó mát trung

hòa đã thành (1kg/11,6 lít sữa). Đem phó mát trung hòa đi muối mới thành phẩm.

Qua năm 1791, một cô gái ở xứ sương mù Normandie được cha cho thừa hưởng một nông trang chăn nuôi lớn tại quận lỵ Madea đó là cô Marie Harel đã nghiên cứu ra loại phó mát đặc vị mới nhờ ở sữa bò có kiềm tố và hữu cơ cọng sinh chứa Iode vì cỏ vùng ven bờ biển này hấp thụ iode từ biển vào nên sữa rất đa khoáng. Phó mát này được đặt tên là Camembert, cho tới ngày nay, phó mát camember ăn đứt các loại khác, nhưng nó có 3 loại khác nhau nhờ hương vị riêng của từng loại được sản xuất hoặc là sữa dê, sữa bò hoặc sữa cừu...

Một loại sản phẩm nữa thật đặc biệt khiến du khách đến Pháp đều muốn nếm qua, đó là Roquefort có mùi thum thủm nặng nhưng lại được ưa chuộng nhờ người ta ăn nó uống với vang đỏ Bordeaux. Roquefort được làm trực tiếp từ sữa cừu cũng qua quá trình đông tụ nhưng chất kết đông lại nhờ bằng dịch chất chiết suất từ dạ dày bò thay thế acid latic. Người ta cũng trích chất đông tụ ra khỏi nước sữa lỏng, cũng thắng sữa rồi đảo ép và ép cứng thành khối hạt rồi trải qua quá trình muối trở lạnh chờ chín chậm hơn các loại khác, có khi kéo



Các sản phẩm khác của phó mát đầu bò Lavache quirit loại Ham - loại Blance - loại Sand

dài 1 năm (mùi phó mát Roquefort tương tự như mùi chao chùa của ta, nên ta không bất ngờ khi các ông Tây Đồn Điền ngày xưa hay đến chùa của ta ăn chay với chao khoai môn...)

Phó mát rất giàu protein, lipid và calci, đây là những chất rất cần cho người già và trẻ con vì nó cung cấp những acid amin không thể thay thế dạng No., còn calci qua sữa rất đặc biệt bổ sung cho người già khuyếch tán, cũng như trẻ con thiếu hụt.

Đến Paris các bạn ngồi ở các quán xá vĩa hè như La Fayette hay Misaré dọc bờ sông Seine, uống vang Bourgogne ăn Roquefort thì thật là tuyệt vời. Hiện nay cả nước Pháp hàng năm cung cấp một khối lượng phó mát khổng lồ lên đến hơn một triệu năm trăm ngàn tấn phổ biến khắp nơi trên thế giới.

Các loại phó mát có bản lĩnh ở Pháp chiếm thị phần cốt lõi như

- Valmaine Saint Paulin
- Camembert Bridel, president
- Roquefort palandal - Palanidi
- Belle des champs.
- Creumeuse Rambol Herbers
- Vache Quirit - Emolité

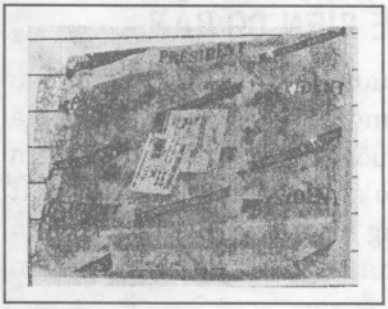
Trong đó La vache quirit gồm có thành phần: Lait, Fromages, beurre, proteins et Lactose du lait, sels de fonte, polyphosphate, citrates et orthophosphate de sodium, selt (Milk, cheeses, butter, emulsifying, salts).

Nói đơn giản là ta dùng sữa tươi vắt trực tiếp từ bò, sau khi thanh lý các lông tơ theo phương pháp pasteur 7., ta gia thêm vào sữa một acid vô cơ, một muối kim loại hay muối kiềm thổ, một đường, gôm Arabic đun cho sôi lên, ta sẽ có một chất nhầy cô đọng nổi lên trên, chất lỏng bên dưới càng loãng dần như nước có màu đục (sữa không chất béo), còn dạng đặc bên trên tiền thân chính là phó mát.

Thông thường người ta lấy một loại men pepsin (đặc biệt là men remin) từ dạ dày của bò nghé, vì bò nghé luôn tiết ra một loại dịch nhày mạnh và nhiều nhất để cấy vào sữa. (ngày nay men dịch Remin được bán dạng đông khi có yêu cầu).



Các muối kim loại hòa tan sữa nhầy đông đặc bên trên bằng cách đun nóng, acid cơ bản làm cho nó kết tủa, duy trì lượng caséin có trong sữa bằng các muối kiềm hóa nhờ các phosphate acid làm cho độ pH trung hòa tạo kết tủa nhanh hơn, (giải thích rõ ràng hơn là từ một gốc Melig, các nhà sản xuất đã áp dụng cơ cấu kết đông như sau: Bơm một lượng nước cất glycérin trực diện vào dạ dày của bò nghé trong 6 giờ đến 8 giờ đồng hồ để nước cất hấp thụ một lượng pepsin giá trị đủ để chiết cất ra ngoài theo tỉ lệ vào 6 ra 10 (6/10 glycérin + 4/10 pepsin) cho tiếp xúc hỗn hợp này với sữa sẽ biến Lactoza thành acid Latic ngay và đồng thời gây kết tủa caséin, sau đó sữa bổng lên men trong kết tủa, các phiến sữa được acid Lactic này diễn tiến liên tục nếu ta không trích các chất đông tụ sữa phụ thuộc (gọi là sữa nhỏ petit Lait) phân giải ngay cả caséin nguyên trạng.



Sữa cô đọng quánh đặc lại được để ở một nơi mát mẽ sẽ dần dần biến thái thành các cải cách mới tự nhiên mờ mờ trong, làm mềm hóa để cấu thành các phản ứng đơn giản, quá trình phát triển từ đó bắt đầu. Một nhận xét khác khá thú vị là phó mát còn tươi khó tan trong nước, trừ trường hợp tồn trữ quá lâu mới tan hoàn toàn, thay vì nó được kết nối với 1 dung dịch sữa nguyên thì nó lại bị acid phá hỏng.

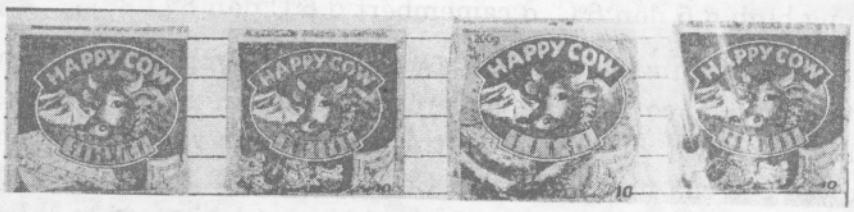
Các mùi vị có trong chất đông tụ do sự phân giải kem mà ra, một số các acid có khả năng bay hơi như acid capric, acid butyric, acid caproic và các acid không có khả năng bay hơi như acid Oleic, acid Margaric chịu sự phân giải của glycerid nên tồn tại lâu dài chẳng những vậy mà trong đó còn có cả acid Valerianic nữa, nhất là loại phó mát Limbourg và phó mát Roquefort có một sự chuyển hóa caséin trực diện từ giai đoạn không tan trung thực đi thẳng tới sự phân giải phosphate calci do acid margaric có từ bơ chuyển thành calci margarat, và acid phosphoric trung hòa với caséin thì lại tạo nên một hóa chất khác hòa tan vào nước loãng của sữa.



Sản phẩm con bò hạnh phúc

Các loại phó mát kém phẩm chất thường có các mùi hắng và mùi thủm (trừ Roquefort do cố ý) là vì trong tạp chất của nó có vẽ như có lưu huỳnh, và khi nó xuất hiện thì khả năng hư hỏng có ngay tức thì do đó khi thu hoạch sữa (cừu, bò, dê) đồng thời cấy men remin, dù khống chế ở dạng tươi hay khô, rồi gia

giảm các hương vị đặc sắc theo gu riêng để giữ khách, các nhà sản xuất luôn coi nó là một chiến lược, nên họ luôn giữ kín công thức.



Các loại phó mát đa dạng của con bò hạnh phúc

Một chút hiểu biết thêm:

Có lẽ các bạn hiểu người Hoa làm món tàu hủ ky, họ lấy sữa đậu nành nguyên chất đun trong một chảo trên lửa riu riu, dịch sữa sẽ nổi lên trên, họ vớt ra để ráo sấy khô là thành.

Ở đây ta có thể nói rằng sữa được tác dụng từ men presure quấy trọn nhẹ nhàng để dần đông đặc, dịch sữa đã đông được ép sơ khởi sau đó ướp với một lượng muối nhỏ rồi đem ép trợ lực bởi hai tấm ván dầy kế tiếp mới cho vào cối ép ủ, thời gian ép sơ là 3 giờ tới 4 giờ, thời gian ép nặng là 10 giờ



La Vache qui rit & Roquefort

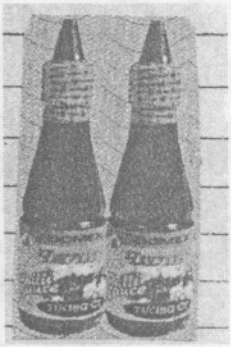
tới 12 giờ. Từ sau đó ta sẽ đem chứa phó mát vào các hầm để ủ hảo khí. Tùy thuộc vào loại phó mát, thời gian ủ khác nhau để phó mát được chín muồi, vả lại còn tùy thuộc vào điều kiện nhiệt độ nữa, ở Vache quirit trung bình 7 đến 9°C - ở Roquefort trung bình ở 5 đến 6°C, ở camembert ở 6°C đến 8°C.

Và sữa làm phó mát còn tùy thuộc vào lượng kem ổn định trong nó nữa, có nhà sản xuất rút vài phần trăm chất béo ra, cũng có nơi rút vài chục phần trăm hoặc thêm vào tối đa kem do yêu cầu của người tiêu thụ. Có loại người ta tách sữa đông đặc ra phối hợp với petit lait để ép thành, có loại người ta chỉ ủ nhảo cho ra loại phó mát chảy, đó cũng tùy thuộc vào người tiêu dùng mà thôi.



Kiri từ dịch sữa nguyên chất

C/. NHÓM GIA VỊ PHỤ LIỆU NƯỚC CHẤM



- **Sốt cà chua** các nước
- **Cà chua cô đặc** dạng pâté
- **Sốt tương ớt** các nước
- **Sốt tương đậu nành,** nước tương
- **Tàu vị yểu**
- **Nước mắm.**



SỐT CÀ CHUA



Những quả cà chua đẹp mắt sẽ là nguyên liệu để làm sốt

Cà chua có tên khoa học là Lycopersicum Esculentum Mill, thuộc họ cà Solanaceae. Đây là loại cây dạng thảo thân tròn có nhiều nhánh, lá hình lông chim chia thành thùy, hoa màu hồng nở từ nách lá, quả mọng hình cầu như ảnh bên, có chia ô, khi chín có màu đỏ hồng có loại màu vàng cam lạt, ruột chứa cơm chua vị ngọt, hạt dẹp có bọc dịch chua bên ngoài.

Đây là loại cây có gốc gác từ Pêru thích nghi với vùng khí hậu nhiệt đới như ở nước ta, vì thế khi người Pháp đem qua Việt Nam từ thế kỷ 19 đã được tán dương ngay và được trồng khắp nơi trên đất nước ta.

Trên thế giới rất nhiều nước trồng cà ngon với những giống khác nhau, loại có cơm dầy, sắc tươi đỏ bầm, đôi khi có loại không hột nữa. Cà Tomate de L'Angérie là loại cà ngon tuyệt mà người Pháp thích làm các sản phẩm sinh tố, kem, sốt và kem sú (sous tomate crème), Ba Lan có cà Polanski tomate, loại cà số 7 Bulgari, cà số 7 Hungary, cà Xung Thằng ở Nhật Bản thuộc loại thuần Á HP4 và cà Đại Hồng của Trung Quốc là sản phẩm làm sốt ưa thích trên khắp thế giới.

Cà chua có chứa tới 90% nước, 4gr glucid, 1gr protid, 0,2 gr lipid, các loại acid amin, malic, acetic, citric và các loại muối

khoáng như Ca, P, Mg, K, S cùng các nguyên tố vi lượng như kẽm (Zn), đồng (Cu), sắt (Fe), B, I và các vitamin như A_1 - B_1 - B_2 - B_6 - C - PP - E - K đặc biệt cà chua không có Osalat, nhưng chứa nhiều cortison phù hợp cho người bị thấp khớp, phong và tai biến nhẹ.

Ở Việt Nam ta, ngoại trừ vùng trồng rau Đà Lạt nổi tiếng còn được trồng ở khắp nơi, thành phố này có vùng Hốc Môn, quận 12 và một phần Gò Vấp có trồng nhiều loại cà giống mới rất được ưa chuộng, trong đó có giống cà Bi, trái nhỏ chỉ bằng quả trưng cút nhưng hàm lượng chất cortison rất cao. Theo thông tin mới nhất của viện nghiên cứu dược học trường Đại học Harvard Mỹ thì mỗi người trong chúng ta cứ mỗi tuần ăn bốn lần những món ăn có liên quan tới cà chua như thịt, cá sốt cà, sinh tố cà, kem cà và các món khác sẽ giảm đi 25 đến 30% nguy cơ ung thư tuyến tiền liệt, làm mát gan, rút bớt nhiễm mỡ gan với người nam và ung thư vú, ung thư buồng trứng đối với nữ.

Sẽ bất ngờ nếu mỗi ngày ta dùng 15gr cà chua (tương đương với 1 trái) thì cơ thể ta sẽ hấp thụ 19,6% vitamin A, 7,% acid bolic, 12% vitamin B1, 49 đến 50% vitatmin C và các hàm lượng khoáng Ca, P, Mg, K, S, Zn, Cu, Fe, B, I... còn tốt hơn là phải dùng viên sủi C nhiều mà các bạn có đến 33 calori bổ sung. Do đó sẽ không có gì ngạc nhiên là khi đến khám bệnh tại bất cứ bác sĩ nào tại Mỹ, họ đều hỏi thêm một câu "mỗi ngày đã dùng bao nhiêu món ăn có liên quan tới cà, dùng cách nào...?" và họ hướng dẫn thân chủ nên dùng cà, vì cà được coi là chất xúc tác dịch vị khiến ta ăn thấy ngon miệng, là loại điều trị dài ngày bệnh suy nhược do lão hóa, ngăn nhiễm độc và tụ khuẩn, thông động mạch, tĩnh mạch đồng thời thải loại urê thâm nhập trong máu (Thông tin FDA tháng 09/2002).

Ở cà chua tươi đã thế còn cà chua sốt thì sao? Xin thưa rằng bất quá nó chỉ hao hụt 16,5% chất tươi mà thôi, nhưng bù lại nó được tăng cường thêm một số hoạt liệu khác cho nên tỉ lệ xem như chẳng suy thoái mấy.

Muốn làm cà chua sốt, ta phải có 3 bước nhất định, bước cô đặc cà, bước sốt cà và bước sốt tái tạo cà thành phẩm. Ở đây tôi xin hướng dẫn các bạn bước cô đặc cà và bước sốt cà, vì nó là loại thông dụng hiện nay cho người tiêu dùng, còn sốt tái tạo cà phức tạp hơn dành cho công nghệ đóng hộp.

HƯỚNG DẪN LÀM CÀ CHUA CÔ ĐẶC (Sauce tomate à le concentré)

Cà cô đặc là loại chế phẩm sơ khởi để thanh lý cà tươi thành một loại sản phẩm dễ bảo quản ở các điều kiện lý tưởng. Sau đó người ta dùng nó để làm sốt cà, nước ép cà sau cô đặc hoặc để nấu nướng trực diện và làm sinh tố uống, hoặc nước giải khát đóng chai, lon.



Cà chua cô đặc đóng hộp sản phẩm của ACP Mexico

Cà cô đặc được phân ra ba loại, nhưng trước đó phải được loại vỏ lụa và bỏ hạt ra rồi dựa vào độ khô và yếu tố trưng dụng cần thiết cho sản phẩm nào, người ta mới làm riêng cho loại đó. Phân tích như sau

1/ Pure Tomate concetré: là loại cà chua nguyên chất tái tạo ở độ khô từ 12% tới 20% qua quá trình mịn hóa.

2/ Pâté tomate concetré: là loại cà chua nguyên chất tái tạo ở độ khô lên tới 30% qua quá trình mịn yêu cầu, dạng sệt, dạng bột.

3/ Mash tomate concetré: là loại cà chua nguyên chất tái tạo ở độ khô khởi động từ 15% cho tới 30%, nhưng phải xử lý qua quá trình xẻ tươi, bóc tách hạt, vỏ nhưng vẫn để nguyên miếng.

Thế giới ngày nay thông dụng nhất là cà pâté (ảnh trên)

I/ CÁCH LÀM CÀ CÔ ĐẶC:

1/ Chọn nguyên liệu: nên chọn cà cơm dầy hạt ít, thường thì cà tốt là loại trái có đường kính không quá 6cm, quả quá lớn hãy coi chừng loại bị cấy thúc bằng vi sinh tăng trưởng thái quá, cà úng nước có thể làm trở ngại chế biến vì loại này thường lướt mất thời kỳ dệt sớ cơ bản (hiện nay có giống cho trái cà có đường kính đến 20cm), loại cà cần có độ khô cao từ 4% đến 8% là khá tốt, màu trái cà phải đỏ tươi để sản phẩm có màu nguyên thủy khỏi cần tiêm màu thực phẩm nào.

2/ Chuẩn bị vệ sinh và sơ chế:

(-) Bỏ cuống trái, ngắt ngôi sao núm cuống, cắt bỏ phần lỗi dưới nấm cuống, lạng bỏ chỗ bị ghẻ, bị sâu - loại trái thối, úng nước xong đem rửa sạch, bằm cho nhừ nhưng không quá nhuyễn.

Làm nóng cà từ 65°C tới 90°C và lưu nhiệt này ở 15 phút, nhằm triệt vi sinh, cọng sinh giúp cho Enzym giảm thời gian cô để giữ hương liệu tốt cũng như tránh làm phân lớp cơm của cà (đóng váng), bài khí nhanh cho bột cơm cà được nhiều. Thường người ta đun cách nhiệt bằng nồi trích ly đệ nhị cấp (loại 2 lớp nén hơi) để tránh bị khét cà, sau khi làm nóng thì đem cà ra rây bỏ vỏ lụa, hạt chỉ lấy pâté cà. Ta có thể dùng rổ rây để xát cho tương cà rơi xuống thau còn vỏ hột vướng bên trên thì đem đi bỏ.

Ở phương pháp thủ công, ta nên mua loại rổ lưới chà, lỗ càng nhỏ thì sản phẩm càng mịn, chà theo thứ rổ này để dễ phân biệt ta phải coi đường kính lỗ rổ như sau:

- Loại rổ thứ nhất có đường kính ϕ = 1 đến 1,5mm

- Loại rổ thứ hai có đường kính ϕ = 0,5 đến 0,9mm

- Loại rổ thứ ba có đường kính ϕ = < 0,5mm.

3/ Cô đặc cà:

Quan sát cơm cà cô phải có độ khô từ 3% đến 8%. Người ta trích nhiệt để giành độ khô khả quan từ trên 10% tới trên 30%. Mục đích để bảo quản được lâu và tinh gọn sản phẩm.

Thường thì ta phải mua một thiết bị cô chân không để làm bốc hơi nước nhanh nhờ ly tâm hoặc loại sấy phun chân không để sản phẩm mau khô.



Sốt cà Ketchup sản phẩm của Heinr

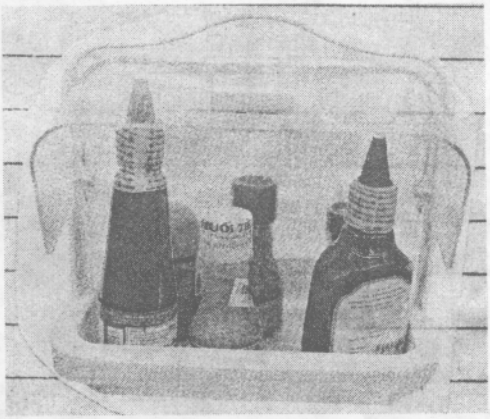
Ở điều kiện thủ công gia đình, người ta hay dùng loại thô sơ đuổi ruồi, đặt hai cánh khuấy ly tâm xoay bên trên để dễ dàng đem ra đổ vào nồi khuấy, tuy nói là mô tơ đuổi ruồi nhưng đũa khuấy của nó có vòng tua từ 700 đến 800 vòng/phút trở lên (người ta mua máy sinh tố loại càng chụp cũng có thể dùng được).

Nhiệt dung cho phép để sản xuất thành công tùy thuộc vào áp suất, nếu nhiệt sôi thấp thì áp suất sẽ thấp. Người ta dùng đồng hồ đo nhiệt để giảm áp suất khi sức trương cao, tuy nhiên phải tạo điều kiện cho chất khô luôn tăng theo độ sôi của sản phẩm nếu không muốn kéo dài thời gian vừa tốn kém chất đốt, điện vừa lâu thành phẩm.

Khi sản xuất thủ công, chiếc nồi hai vỏ là thích ứng nhất nhưng phải lưu ý các điều sau đây trước khi dùng.

(-) Phải vệ sinh cẩn thận các bụi bẩn dù nhỏ nhất trên bề mặt sản phẩm cho tới bề mặt của nồi.

(-) Nồi 2 lớp phải làm bằng 2 loại kim khí khác nhau (thường bên ngoài là sắt tráng, bên trong là Inox) khi bỏ sản phẩm vào phải bỏ cách mặt nồi từ 10 đến 15cm, phần mặt dư sẽ cho nhiệt cao hơn, mà loại cà là loại ấp nước sẽ dễ làm hư thiết bị. Đơn cử như khi bọt sôi bị trào ra làm khét lớp ngoài nồi, cà bị mất đi mùi đơn thuần, đôi khi lúc sôi sục cà bị bắn ra ngoài làm phỏng người nấu cà, cho nên không nên để cà bằng mặt nồi là vậy.

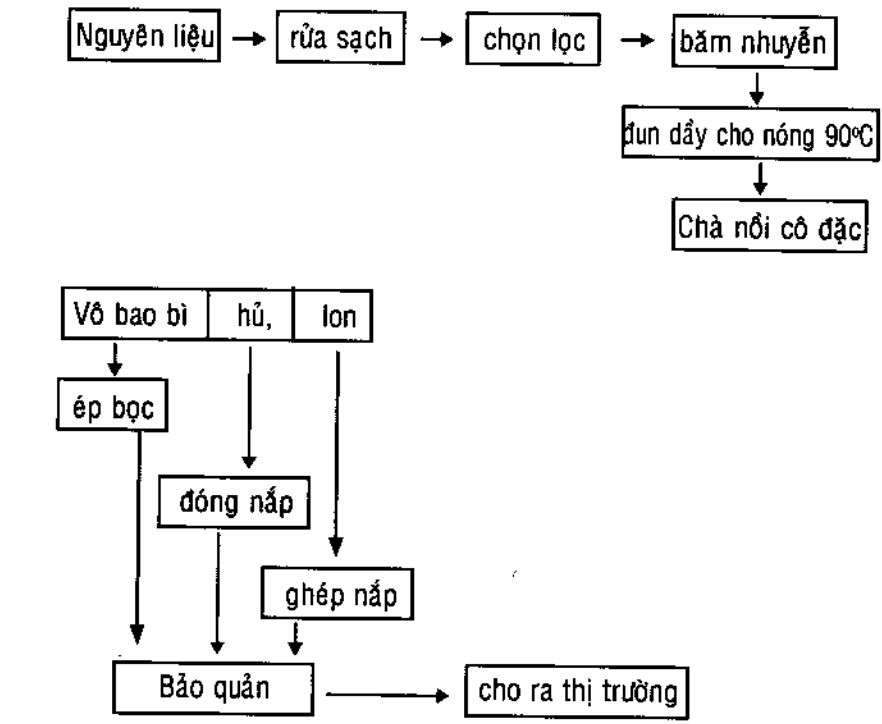


Chai sốt tương cà lúc nào cũng có trong làn đựng gia vị của mỗi gia đình

(-) Khi sản phẩm chín, độ khô đã đạt yêu cầu (dưới 0,5% đến 1,1%) nên đóng van nén hơi, xả sản phẩm để nước bốc hơi

chậm, rút độ khô thành phẩm cao hơn (độ khô 15% ở 20 phút đến 30 phút và độ khô 20% ở 40 phút đến 50 phút).

QUY TRÌNH ĐƠN GIẢN CÔ ĐẶC CÀ CHUA



4/ Đóng gói và tồn trữ bảo quản

Qua yêu cầu chế biến, cà cô đặc được ấn định thời gian an toàn cho phép dùng và qua cách tồn trữ bảo quản như sau:

(*) Đựng bằng gói nhỏ céllophane có lớp giấy nhôm bên trong và màng PE đối với sản phẩm có nhiệt dung từ 90°C và

0,05 đến 0,07% acid sorbic hoặc có thể dùng kalium sorbat ở nồng độ trương đẳng từ 0,0070 đến 0,10%) với cách này có thể để trên 150 ngày. Ngày nay người ta đóng gói loại này phổ biến nhất nhờ có máy rót chiết và ép màng đồng thời với cân bằng nhiệt dung rất thuận lợi.



Các sản phẩm đồ hộp có sốt cà tăng hương vị thơm ngon

*** Đựng trong ống tuýp:** Làm bằng nhôm và có tráng một lớp vẹc ni thực phẩm, được thực hiện giống ống pommade của y khoa, loại này dùng trong lúc đi dã ngoại rất tiện lợi, các loại tương cà đựng tuýp thường tiêm acid sorbic với nồng độ 0,0075 đến 0,15%.

*** Đựng bằng hũ, lọ, cả việm, chậu, xô** bán lẻ ngoài chợ, phải bao bọc mặt cận bằng một lớp dầu ăn dầy tối thiểu 1cm và bọc túm nylon trên miệng.



*** Theo nhu cầu cho công nghiệp xuất khẩu:** Người ta thường đóng hộp để dễ dàng đem đi vì khỏi cần phải tiêm acid sorbic vào hộp mà chỉ cần cho hộp qua quá trình đổi nhiệt độ đột ngột thông dụng của ngành làm đồ hộp, tức là dùng nhiệt trương nhanh ở

HƯỚNG DẪN LÀM SỐT CÀ CHUA

Có thể lấy nguyên liệu từ cà cô đặc, cũng có thể lấy từ cà tươi, sau đó nấu với các gia vị phụ như ớt, tiêu, tỏi, quế, đinh hương, hành, mù tạt, giấm, đường, nước sốt canh (gà, bò, heo hoặc nấm...) và thêm bột mì nếu cần.

Cần chú ý sốt tương cà không nhầm lẫn với sốt tương ớt nhé!

Trên thế giới có hàng chục ngàn loại sốt cà chua, mỗi loại được gia giảm hương liệu, gia vị khác nhau đồng thời còn tăng thêm loại có hương liệu, gia vị của địa phương. Chẳng hạn như ở các nước Châu Mỹ La Tinh, người ta có Ketchup làm bằng tương cà có thêm 1% đến 3% ớt Moritz hoặc ớt dây Paliketch có trồng nhiều ở Mexico trái dài như đậu đũa của ta, hoặc Chilicornum Soup làm bằng tương cà với 1% đến 3% ớt chí lợi Mopaxin kèm với trái Hồ Thảo quả (giống tiêu lốp của ta). Ở Nga người ta có sốt cay Mosiliv và sốt ớt cuban làm để ăn trong thời tiết quá khắc nghiệt.



Bà con ta gọi nôm na là tương cà chua

Công thức sốt cà chua cay tùy theo các nước như sau:

*** Sốt ketch up thông dụng của Mỹ:**

- Paté tương cà 39,9%.
- Đường cát 5,7%

- Muối tinh 1,2%
- Acid acetic 10 → 4,5%
- Đinh hương 0,43%
- Quế cynamum 0,71%
- Tỏi 0,40%
- Hành 1,30%
- Ớt 2,73%
- Mù tạt 0,01%

*** Sốt Ketch up thông dụng của Mỹ cho thế giới:**

Tính thực dụng bằng trọng lượng và dung lượng cụ thể.

- Cà cô đặc 400 lít
- Giấm (acetic acid) 45 lít
- Tỏi 400gr
- Quế 0k710
- Muối tinh 12kg
- Đường 57 kí lô
- Đinh hương 0kg430
- Hành 11kg
- Mù tạt 98 gr
- Ớt 15kg

*** Sốt chilicornum:** Tính bằng ký và lít thông dụng

- Cà cô đặc 385 kg
- Đường cát 27kg
- Muối tinh 8kg500
- Giấm tinh 19 lít
- Đinh hương 0,3 kg
- Quế cynamum 0,7 kg
- Ớt Chí Lợi Mopaxin 25kg 200

- Tỏi Chí Lợi loại tỏi giây 44kg 800
- Hành petonion (củ nhỏ) 16kg
- Mù tạt 1kg 300

Ghi chú: trong chilicornum, lượng tỏi có khá nhiều và lượng ớt cũng không nhỏ, cho nên người ta lầm là tương ớt, thực sự đậy chỉ là sốt cà tỏi mà dân địa phương gọi là sốt Malkidoup (sốt chảy nước mũi).



Cá trích sốt cà ăn với cơm, bánh mì

*** Sốt cuban của Nga và sốt Moxiliu của Liberia:**

- Cà chua tươi bóc vỏ tách hạt 220kg
- Đường cát 16kg
- Muối mỏ 3kg500 - Giấm 13 lít
- Quả đinh hương Ả Rập 150gr - Tỏi maluyep 150gr
- Thanh quế sắt vùng taiga 350gr - Củ hành soyow 9kg
- Ớt Cubaniniev 1kg 300 - Tiêu húng Sakhratov 500gr

*** Loại sốt cà nước ta chào thịnh hành tại Mỹ:**

- Pâté cà thủy phân 99,5% - Đường cát trắng 14%.
- Muối rang xay 23% -Giấm 11%
- Đinh hương 2% - Quế thanh 2%
- Ớt hiểm 3% - Tiêu sọ 0,5%
- Hạt điều rang xay mịn 0,5% - Tỏi xay mịn 3%

HƯỚNG DẪN CÁCH NẤU SỐT CÀ

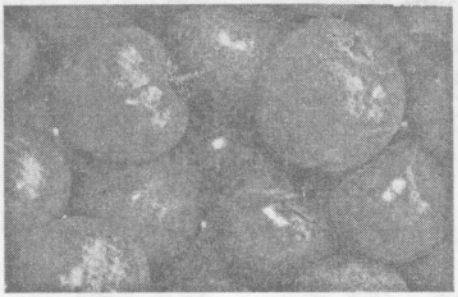
* **Bước 1:** Nấu sôi pure hoặc pâté cà (ở cà tươi thì nấu trực tiếp sau khi chà bỏ vỏ và hạt), cho đường vào rồi nấu cô cho tới độ khô gần đạt mới cho muối và giấm vào (độ khô cỡ 30% trong vòng 40%).

Ghi đường và muối ở dạng lỏng (dung dịch) thì tiêm vào tốt hơn là nguyên trạng vì sợ caramel hóa.

* **Bước 2:** Cho các loại quả gia vị đã xay nhuyễn mịn hoặc dạng được trích cốt sẵn gồm có: Đinh hương, quế, tiêu, mù tạt, ớt tỏi (không nên cho các loại này ở dạng dịch).

* **Bước 3:** Sốt cà cô đặc và các gia vị, hương liệu được nấu xong hãy để nguội cho tới 40°C mới đem đi đóng hũ hoặc chiết vào các chai lọ thủy tinh (các vật dụng cần yếu cho các bếp ăn gia đình).

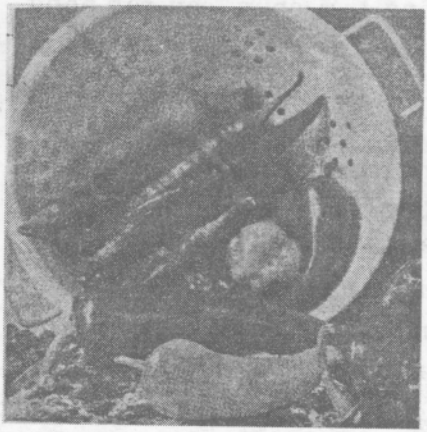
Ở công nghệ xuất khẩu, người ta thường hay đóng lon hoặc bơm vào các ống tuýp, các chai lọ thủy tinh, thường sốt cà vào trong nhiệt độ còn 90°C, thanh trùng ban đầu rồi mới ghép nắp, tiếp tục thanh trùng nhiệt 100°C, trong vòng 20 phút trước khi để nguội đóng thùng xuất hàng, bắt đầu để ở 20°C.



Cà chua thu hoạch tại xứ lạnh Đà Lạt sẽ là nhu cầu cho mỗi bếp ăn gia đình

TƯƠNG ỚT

Ớt là một loại trái có xuất xứ từ nhiều vùng lãnh thổ khác nhau ở mọi Châu Lục. Ở Châu Mỹ ớt xuất hiện nhiều ở Mexico, Chile, Veneznela, Braxin còn các nước trong vòng cung nhiệt đới và Đông Nam Á như Malaysya, Philippines, Việt Nam, Indonésia, Myanmar, Thái Lan cũng là những nước có trữ lượng đáng kể.



7 loại ớt tiêu chuẩn. Hiểm, sừng, quế, bị, vạt, ốc nút, thăng thiên

Ớt có tên khoa học chung một bộ là Capsicum Frutescens L thuộc họ cà Solanaceae. Thân ớt trungbình cao từ 70cm tới 1^{m}20, có loại ớt thân khá cao tới 2^{m}50 nhưng vì gốc nhỏ nên chúng phải bò như thân bí bầu, phải bắt giàn cho chúng bò. Lá ớt mềm mịn người dân nông thôn hay luộc chấm mắm nêm làm rau ăn, hoa ớt màu trắng, thân ớt trơn láng không lông. Ớt có rất nhiều giống, nhiều hình dạng khác nhau, có loại cho trái tròn như quả bi, có loại cho trái giống quả chuông, có loại quả mọc thẳng lên trời, còn loại khác quả cụp xuống như đôi ngà voi... Loại quả mọc thẳng đứng người ta gọi là ớt chỉ thiên, ớt cung nghinh, ớt kênh kiệu (Var. Fasciculatum Sturt-Baiky) quả màu đỏ, hoặc tím than rất cay, mỗi cây cho mấy trăm quả một vụ. Loạt ớt hiểm còn gọi là ớt ngang tàng, ớt dùi (var microcarpum DC Bailey) quả nhỏ bằng nút đũa dài ba đến ba phân rưỡi là tối đa, màu đỏ hoặc

màu hoàng yến đậm, rất cay. Loại ớt tím thâm ú còn gọi là ớt chùy, ớt phù, ớt kiểu nữ (var connoides Mill Bailey) quả hình giống trái chùy, cay rất nồng nhưng không đậm, người ta làm kiểng và ăn đồng thời. Loại ớt cà pháo có quả tròn có trái mọc lòng thòng cũng có trái mọc đứng (var cerasiforme Bailey) màu đỏ sậm rất cay. Loại ớt sừng trâu còn gọi là ớt ngà voi (var acuminatum) quả dài cong nhọn đầu, đỏ, cay đằm. Loại ớt dài còn gọi là ớt đũa ớt đậu đũa (var Longum BaiLey) có 2 loại ớt dài kiểng chỉ trồng làm kiểng thì giống lùn nhỏ, trồng uốn thành Bonsai, còn loại ớt đũa Nam Dương dài 20cm có khi 30cm như quả đậu đũa thì "cay xé lưỡi", đây là một trong những loại làm tương ớt lấy vị rất thịnh hành ở Đông Nam Á. Cuối cùng là loại ớt có hình quả chuông ngửa (ảnh bên) hoa rất to, quả to nhỏ tùy giống, người ta gọi là ớt cà chua, ớt bị, ớt xơri, ớt bi, ớt chùm bốp nếu quả nhỏ, còn quả to gọi chung là ớt chuông (Var Grossum L Bailey) quả màu vàng, tím, xanh, đỏ đủ loại chỉ để xào nấu với thịt, gan xem như một loại rau ăn quả.



Ớt chuông Var Grossum L Bailey

Hiện nay người ta chỉ dùng ba loại ớt phối nhau để làm tương ớt đó là ớt sừng trâu, ớt đũa Nam Dương và ớt chỉ thiên. Ngoài ra người ta cũng dùng các loại này để ngâm giấm, muối, làm bột, làm kem, và cô.

Giống ớt như chúng ta biết chỉ là loại kích thích tiêu hóa, giúp cơ thể tăng nhiệt lượng. Khi phân tích 100gr ớt ta sẽ thấy trong nó có 92,6% nước, 1,55% ptotéin, 6% glucid, 1,6% xơ, và về dinh dưỡng ớt cóđộ 257 mg Vitamin C (loại đỏ, 268mg loại

vàng và 262% loại xanh), ớt đỏ có 10mg caroten, ớt vàng có 12,6mg caroten.

Theo tư liệu công bố của cơ quan thực dược phẩm Hoa Kỳ FDA thì trong loại ớt acuminatum (ớt sừng trâu xexican) cứ mỗi 100gram (tính hóa chuẩn so với pound) thì chúng có các vị cay như capcaisin 0,01%, capxisin 0,03%, capsantin 0,01%. Các chất Lécithin, vitamin C có 0,05%-Nitơ 16,1%-Cellulose 21% - tinh dầu xexican 1,21%-tinh xexican double 11,86%-tro cồn 5,8%-Ni tơ hiếm đến 35%.

Nói cái tốt của ớt cũng phải đề phòng cái xấu và sự tác hại của nó trong sản xuất mà chúng ta cần quan tâm triệt để. Đó là khi chọn lọc ớt chế biến phải thải loại các trái có chiều úng thối vì trong chúng có các loại nấm Collectotrichum capsisi, Collectotrichum-Gloeosporioides và collectotrichum acutatum làm hoại hủy tương gây mốc cho tương và làm tương ớt hoại màu cũng như đắng sau 3 tuần chế biến dù đã được yếm khí, ngay cả yếm dầu nữa.

Ngày nay trên thế giới có hàng chục ngàn loại ớt tương, trong đó ớt có tiêm thêm hương liệu gia vị khác đồng hành thì chiếm đa phần. Ở Mỹ một quốc gia hợp chủng, sự xuất hiện tương ớt là đa dạng nhất mà trên các thị trường khác khó tìm. Cư dân tạp chủng đã có định kiến với ớt tươi, họ dành vài trăm loại ớt phối để chế biến ngày một đậm đà Alkaloid Capsaicin hơn chẳng hạn như người ta phối 8 giống ớt với các gia vị, hương liệu để cho ra loại tương ớt Salka Mexico đã triệt được loại Catsup trước đây. Một loại khác thịnh hành nhất thuộc loại bỏ túi (quý và đắt) là Tabasco của gia đình MC Lhennys với loại ớt hiểm Á Châu pha với giấm tinh chế của họ, đây là một đại gia của vùng Every Island với các cánh đồng trồng ớt bạt



Đại gia tộc họ nhà ớt chuông có 16 màu khác nhau

ngàn. Tabasco có hai ưu điểm là vùng muối nên ớt có Iode thấm ngậm rất đặc sắc, lại được ủ trong các thùng gỗ xồi giẻ (oak chêne) được họ chế biến kiểu lên men phong phú mà thành tương ớt, đặc biệt nữa là họ đựng tương ớt trong các chai nhỏ tựa như chai dầu Nhị thiên đường của ta, chỉ 60gr thôi nhưng có thể hòa cùng nước ấm thành một bát tương xối gỏi tuyệt vời của dân xứ lạnh.



Ớt chỉ thiên Fascicolatum sturt muối, ớt khô và nghiền bột

Tại Nam Califormia, từ

phố Tàu cho đến thung lũng San Gabriel có loại tương ớt nét Á Đông nhãn hiệu con gà đó là Hối Phong (HUY FONG) đang nắm thị phần tuyệt đối cho tới tràn ngập cả cộng đồng chung Âu Châu, đây là công thức của người Việt gốc Hoa đang thành công trên đất Mỹ. Công thức Việt Nam chánh tông này rất được người Mỹ ưa chuộng với thu nhập trên 100 triệu đô la mỗi năm. (chai tương ớt Hối Phong làm bằng nhựa dẻo có nút màu xanh, chứa trong các loại chai 453 gr và 2 pounds, nhãn bằng 5 thứ tiếng Tây Ban Nha, Anh, Pháp, Hoa và Việt Nam). Hối Phong đã làm dân Cali nói riêng và 49 tiểu bang khác ghiền tương ớt Việt Nam như trẻ con ghiền chocolate vậy.

Tại Thái Lan một loại tương ớt đượm phần hương thuốc bắc như Sriracha cũng rất thịnh hành tại Đông Nam Á hiện nay. Còn ở Singapore loại tương ớt Pratt's đượm mùi quế do người Malaysia gốc Hồi giáo làm thì lại có hương vị hơi cà ri của Ấn Độ, trong khi ngay tại Ấn Độ có loại Rarini cucum sấy khô bột ớt với tỏi và bột nhục đậu khấu làm thành tương cục, mỗi lần ăn phải nghiền ra với nước hoặc sữa mới thành cũng rất mang đậm dấu... Ấn.

Việt Nam ta thì sao? Hiện tại ở Việt Nam có độ 12 công thức tương ớt thịnh hành như tương ớt của Cholimex, Gomex, Metro, Hậu Giang, Việt Ấn v.v... mỗi nơi mỗi vẻ mỗi màu đẹp mắt và ngon miệng.

Nói như thế nhưng thị phần trong nước về tương ớt rất thiếu, một vì nguồn nguyên liệu ớt tuy lớn nhưng so với đà sản xuất , xuất khẩu lại quá nhiều nên bị hụt, phân nữa công thức cứng nhắc chưa cải tiến lắm so với thị trường thế giới nên cũng chỉ đáp ứng lòng hảo vị của người tiêu dùng mà thôi chứ chưa đi sâu vào từng vùng từng miền một cách sâu sắc.



Sốt ớt Yellow Chaine và Red Chaine

Vì công thức mỗi nơi mỗi khác và cách chế biến mỗi thứ một kiểu khác nhau cho nên tôi chỉ cho ra tại đây 5 công thức của 5 vùng nước khác nhau. (Vì một vùng nước có thể phổ biến cho hàng chục nước lân cận nên tôi gọi là vùng nước cho tiện) đó là công thức HỐI PHONG cho vùng nước Mỹ và cận Mỹ-công thức SAYIB cho vùng thuộc Trung Đông-công thức CUBAN cho vùng Liên Xô cũ nay là các quốc gia độc lập-công thức Five Brother cho các nước cộng đồng chung Châu Âu và một công thức chuẩn của Việt Nam có thể phổ biến ở Đông Nam Á (công thức này có tham khảo với Hối Phong).

I/ CÔNG THỨC HỐI PHONG:

- Ớt 6 loại	40%	- Cà chua Patt	45%.
- Đường	5%	- Muối	2,5%.
- Tỏi	10%	- Hành	2,5%
- Giấm	5%	- Một số bổi hương vừa đủ	

1/ Ớt ngâm trong nước muối 3 ngày đêm cho giòn, vớt ra xả sạch muối sau đó lặt cuống, tách hột xay mịn, ủ với giấm 12 giờ.



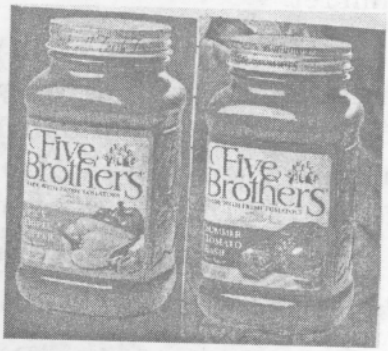
Nguyên liệu làm tương ớt Fulucasin

2/ Cà chua đã làm thành cô loại pâté, hòa vào ớt ủ giấm cho lên men hấp thêm 2 giờ nữa.

3/ Tỏi lột vỏ, bỏ tim xay mịn nhừ trộn với muối và hành cũng xay nhừ trộn với đường cùng các loại bổi hương.

4/ Cả 3 nhóm trên cho tất cả vào nồi hấp cứng ở nhiệt độ 110oC trong 45 phút sau đó đem ra tiêm màu, mùi và hóa chất khử độc tố, chống lên meo, giữ màu, giữ mùi, thán nhiệt.

5/ Rót chai trong nhiệt ấm 45°C để nguội tạo lực áp chân không, đóng nắp.



Sốt ớt và ớt cà Five Brothers

II/ CÔNG THỨC SAYIB (TRUNG ĐÔNG)

- 4 loại ớt .	32%	- Cà tươi xay	30%
- Tỏi	10%	- Đường	5%
- Hành chỉ Narau	5%	- Muối	3%
- Quế hạt Siron	5%	-Ngò hạt NARI	5%
- Giấm	5%	- Bổi hương + Màu vừa đủ	

1/ Ớt: Luộc cả bốn loại với 50% nước theo tỉ lệ chung, cho tới mềm rục thì nhắc xuống bỏ nước, đem chà xát lênmâm Thrap (loại mâm rá) để cơm ớt rớt cả xuống than, hạt vài vỏ còn lại.

2/ Cà: Hấp cà cách thủy cho chín cũng đem qua mâm Thrap chà bỏ vỏ và hạt.

3/ Tỏi, hành lột vỏ xay nhuyễn ướp với muối.

4/ Quế siron, ngò nari rang nóng, xay mịn, cùng bổi hương màu và đường bỏ vào giấm đánh cho thật tan xong lấy rây rây bỏ các cợn xác bỏ vào tỏi hành muối đánh rệt.



Sốt ớt của Remia

5/ Đổ tất cả vào nhau rồi quậy cho đều trên lửa non trong vòng 3 giờ đồng hồ. Trong lúc quậy nên gạn đít nồi thỉnh thoảng nghiêng nồi cho vào một ít dầu mè hoặc dầu Olive (có thể dùng nồi 2 đáy).

6/ Rót ra chai bình lúc còn nóng xong để thật nguội, rót lên trên một lớp dầu olive dầy 1 phân trước khi đóng nắp.

Thường người Trung Đông không dùng màu đỏ

III/ CÔNG THỨC MELITOV CUBAN LIÊN BANG NGA

Cho là CuBan nhưng không xác xuất là CuBan Đông Âu hay CuBan Trung Á, cho nên tôi trích lược sốt Melitov Moscow (công thức thời Sa Hoàng cổ)

- Ớt 4 loại (Timav-leyev-sev-sovizo) 35%
- Cà chua nông trang popov sevgeia 30%
- Gừng củ to Kavjavalatov 5%

- Tỏi Cubanev 10%

- Hành Chechenk 5%

- Đường thắng (khử màu hồi) 5%

- Muối Salamov (muối đồng) 5%

- Giấm ủ bằng nấm thông rừng taiga 5%

- Bổi hương, màu các dung chất khác vừa đủ...



Tương ớt Cholimex

1/ Ớt bốn loại hấp chín chà xát lấy cơm, bỏ hạt và vỏ sớ.

2/ Cà hấp chín chà xát lấy cơm bỏ hạt và xơ.

3/ Gừng, hành, tỏi gọt lột vỏ, băm xay thật nhừ, dùng giấm, muối đường đun lên cho lềnh, lượt bỏ cợn chỉ lấy sệt.

4/ Tất cả đổ vào một nồi đồng, độn bổi hương, màu bắt đầu khuấy trên bếp lửa riu riu thắng sệt trong thời gian 6 giờ đồng hồ, nên thắng bằng nồi 2 đáy.

5/ Sau khi nguội rót vào chai lọ, toàn để lạnh (vì ở Nga rất lạnh) các xứ khác tùy nhiệt độ nhưng lấy mốc 1°C tới 3°C.

Ghi chú: Ở xứ ta có thể dùng công thức ớt chia ra 15% sừng trâu, 10% ớt hiểm, 10% ớt ngà lùn. Còn cà chua dùng cà Đà Lạt trái nhỏ, gừng lát thường, tỏi thường hành tím, đường cát muối hột xay nhuyễn giấm nuôi bằng chuối cũng được.

IV/ CÔNG THỨC FIVE BROTHERS UNIFOOD ÚC

- Ớt Spicy Triple pepper không cay lắm 40%

- Cà chua Summer tomato basit 40%

- Tỏi Cubanev 10%

- Hành Chechenk 5%

- Đường thắng (khử màu hồi) 5%

- Muối Salamov (muối đồng) 5%

- Giấm ủ bằng nấm thộng rừng taiga 5%

- Bổi hương, màu các dung chất khác vừa đủ...



Tương ớt Cholimex

1/ Ớt bốn loại hấp chín chà xát lấy cơm, bỏ hạt và vỏ sớ.

2/ Cà hấp chín chà xát lấy cơm bỏ hạt và xơ.

3/ Gừng, hành, tỏi gọt lột vỏ, băm xay thật nhừ, dùng giấm, muối đường đun lên cho lềnh, lượt bỏ cợn chỉ lấy sệt.

4/ Tất cả đổ vào một nồi đồng, độn bổi hương, màu bắt đầu khuấy trên bếp lửa riu riu thắng sệt trong thời gian 6 giờ đồng hồ, nên thắng bằng nồi 2 đáy.

5/ Sau khi nguội rót vào chai lọ, toàn để lạnh (vì ở Nga rất lạnh) các xứ khác tùy nhiệt độ nhưng lấy mốc 1°C tới 3°C.

Ghi chú: Ở xứ ta có thể dùng công thức ớt chia ra 15% sừng trâu, 10% ớt hiểm, 10% ớt ngà lùn. Còn cà chua dùng cà Đà Lạt trái nhỏ, gừng lát thường, tỏi thường hành tím, đường cát muối hột xay nhuyễn giấm nuôi bằng chuối cũng được.

IV/ CÔNG THỨC FIVE BROTHERS UNIFOOD ÚC

- Ớt Spicy Triple pepper không cay lắm 40%

- Cà chua Summer tomato basit 40%

- Đường cát trắng 3%
- Muối tinh 1,5%
- Hành Big Onion's 3,5%
- Tỏi King's Galeck 8%
- Giấm Vignetive 4%.
- Bổi hương, màu, mùi, vị vừa đủ



Tương ớt Gomex

1/ Ớt STP phơi khô, xay cả vỏ lẫn hạt có thể sấy cấp tốc độ nhiệt 70°C trong vòng 10 giờ.



Tương ớt Chợ Lớn xuất khẩu

2/ Cà STB chưng cất thành pâté

3/ Đường cát, bởi hương, màu, mùi vị chung với giấm đánh tỏi bọt gạn bỏ các cợn và vớn cục ra.

4/ Hành B.O - Tỏi K.G xắt mỏng xay nhừ cùng muối.

5/ Tất cả đưa vào một nồi chưng 2 lớp bằng Inox để chưng sệt trong vòng 30 phút đến 45 phút, nhiệt độ cao 140°C.

6/ Để ấm ở độ 45°C rót vào hũ thủy tinh hoặc ống pommade hay lọ nhựa, tiêm dầu đậu nành cải mùi lấn mặt trước khi ghép nắp cho ra thị trường. Để ở nhiệt có thể đến 16°C.

Ghi chú: Có thể thay ớt STP bằng 100% ớt thăng thiên hay ớt núm. Thay cà STB bằng cà chua Đà Lạt. Các loại hành và tỏi có thể dùng hành tỏi của Việt Nam, giấm nuôi.

V/ CÁC CÔNG THỨC VIỆT NAM:

a/ Công thức Nhiệt Hà-Hà Nội: (1936-Quê Hương XB)

- Ớt sừng 30%
- Đường 3%
- Cà chua 30%
- Cơm gấc 3%
- Gừng băm 3%
- Ngô rang xay 6%
- Tỏi 6%
- Gạo rang xay 8%
- Muối 3%
- Giấm nuôi 8%



Ớt vị hương

b/ Công thức Đông Đô - Hà Nội: (1936-Quê Hương)

- Ớt sừng quả to 40%
- Muối 3%
- Cả thẩu quả to 30%
- Đường 3%
- Gừng băm 3%
- Gạo rang xay 7%
- Tỏi 10%
- Giấm nuôi 4%

c/ Công thức tịnh tâm huế (1936 Quê Hương XB)

- Ớt hiểm, ớt sừng, ớt trái châu 45%.
- Cà chua tâm phổ quả nhỏ hầm nhừ 20%.
- Tỏi ngâm giấm xay nhuyễn 10%.
- Hành muối chia xay nhuyễn 5%.
- Gạo thính rang xay nhuyễn 10%.



Tương ớt Vifon

- Đường 2%.
- Muối 3%.
- Giấm cựu 5%.

d/ Công thức Cao Lầu Hội An (1936 Quê Hương XB)

- Ớt hiểm, ớt sừng, ớt gấng, ớt trụi phơi khô xay mịn 50%.
- Gạo rang làm thính 20% - Giấm 10%
- Tỏi, gừng, riềng, sả 10%.
- Đường 2% - Muối 4% - Khoai lang hầm 4%.



Tương Vifon nội địa

e/ Công thức ông Cửu Biên Hòa (1936 Quê Hương XB)

- Ớt trâu xay nhuyễn	20% 9	- Ớt hiểm	20%
- Cà chua	20%	- Tỏi	8%
- Gừng	4%	- Hành	4%
- Đường	4%	- Muối	3%
- Me dầm	2%	- Thính gạo	10%
- Hột mít lụi tán nhuyễn	3%	- Giấm2%	

f/ Công thức chuẩn Việt Nam (tham khảo Hối Phong)

- Ớt hiểm, sừng, ớt ngà, ớt thanh châu tổng thể 40%

- Cà chua hấp xôi	30%	- Đường	5%
- Muối	3%	- Tỏi	8%
- Hành	3%		

- Giấm 5% -
- Thính và bổi hương 65 -



Tương Vifon xuất khẩu

NƯỚC TƯƠNG ĐẬU NÀNH



Các chai nước sốt đậu Kikkoman

Nước tương đậu nành còn gọi là nước sốt đậu nành (soybean sauce) là một loại nước chấm gia vị được lên men động trực tiếp từ đậu nành mà thành. Nó có màu nâu đen và ta chỉ có thể nhìn màu vàng lúc ta múc lên rồi rót xuống chén mới nhận ra, bình thường chỉ thấy toàn đen hắc. Mùi vị nước tương đậu nành thơm dịu có vị súp thịt cũng có vị súp nấm, nên người ta gọi là Maggi thực vật. Và vì làm toàn là thực vật nên rất thích hợp ăn chay.

Người ta phải nhờ đến Enzym của các con mốc, meo và khuẩn tự thủy giải đạm nguyên (protéin), chất bột thán nguyên nhiệt dung hòa (carbohydrate) cùng các thành phần liên kết của hột đậu nành hay gạo mì, mạch mễ phối hỗ trợ để cho ra các peptid, acid amin, các acid hữu cơ, đường, éthanol và một vài hợp chất có phân giải khác mà thông thường tự tạo qua hảo khí.

BẢNG PHÂN LOẠI NƯỚC SỐT ĐẬU NÀNH

THÀNH PHẦN	Hảo hạng	Thượng hạng	Hạng nhất	Hạng nhì	Hạng ba
	gr/l	gr/l	gr/l	gr/l	gr/l
- Protid tổng hợp	18,22	6,71	14,15	12,21	8,37
- Protid Formol	10,09	9,01	8,17	7,02	5,10
- Protid Ammoniac liều cao	4,12	2,07	2,62	2,62	3,14
- Protid hữu cơ	9,44	8,11	7,33	6,59	4,27
- Acid amin	8,23	6,51	4,92	3,57	1,19
- Muối ăn (NaCl)	152,20	143,23	143,23	143,23	179,90
- Acid acetic (CH_3COOH)	16,21	14,13	11,90	8,57	6,49
- Độ kiềm (PH)	5,7	4,6	4,8	5,3	5,9

Đây là bảng tổng kết của cơ quan FDA Hoa Kỳ trong bàn giao số 1377/AT9 bộ số 9 năm 2003 mới đây nhất (VOGUE AUSTRALIA May 03)

Đã từ lâu, người ta biết điều tiết môi trường cho vi sinh vật có cơ hội sinh sôi ra các Enzym làm tan rã và phân giải đạm, bột và đường có trong đậu bằng cách cho tăng cường sự lên men để các con meo có cơ hội lên mốc rồi phối hợp với các vi khuẩn hảo khí khác để cùng phát triển đồng bộ Enzym.



Các loại nước tương của cơ sở Đào Tiên

Theo thống kê thì mọi nơi có các tiến hành thực nghiệm như sau:

1) Tìm nuôi con mốc AO (Aspergillus Oryzae)

Có thể lấy nếp dẻo của xứ ta một lượng vừa phải độ 1 kí lô, vo cho thật sạch sẽ, đồ dẻo lên như đồ xôi nếp sau đó ban ra một mâm cho thật đều, cho tới khi nhiệt độ gạo xôi này còn độ 45°C. Người ta tăng cường tính sát khuẩn bằng cách cho loại tro xám của loại củi bằng lăng cũng được, phất độ 30gr lên cho đều mặt xôi. Kế đến đợi xôi chỉ còn độ âm ấm thì cấy con meo chọn lọc AO. Kế tiếp đậy bằng lớp vải mùng và ủ ở phòng thoáng có nhiệt độ dao động từ 30 đến 32°C trong vòng một tuần lễ thì ta sẽ thấy trên mặt mâm có một lớp mốc meo xanh lạt, kết quả đã thành công có thể đưa vào sản xuất. Ở đây các bào tử của mốc rất đông và rất nhanh phát triển cho nên muốn yếm phát triển này chỉ có việc bảo quản ở ngăn lạnh có hàn độ không quá 14°C. Nhìn bằng mắt thường, ta chỉ thấy như một thảm rêu, nhưng khi dùng kính hiển vi phóng đại điện tử có xác suất thật kinh khủng. cứ 100gr mốc này lên đến một triệu đơn phân nhân với 10 lũy thừa 6 (1000.000×10^6) đơn vị bào tử.

2/ Phủ nuôi con ZSS (Zygoe Saccharomyces Soyae)

Lấy đậu nành một kí lô ngâm với 7,5 lít nước, ngâm trong vòng 12 đến 16 giờ xong bắc lên bếp đun sôi ở nhiệt cao > 120°C khoảng 1 giờ đến 1 giờ 30 phút, sau đó cho 100gr đường cát vào rồi nhấc xuống để cho hạ nhiệt còn độ 35°C mới sắc con meo ZSS (Zygoe Saccharomyces Soyae) vào để ủ trong phòng thoáng khoảng 3 đến 5 ngày. Loại này phát tác rất nhanh theo tỉ lệ trong hảo khí cho nên muốn dự trữ làm lâu thì phải để ngăn lạnh không quá 14°C.

3/ Cấy mô con khuẩn Ld (Lactobacillus delbruceki) có thể lấy đậu đen ngâm một đêm với số lượng 1 kí lô và 6 lít nước, sau đó cũng bắc lên bếp sôi ở nhiệt 100°C, thời gian nấu liên tục 1g30 phút, nhắc xuống để còn ấm thì rắc ngay con khuẩn Lactobacillus, delbruceki vào rồi ủ ngay trong phòng thoáng một thời gian 3 đến 5 ngày là được.



Nước tương Lam Thuận

CÁCH LÀM NƯỚC TƯƠNG

Dự chuẩn làm nước tương là phải chuẩn bị các con meo khuẩn như cách dạy bên trên, đây là "con mồi" tạo khuẩn mốc, lên meo trong điều kiện hảo khí, ta cố tình thúc đẩy sự lên men rồi hỗ trợ cho tới lúc men chín dù chín trong độ mặn cao và nhất là bị khống chế khí (yếm khí).

1/ Giai đoạn chuẩn bị: Các trang bị để hành nghề gồm có các lu hũ, thùng đựng (không dùng kim loại), nong, nia, muỗng, phễu, tô chén, bát, bếp v.v...

Làm bằng thủ công điều kiện tối cần thiết là khép kín, có khép kín thì công nghệ của ta tối hảo về vệ sinh và an toàn.

2/ Công thức chuẩn:

- Đậu nành hột	100 kg	- Nước lạnh bước đầu	170 lít.
- Nếp hoặc loại hạt tinh bột	37 kg	- Muối	40 kg
- Mốc Ao, Men Zss, Meo Ld	vừa đủ	- Phèn chua trong	12gr
- Đường thắng thành Caramel	vừa đủ	- Nước lạnh hỗ trợ	130 lít.

3/ Tiến hành từng bước một. Nên nhớ đây là một công thức chuẩn, do đó làm số lượng ít hơn hoặc nhiều hơn hãy tự gia giảm.



Nước tương Chinsu có gia vị kèm

- Bước 1: Đậu nành rửa sạch, bỏ các tạp chất, đem ngâm nước ban đầu thời gian 1 đêm, xong để nguyên nấu sôi trên bếp lửa 110°C trong 5 giờ liền. Hình thức nấu chưng là tốt nhất vì giữ nguyên trạng mùi vị nước đậu nành, nếu nấu trực diện ngọn lửa sẽ có thể có mùi khét. Nấu xong nhắc xuống để nguội.

- Bước 2: Lấy 37 kí lô nếp (có thể dùng hầu hết các loại hạt tinh bột như gạo, bắp chín, lúa mì, đậu...) đem đi rang rồi xay thành bột mịn.

- Bước 3: Chọn thời cơ nhất định trong điều kiện nhiệt đột tối hảo từ 29°C tới 33°C ta lấy đậu hột đã luộc chín ở bước 1 trộn với loại bột thính bước 2 cùng với con mốc AO, Men ZSS và meo Ld được nuôi ở phần trước cùng có dạy trộn cho thật đều, sau đó đổ ra nia, mâm từng lớp đều nhau dầy độ 4cm hay hơn một chút, để ủ trong chỗ râm mát hảo khí ở nhiệt bảo hòa không quá 35°C ủ như thế trong vòng 5 hay 6 ngày thì ta sẽ thấy trên mặt đậu có một lớp mốc meo giữa xanh, quanh trắng bắt đầu có màu vàng cam nhạt là được.

- Bước 4: - Lấy 130 lít nước hỗ trợ cùng 40 kí muối, bỏ vào một vại dùng dầm khuấy cho tan sau đó đổ toàn bộ đậu nành vào ngâm ủ từ 40 ngày tới 100 ngày trong điều kiện nhiệt độ

tương ứng với phơi nắng giao thời (độ 40oC), cho tới khi đậu chín trong muối (thường người ta làm những lều tôn có vách, khi nhiệt độ quá cao họ chống vách lên, khi nhiệt xuống hoặc ban đêm, họ hạ vách xuống, cũng che chắn khi có mưa gió rất tiện lợi).

- Bước 5: Khi tương đã chín tới, người ta đem vào cối xay cho mịn và ép nước, hứng toàn bộ nước này lắng lọc rồi thanh trùng một thời gian chừng nửa giờ trong nhiệt độ 40°C, gia thêm BORAX một liều thật nhỏ 0,005%, chống nấm mốc khởi động. Muốn nước tương không bị đục ố (màu đen lợn cợn) ta có thể lấy 12gr phèn lóng cợn xuống.

Ghi chú: Sau khi lóng cợn nếu thấy nước quá nhạt thì có thể tăng cường Caramel (nước màu dầu) để nước tương thắm màu hơn.

- Bước 6: Sau khi ép nước đầu cùng ta cho đó là nước hảo hạng tiền (nước cốt đầu chưa gia chế), thì toàn bộ xác bả còn lại của tương đó ta có thể dùng nước lọc pha với muối loãng, ủ ấm một thời gian hơn 30 ngày, lại lọc lắng và ép để thu loại nước kế tiếp, nước này là nước thường.

Chú ý: Sở dĩ ở bảng phân tích trên có chia làm 5 hạng, nhưng khi nấu thì chỉ chiết làm 2 hạng, nước nhứt và nước nhì thôi. Còn các hạng kia thì dựa vào phẩm chất đậu, cách pha



Các chai nước tương hảo hạng và siêu hạng của Mekong



Pearl soybeansauce

chế để phân loại mà thôi.

- Đó là phần nước tương hoàn chỉnh, người ta sẽ đem chiết ra chai đóng nút, dán nhãn và phổ biến. Tuy nhiên điều đáng quan tâm nhất là các bạn phải: - Giữ phẩm chất trước sau như một.

- Giữ vệ sinh tối đa.

- Bảo vệ nước tương trong điều kiện nhiệt độ tốt nhất.

Một thất bại không đáng có mà các cơ sở ngày xưa hay bị mắc phải, đó là thu mua loại chai cũ để chứa nước tương mà thanh lý và thanh trùng không kỹ, một đôi lúc người dân hay dùng lại chai để đựng dầu hôi, hóa chất, thuốc diệt rầy v.v.... cho nên khó tách chúng ra những bọt thủy tinh trong các chai bị lỗi. Một mẹo nhỏ nhắc nhở các bạn là hãy dùng nước pha sôđa 22 súc sạch, rồi rửa lại với nước muối 21 Bé, tráng lại bằng nước nóng 55°C sau đó đem đi phơi, trước khi vô nước tương nên tráng lại bằng một lượt nước tương có sẵn.

TÀU VỊ YẾU

Trông tàu vị yểu thường giống hệt nước tương, cũng là loại nước gia vị màu đen nếu nhìn đơn thuần, còn khi rót ra chén thì màu nâu đỏ cánh gián trông thật đẹp mắt, mùi hương cũng đậm đà hơn nước tương đậu nành và vị hậu có hơn nước tương, nhưng cách chế biến thật hoàn toàn khác xa. Vì nước tương là sự lên men thủy giải trực tiếp từ đậu nành hột, còn tàu vị yểu thì được phân giải từ nguyên liệu của đậu nành sau khi ép dầu còn lại bánh thô, một nguyên liệu đã được trích đa phần béo, chỉ còn lại xơ và đạm thực vật, đó là Bánh Dầu (đậu nành và đậu phọng là chính)



Tàu vị yểu Thiên Hương

Ngày nay phần nhiều các lò sản xuất nước chấm bằng đậu nành luôn áp dụng tàu vị yểu để chế biến nhưng lại gọi đơn thuần là nước sốt đậu nành. Hình thức cũng từ đậu nành nhưng tàu vị ểu đã qua hai môi trường khác sau đó mới thành, đó là đã bị rút hết Lipid và được xử lý bằng hóa chất vô cơ để thành nước sốt thực vật.

Ở các nước quanh Việt Nam, người ta gọi ngang nước tương và tàu vị yểu là một, tỉ dụ như ở Nhật Bản họ gọi nước tương là Fermented shoyu còn gọi tàu vị yểu là Chemical shoyu. Nhưng các nơi khác thì gọi chung là sốt đậu nành, như ở Trung Quốc gọi nó là Chiang Yu, ở Nam Dương gọi là Tao Yu, ở Philippin gọi Tayo và Singapore gọi là Tamyu các nước phương Tây gọi là

Soy Sauce hoặc Soybeans Sauce. Nhưng xem kỹ lại thì họ dùng phương pháp hóa giải. Thôi thì người tiêu dùng có thể ngộ nhận không sao! Còn nhà sản xuất phải hết sức kỹ lưỡng khi dùng phương pháp thủy giải để làm tàu vị yểu, coi nó là cái mốc quan trọng cần phải xử lý hết sức nghiêm chỉnh và đồng bộ.

CÁC NGUYÊN LIỆU ĐỂ LÀM TÀU VỊ YỂU

Có ba nguyên liệu hiện hữu dùng làm tàu vị yểu là bánh dầu đậu nành, bánh dầu đậu phọng (sau khi đã ép lấy hết dầu) và đậu nành nguyên chưa ép.



Tàu vị yểu Anh Đào

Trong ba loại trên, bánh dầu phọng là một loại nguyên liệu được người sản xuất thích làm và người tiêu dùng thích ăn hơn, vì hương vị của tàu vị yểu làm bằng bánh dầu phọng luôn là hương tảo lên men, lại tương tự như nước súp thịt gà, nên người ta chuộng hơn.

Còn phải tính thêm một số chất phụ thuộc để làm cho hương vị tăng cường thêm lên, chẳng hạn như bắp hột chưa khô, đậu nành đã rang khô, gạo mì đã đánh cám v.v...

Sau đây là bảng phân loại các chất có trong bánh dầu và đậu.



Tàu vị yểu Rồng Việt

Tàu vị yểu Anh Đàot

THÀNH PHẦN	BÁNH DẦU		ĐẬU NÀNH HỘT
	DẦU ĐẬU NÀNH	ĐẬU PHỘNG	
- Chất đạm (%)	46,92 – 48,11	51,30 – 56,55	31,20 – 40,50
- Chất bột (%)	31,86 – 32,92	14,92 – 23,10	21,21 – 31,92
- Chất béo (%)	0,59 – 1,72	7,10 – 10,10	13,51 – 21,20
- Chất xơ (%)	6,27 – 7,79	5,83 – 8,81	5,25 – 11,12
- Nước tồn lưu	8,20 – 11,10	8,33 – 11,37	7,0 – 17,0

(Phân tích của viện công nghệ thực phẩm Thẩm Quyến 11/1999)

Nếu không có bánh dầu, trường hợp các nước có nguồn dầu khác không cần dầu phộng, người ta cũng lấy hạt đậu nành làm tàu vị yểu với điều kiện phải rang dòn hột đậu để làm bốc hơi các dầu tồn trong đậu vì thế hương vị sẽ không đặc sắc, do đó người ta có thể dùng các Glutène của lúa mì, của bắp hòa lẫn vào dòng trích cất nước tàu vị yểu vì trong Glutène có thành phần đạm tổng thể cao đến 87,5%, chất béo không trung hòa đơn 8,77%, chất bột đường gần 6%. Chất kiềm lân từ tro 0,81%. Do đó trong đậu hột, người ta có thể cho lẫn lộn Glutène này, nhưng không quá 20%.

Không cứ gì tàu vị yểu chỉ làm bằng nguồn thực vật, người ta còn có thể lấy cả xương gân, thịt vụn, huyết, da, đồ lòng tốt để nấu tàu vị yểu, nhưng phải ghi rõ ràng là không thể ăn chay cho người tịnh.

Vì đây là nét nhạy cảm của người tiêu dùng. Nói chung các loại nào có nguyên liệu gồm chứa nhiều đạm tố nhất (protéin) đều có thể nấu tàu vị yểu cũng được.

CÁC LƯU Ý QUAN TRỌNG NHẤT

Vì tàu vị yểu được thủy phân bằng các loại acid vô cơ để phân giải đạm tố, cho nên chúng ta phải hết sức chăm chú kỹ lưỡng, tham khảo thật nhuần nhuyễn mới nhúng tay vào làm vì nó rất nguy hiểm.



Các loài tàu vị yểu tương lai

1/ Loại vô cơ thương phẩm có độ từ 18 đến 22° Bé

*** Như acid chlorhydric** (HCl)

*** Hóa phẩm trung hòa** dễ sử dụng là Natri Carbonate (Na_2CO_3) hoặc có thể dùng Soude (NaOH) trung hòa một đợt 70%-Kế tiếp dùng Soda Ace (Na_2CO_3) trung hòa tổng thể còn lại và tiếp tục.

Cần lưu ý là hóa thực phẩm rất khác hóa công nghệ, cho nên các bạn phải hết sức thận trọng khi mua hóa chất về chế biến, phải xem kỹ rõ loại cần dùng, nồng độ cho phép, hạn sử dụng và cataloge hẳn hoi. Thí dụ ta dùng sôđa 21 và sôđa 23, thì thương mục phải ghi rõ (Na_2CO_3) # 236,666. Còn Na_2CO_3. $10H_2O$ thì thành phần chất có từ 98,8 đến 107%.SO_4 dưới 0,3%. Chlor dưới 0,06%. Sắt kiềm dưới 0,002%, Ansenic (As) dưới 0,002%.

2/ Muối (Nacl) nên dùng muối mỏ hoặc muối nguyên thể chưa nấu. Với ẩm độ dưới 4%, Natrichlorua dưới 94%, các chất bẩn bụi, tạp chất lưu trong muối không quá 0,5%, tan trong

nước không quá 3%, khuấy sẽ thủyphân trong nước và trích cất kiểu chưng (vì sợ làm lủng đáy nồi) sau đó làm sạch bằng các gạn lọc hiện hữu làm sôi trước khi pha vào chất nấu tàu vị yểu.

3/ Muối nấu Nacl hàm lượng ít nhất là 98%, không quá 4% ẩm độ tạp chất không tan trong nước đến 0,15% và hòa tan không quá 1,5%.

Ghi chú: Phải xác định các kim loại dạng nặng trong bảng phân loại tuần hoàn, hàm lượng (mg/kg) phải ở dạng trung bình không quá phẩy quy định như sắt không quá 50mg/kg; Arsesnic 2mg/kg; đồng 2,3 mg/kg, chì không quá 2mg/kg; thủy ngân không quá 0,17mg/kg.

4/ Các loại màu tiêm vào tàu vị yểu:

Tuyệt đối không dùng màu kể cả màu thực phẩm chỉ nên dùng carmele thắng từ đường.



Tàu vị yểu Bông Sen

5/ Các chất hóa học bảo vệ:

Theo OMS và FAO cho phép thì trong các loại nước sốt thực vật cho phép dùng Benzoat (Natri) ở nồng độ từ 0,8‰ đến 1,16‰ (nên nhớ là phần ngàn chứ không là phần trăm)

6/ Xử lý tàu vị yểu bằng Acid Sulfuaric (H_2SO_4)

Tốt hơn hết các bạn chỉ nên tham khảo, đây là một phương pháp thủy phân bằng Acid Sulfuaric, cách thức làm không khác gì acid chlohydric phần trên, chỉ có một thay đổi nhỏ là phải trung hòa acidsuffuaric loại ra bằng calci carbonate ($CaCO_3$) thay vì ở acid chlohydric

thì loại ra bằng Natri carbonate (Na_2CO_3)

Cách làm thật đơn giản nhưng rất nguy hiểm.

- Xay vụn bánh dầu đường kính không quá 1cm vuông cho cục.

- Làm loãng acid sulfuaric nồng độ 15° Bé hòa xuống ở một nồng độ thích hợp để hơi yếm khí.

- Lấy nồi trích thủy phân, đổ cả hai vào rồi trích ly bằng cách chưng để tách thủy trong nhiệt đối từ 80°C tới 99°C, dùng dầm cây khuấy trộn để tránh khét, trong giai đoạn nào mà ta thấy trong nồi trở thành một chất giống hắc ín nấu chảy là được.

- Dùng hộp lược Vaccum 2 hoặc lược chân không PEX, hóa nhiệt nước thành sôi rồi lấy sản phẩm theo yêu cầu.

- Dùng lưới lược lọc cho sạch, trong nước lược lọc này phải có calci carbonate trung hòa để tách khử hết acid sulfuaric cho tới khi thấy độ kiềm (pH) thích hợp là an toàn.

- Đọc phản ứng trung hòa acid sulfuaric như sau.

$$CaCO_3 + H_2SO_4 \rightarrow CO_3H_2 + CaSO_4\downarrow$$

- Ở đây các chất lắng tụ từ $CaSO_4$ còn nguyên vẹn sẽ được gạn lọc sau khi chúng lóng xuống đáy, lúc này ta rửa phần cặn bằng nước 60°C. Sau khi đem nước đi ly tâm, phải nhiều lần lọc và để an toàn hơn nên để ủ tự chín trong vòng một tuần. Sau đó đem đi thanh trùng ở nhiệt trương đến 100°C trong vòng hai mươi phút, tiêm muối, bột dưỡng hòa,



Đều gọi là nước tương đậu

hóa chất khử độc tố, hóa chất chống lên men mốc rồi để thật nguội mà vô chai.

CÁCH LÀM TÀU VỊ YẾU:

1/ Các vật dụng và dụng cụ để làm tàu vị yểu:

- Phải có một thùng chưng hấp bánh dầu làm bằng thép có tráng Gélatine hoặc Inox không bị ăn mòn bởi muối, cũng có thể dùng một loại xoang gỗ có trét bọc một lớp sét không ngậm acid đây là một dạng thủy phân điều hòa nhiệt độ chưng hấp bánh dầu, thùng này để bên trong một thùng khác chứa dầu nhớt cặn, dầu nhờn gasoil hoặc cát cũng được.

- Máy ly tâm có vòng xoay tương ứng, độ xoay không cần nhanh.

- Máy tán bánh dầu thành viên nhỏ để dễ thủy phân.

- Hệ thống lò bếp có thể nấu từ 60oC tới 100oC hơi nước bốc.

- Các vại chứa có thể bằng gỗ ghép chắc có niền để ủ chín.

- 1 bộ thanh dầm kéo moteur bằng dây trân lăn trong 1 thùng gỗ theo cánh quạt thẳng để khuấy nước tàu vị yểu.

- Hệ thống lọc sạch các cặn cáu, bẩn tồn sinh trong nước.

- Vại chứa thành phẩm rất an toàn và vệ sinh tuyệt đối.

- Chuẩn bị sẵn các vật dụng, chai lọ, nút bọc,



Giống Maggi

nhãn để đóng gói, chiết rót, bảo quản khi nước đã thành phẩm.



2/ Các bước nấu tàu vị yểu:

Trước hết nói đến nguyên liệu chính là bánh dầu đậu phọng, acid chlohydric, soude nhẹ (soda ACE 21°)

- Bước 1: Bánh dầu tốt, không hôi mùi lạc tố quá, không bị mốc hoặc hắng dầu quá, đem về dùng máy tán để đập thành cục nhỏ khoảng 1cm^2 cho mỗi cục để dễ phân thủy.

- Cho các cục nhỏ đã được cắt vào một thùng chưng hấp như đã kể bên trên. Dùng que gạt cho bằng một thùng rồi đổ 80% acid chlohydric vào (cứ 100kg bánh dầu thì đổ 80 lít) loại 18°Bé (phải hòa tan cùng nước và acid chlohydric 18Bé bằng giá trị tương đương 12°Bé trước khi đổ vào thùng).

- Chưng hấp (có thể thủy phân ngay) ở nhiệt cao 80°C đến 100°C thời gian16 giờ đến 22 giờ (phải đủ điều kiện này nước sẽ rất tốt).

- Để nước chưng nguội, gia thêm nước nóng 35°C đến 45oC cho bằng nước trong thùng, bắt đầu trung hòa với sôđa (ở độ 4,5 → 5,6 pH).

- Lấy 50% soude trung hòa trước một lần, tiếp theo tái trung hòa bằng sôđa cho đủ sao cho ở đạm cao độ pH sẽ dao động từ độ 4,65 lên tới 5,6°pH.

- Dùng nồi khuấy ly tâm để loại bỏ tạp chất và bả, sau đó lượt bằng vải mịn.

- Gia muối vào để nêm nếm vừa đủ, theo một hàm lượng có thể áp dụng là từ 119,56 đến 151,56 gram/1 lít nước tàu vị

yểu. Càng cao đạm, càng ít muối.



- Đem đi ủ trong vại gỗ một khoảng thời gian từ 8 đến 10 ngày sau đó đem ra nấu cách thủy ở 90°C đến 95°C trong khoảng nửa giờ, tiêm hóa chất chống mốc meo (BORAX) với liều lượng an toàn.

- Bước cuối cùng vô chai, đóng nút dán nhãn, phát hành.

3/ Kiểm chứng thành phẩm:

Bước thuận lợi để ta được hợp pháp hóa vấn đề sản xuất là ta phải tuân thủ triệt để trên bốn phương diện là

- Khu vực sản xuất có khép kín hay mở rộng, sự thông thoáng nhất thiết phải có, nhưng vệ sinh và các ảnh hưởng chung quanh có làm ô nhiễm môi trường hay không?

- Nguyên liệu chế biến hoàn hảo hay tận dụng (kể cả phế phẩm!) đây là yếu tố khiến ta dễ bị hai tổn thương là bị cơ quan chức năng kiểm tra, phạt vạ và phẩm chất hàng thành phẩm kém sẽ mất thị trường, mất người tiêu dùng.

- Quanh vấn đề kỹ thuật, hệ số phân giải chất đạm kể từ còn là bánh dầu đến khi thành nước tàu vị yểu. Hệ số peptid và acid amin phân hóa từ đạm đã tan rã chuyển dần đến phức của amonia (đạm hôi hắng). Rồi phải tính đến lượng đạm toàn phần, độ lên men chua để trở thành acetic acid, nồng độ muối bảo hòa trong nước tàu vị...

- Hiệu số độc chất có thể có bên trong nước tàu vị yểu do hàm lượng kim loại nặng, rồi các loại khuẩn, mốc, men, meo gây cho nước bị hư và độc.

- Ta phải xác xuất được tỉ lệ đạm chuẩn để ước định ra

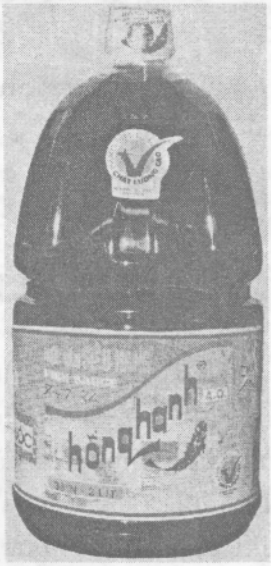
đạm hữu cơ tan rã phối với đạm formol (đạm formol là đạm acid amin phối với đạm Ammonia)

- Xác định tỉ lệ dinh dưỡng dựa vào các acid amin có trong tàu vị yểu bằng phương sắc ký hóa chúng để tìm tổng số. Bước đầu đã thu được 19 acid amin và tiền acid glutamic để chuẩn hóa vị và mùi thơm của tàu vị yểu.

NƯỚC MẮM (FISH SAUCE)

Là thành phần nước còn lại sau khi các loại cá chượp với muối bị thủy phân ra nhờ vào các phản ứng phân hóa đạm tự nhiên và vi sinh vật ở môi trường Iode kiềm mặn vừa đủ.

Đây là các protéaz được nhồi nhét các loại tảo vi sinh hữu cơ mà cá các loại ăn vào bụng phân hóa mà thành. Vì vi sinh vật là loại chịu một nồng độ mặn vừa phải nên tác động lên chúng không được gọi là nhanh lắm vì thế lượng đạm tố tan biến trong dung dịch muối cũng từ đó mà chín kịp để cho ra loại nước có mùi thơm thịt hầm vị mặn lợ ngọt rất ngon, khiến người tiêu dùng Việt Nam hầu như ai cũng thích.



Nước mắm khởi nguồn từ Việt Nam

Hiện nay có hai cách chế biến nước mắm đó là:

1/ Cách chế biến cổ truyền:

Người ta chượp cá và muối theo quy trình phân lớp để ủ cho tới khi cá đã chín mới chịu pha chế thành phẩm cho ra thị trường và tùy loại cá lớn, nhỏ, nhiều hay ít thịt, béo... để ủ lâu hay mau, có loại chỉ ủ bốn đến năm tháng; có loại sáu đến 8 tháng, có loại trên chín tháng đến một năm.

2/ Cách chế biến tân tiến:

Người ta cố tình làm giảm hàm lượng ammonia ở mức độ thấp nhất rút ngắn thời gian, không cần chượp cũng được bằng cách như sau.

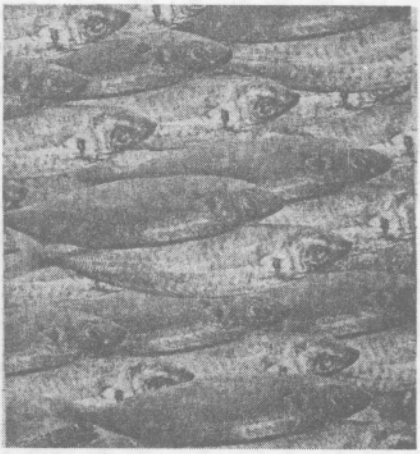
- Tăng cường thêm lượng protéaz để phân giải đạm cấp tốc.

- Dung dưỡng nhiệt độ theo yêu cầu và khống chế độ mặn và độ PH cũng theo yêu cầu tương tự.

- Nghiền nát cá tươi để phân giải đạm nhanh hơn là để nguyên

NGUYÊN LIỆU ĐỂ LÀM NƯỚC MẮM:

Chủ yếu là các loại cá biển và cũng có vài loại cá sông nữa. Nhưng có vài loại nước mắm ở vùng Phan Thiết cũng dùng mực, tôm, tép con moi ruốc để làm một loại nước mắm hương liệu lạ khác, gọi là mắm chắt (tôm chắt, mực chắt).



Cá Nục Decapterus Russelli Rupp

Thường là những loại cá có dạng nhỏ con, tối đa là 25cm, vì càng nhỏ, sự thủy giải càng nhanh và chắc.

1/ Các loại cá biển:

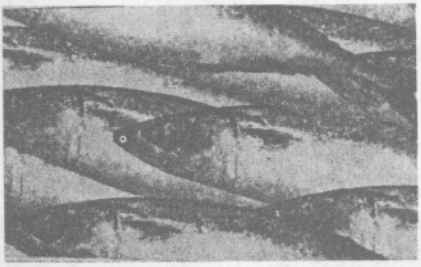
a/- Con cá cơm (Stolephorus Commersoni Lacep hoặc Engraules Commusoni Lacep) thường được làm nước mắm nhiều hơn vì nó có đạm tố cao hơn một số loài cá khác, khi nước chắt

chín có cho ra mùi thơm dịu, màu vàng trà hơi sạm, đẹp.

Ở nước ta loại cá cơm được phân loại để làm nước mắm gồm có các loại khác nhau và cho chất lượng khác nhau chứ không phải hễ cá cơm là đều chất lượng ngon. Nhưngmột điều thất sách là cá cơm cho nước chất tỉ lệ kém hơn về số lượng. Hai vùng biển Phú Quốc và Phan Thiết của Việt Nam có nhiều sản phẩm nước mắm cá cơm tuyệt vời nhất nhờ vào 4 loại như sau:

- *Cá cơm đỏ* (xích tiểu ngư) tên khoa học là Apogen aureus Lacep khi chượp cho ít nước nhưng nước màu trà đỏ rất đẹp, thơm vị thịt đầu heo luộc rất ngon, đậm đà.

- *Cá sọc phấn* (Lang tiểu ngư) tên khoa học là Lutjanus sabae họ cá cơm nhưng con lớn, ít đạm hơn mà béo nhiều, nên nước mắm hơi ngậy béo, có màu vàng trà lợt lượng óc quăn khá nhiều.



Cá sọc phấn hoa Lutjanus Sabae

- *Cơm sọc tiêu* (Mịch tiểu ngư) có tên khoa học là Lutjanus chrysotacnia Bl.Kr một loại cá cơm gầy nhưng nước mắm rất thơm, nhiều Iode, nhiều vôi hữu cơ, người ta chế biến riêng biệt loại nhĩ nhất để chỉ biếu hoặc làm hàng mẫu chứ không bán. Nước mắm cá cơm sọc tiêu có màu vàng trà lợt, mùi thơm thịt bò luộc đậm đà, chỉ ăn với cơm trắng cũng ngon.

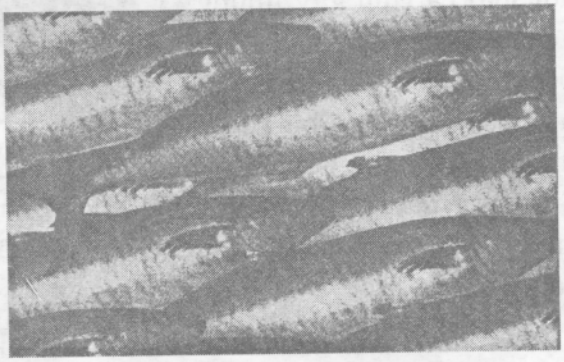
- *Cơm sọ trắng* (Bạch não chỉ) có tên khoa học là Lutjanus-Argentimaculatus cho nước mắm nhiều nhất, nhưng phẩm chất hơi đơn nên thường làm nước độn cho ba loại kia để thành

phẩm lại, nước nguyên chất màu vàng trà hơi xanh trai, nhiều óc chỉ ít nhiều mùi cỏ.

b/- Con cá nục: (Decapterus Russelli Rupp) được coi là một loại chủ chốt sản xuất nước mắm vì giá trị thương phẩm cao, khi chượp cho nhiều nước, động độ đạm khá cao và bền, mùi thơm mùi thịt gà xé phai và nước có màu vàng trà ửng nâu rất đẹp.

c/- Con cá mòi: (Dorosoma nasus Bloch hay Clupea Kanagurta Bl.Kr hay Coilis Clupeoides Lacep còn gọi là Coilia Lindmani) Loại cá có nhiều dầu, giới đóng hộp thực phẩm rất thích làm hộp, tuy nhiên nước mắm làm từ cá mòi rất thơm ngon một vị đặc trưng được xếp loại 2 trong nhóm nước mắm biển, màu vàng sậm có óc chỉ hơi váng vì béo khá nhưng mùi không tanh chát.

d/ Cá trích: (Clupea molussensis Bl.Kr) loại cá người ta hay đóng hộp sốt cà chua, nhưng làm nước mắm cũng cho hương vị ngon riêng biệt, màu vàng ửng, ít béo hơn cá nục cá mòi và độ kinh tế không bằng đóng hộp nên người ta ít làm nước mắm. Tuy nhiên hiện nay giới xuất khẩu lại chuộng chế biến nước mắm cá trích để đi thị trường Châu Âu, nên những lúc gần đây cá trích đột nhiên bị hiếm là vì thế.

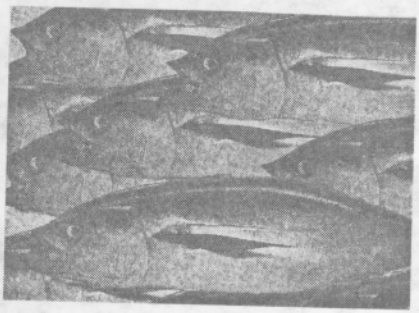


Cá thu giá trị thương phẩm cao nên nước mắm cá thu cực hiếm trên thị trường

- *Cá lầm* (Spratelloi da Beun delicatalus) nước mắm cho khá nhiều, mùi thơm của nước không nức cho nên các chủ vựa hay muối phích (chượp xen kẻ) cùng cá lẹp hay cá sơn cho ra nước mắm loại trung, thuộc nhóm 3, tuy nhiên nước có màu vàng trà đẹp nhất.

- *Cá lẹp* (Setipinna mọlauchiz-r B/Kr. Còn một tên khoa học khác là Engraullis Breviceps Cent) một loại cá cho nước cũng nhiều, thuộc nhóm 3, mùi thơm có vị măng hầm, nước có màu vàng trân châu, nên nước mắm cá lẹp dạng nguyên chất người ta gọi là châu nhĩ, ngân nhĩ...

- *Cá sơn, sơn tra* (Apogon Macroterus)-Sơn ong (Apogon sev Novemfasciatus C.V) - Sơn ruồi (Apogon trimacularus ev) sơn nhục sơn thịt (Rhatdamia clupeiformia M Weber)... đây là nhóm cá cho nước rất đặc sắc, nước mắm có nhiều nhũ nhưng mùi vị lại không sắc sảo cho nên chỉ làm loại lai nhất là lai cá nục.



Cá ngừ đại dương

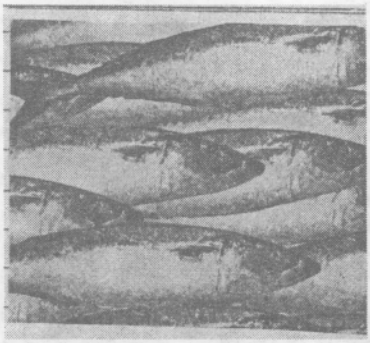
- *Ngoài ra còn cá thu, cá ngừ* là các loại cá giá trị thương mại dương (bán tươi) cao mà giá trị âm (đóng hộp) cũng khá cao cho nên người ta không làm nước mắm cá thu, cá ngừ nữa.

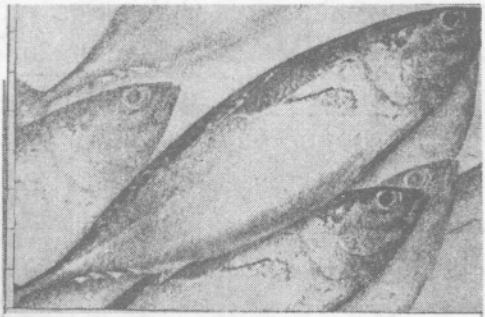
- *Các loại cá tạp:* Đủ loại trừ cá nóc, là nguồn sản xuất chế biến được gọi là đặc chuyên nhất của các chủ vại, chủ chình và vạn đều dùng làm nươc độn cho các cốt khác để trung hòa sản phẩm phổ biến khắp nơi kể cả xuất khẩu. Cho nên tổng trị số

cá biển tạp thường chiếm 70% so với các loại cá chế biến khác (trong cá tạp bao gồm luôn cả bạch tuộc nhỏ, các loại mực, con moi, con ruốc, tôm tép riu, lươn biển, thậm chí cả cá nhám nhí...)

- *Một số loại cá* mà ngày nay ở các vùng duyên hải hay phổ biến nhất là cá xô, hơi khác cá tạp một chút vì cá tạp là loại lớn con, lai đủ thứ, nhưng còn có thể dùng để ăn tươi được trong khi cá xô lại là loại thịt có nhiều xương, có thể làm phân hoặc trích ngọt cho cốt hương tảo ngư trong đó cá lịch, cá liệt cá mao ngư, cá xẹp, cá ô rô v.v... chiếm nhiều.

Cá Saba nguồn đạm quan trọng

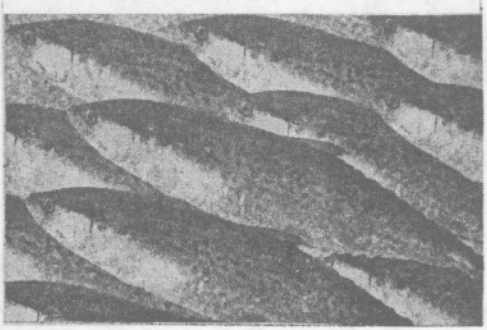




Cá Ngừ mỡ nay ít ai làm nước mắm

Cá Nục vẫn là nguyên liệu chính



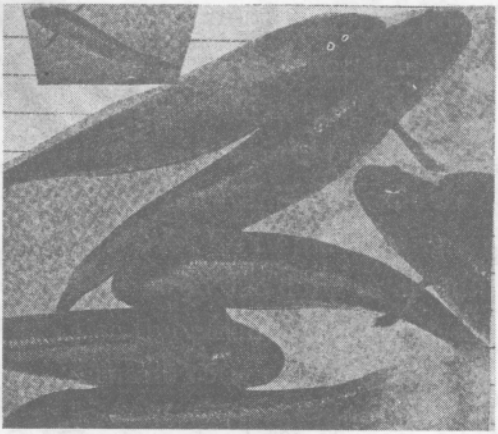


Cá Thu bông, hải sản đắt giá của biển Đông

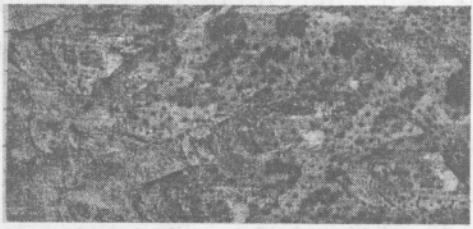
Một số cá có thể dùng làm nước mắm nhưng giá thành cao nên bị hạn chế.

2/ Vài loại cá sông:

Còn gọi là cá nước ngọt đều có thể làm được nước mắm, tuy nhiên cá sông lại có một khuyến điểm là cho hàm lượng đạm tố kém nhiều so với các loại cá biển. Một điều thứ hai là do cá biển thấm đẫm Iode từ lúc còn nàm chỉ, còn cá sông hoàn toàn thiếu Iode cho nên khi trích cất nước mắm khá loãng, gây nên sự giảm đạm.



Cá lóc Ophiocephalus Stristus Al



Cá chổi hoa (bóng tương) Ophiocephalus Micropeft

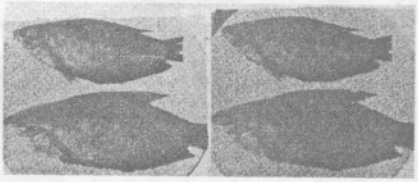
Đáng kể trong các loại cá sông gồm có:

- *Cá linh* (Pangila Spp) chỉ có mùa, dù vậy nước mắm cá linh có hương vị đồng rất ngon.

- *Cá rô, cá sặt* là hai loại riêng (Anabas tertudineus Bl) kém thơm, loãng.

- *Cá lóc* (Ophiocephalus Stristus Al) cho nước thơm ngọt, loại lóc bông có mùi cỏ đặc biệt hơn.

- *Cá bống tương* (Ophyocephalus marmonata Bl.Kr) cũng rất thơm nhưng mau tán hương.



Rô, sặt Anabas Tertudineus BL

- *Cá chồi hoa* (chổi hoa) lai bống (Ophiocephalus micropeltes C.V) bị hơi thơm, người ta hay dùng làm mắm hơn là làm nước mắm.

3/ Muối: Thông thường, người ta dùng một loại muối hột là muối kết tinh từ ruộng sau 13 ngày (tương tác với gió và sáng nóng mặt trời trưa hè, ngậm khá nhiều microsolar từ ánh dương để dễ quang hợp) vị trí muối ở Việt Nam khá tốt dù ở cận biển nào, tuy nhiên do hấp thụ ánh sáng mặt trời thì lại khác vùng, khác khí hậu, muối có thể kết tinh to nhỏ tùy địa phương. Có nơi muối đọng hòn từ 5 đến 6 mm/hột, có nơi lại nhỏ hơn chỉ 3 đến 4 mm/hột do đó khi chượp phải cân nhắc kỹ thông số hạt muối để phân lớp rõ ràng.

Điều kiện thứ hai là muối mỗi vùng có màu sắc khác nhau. Có vùng bện phún xuất, muối hơi có màu đỏ, vùng khác cát nhiều muối hơi vàng. Tuy nhiên quan trọng nhất là hàm lượng muối có chuẩn độ mặn tối thiểu phải là 87% (Nacl khoảng 87%), ẩm độ phải khống chế từ 6,95 đến 9,1 % (vì nhiễm ẩm, đôi khi cũng nhiễm bẩn)

BẢNG PHÂN TÁCH MUỐI CÁC VÙNG LÃNH THỔ CỦA VIỆT NAM

Vùng biển thuộc về	Miền Tây	Miền Đông	Miền Đông	Duyên Hải Nam
	Cà Mau-Bạc Liêu	Mỏ Đồng Nai	Bà Rịa Vũng Tàu	Cà Ná Phan Thiết
- Hàm lượng muối NaCl	90,92%	86,02%	87,71%	86,17%
- Ẩm độ (lượng nước)	6,31%	9,89%	9,92%	10,03%
- MgCl	0,77%	0,31%	0,42%	1,11%
- $CaSO_4$	1,21%	1,41%	1,37%	0,92%
- $MgSO_4$	0,47%	0,61%	0,56%	1,21%

Một lưu ý đặc biệt: người ta thích lấy muối có ít Calci và Mangan, magné làm nước mắm vì ở loại muối này, hàm lượng Ca Mg nhiều làm nước mắm lợ chát. Ngoài ra tạp chất nhiều ở trong muối cũng làm cho nước mắm bị hư, hắng chẳng hạn như phèn, sình bùn, hữu cơ thẩm, kể cả loại mốc muối và khuẩn muối nữa.

4/ Cuối cùng là acid acetic (CH_3COOH)

- Khi không chượp muối chu trình cổ điển, người ta phải đốt giai đoạn nhanh để đưa ra thị trường cấp tốc, việc đầu tiên là họ phải dùng tới acid acetic để lôi kéo nước trích ngấu nhanh hầu tạo môi trường kiềm thích hợp (pH)

CÁCH LÀM NƯỚC MẮM:

I/ THEO CÁCH CHƯỢP CỔ ĐIỂN

Ta không tính các vật dụng cần thiết trang bị cho lò chượp cá gồm có các vại đại (bồn lớn), lu mái gầm, lu mái đò, lu khạp, đỏi, lá buông, phao chượp, mẻ chượp, bàng lăn, ốc vại.v.v... ta

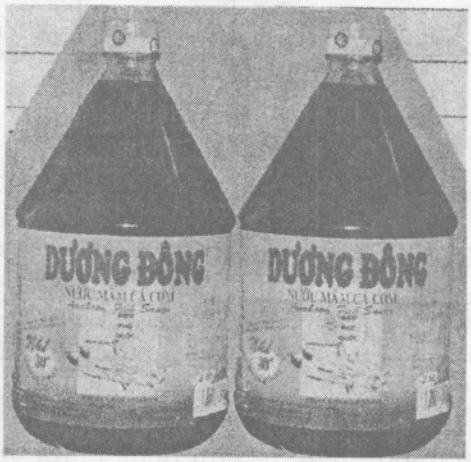
hãy thực hiện ngay các vấn đề tiếp theo như sau trong chế biến:

1/ Chọn và phân loại:

- Cá cho ra cá, các loại khác cho ra riêng, tránh làm lai tạp.

- Cá và các hải sản khác phải còn tươi, mang, go, vi, vẩy có khả năng thẩm muối tốt, nếu bị ươn sinh chẳng những không thẩm muối hoàn hảo mà còn bị lên men cho đạm hôi ammonia làm nước mắm đễ hư.

- Cá phải kích cở ngang nhau để khi chượp phải đồng bộ và đều .



Nước mắm cá cơm Phú Quốc 30°N

- Các loại cá không chượp chung dễ làm tạp vị và tạp hương, nước mắm sẽ mất giá trị hoàn toàn, chẳng hạn như ta cho cá đuối lẫn vào, nước mắm sẽ có mùi ammoniac khai sình, cá hố hay liệt, chạch biển, khoai... nước nắm đẫm iode có vị tanh, màu trở sẩm không đẹp... Tất cả đều phải sạch sẽ , không lẫn tạp phẩm, không bị các con hàu, sò, ốc, sên bám vào cá nhất là con mắt cá. Tất cả đều phải rửa sạch, cá biển nên rửa bằng nước muối tối thiểu ở nồng độ 16° bé, cá sông nên rửa bằng nước sông, cá để nguyên con, không moi móc ruột ra vì nước mắm ngon nhờ đạm hủy sinh từ ruột cá làm ra.

- Trong thời gian chưa chế biến kịp, nên muối sơ áo cá để cá không bị ươn sình sớm, tuyệt đối không nên dùng nước đá để ướp cá.

Nên nhớ một điều rất đặc biệt là ruột cá chứa rất nhiều vi khuẩn tạp, nhưng khuẩn này vô hại nếu cá còn sống và còn lượng nước biển mặm tiêm vào. Nhưng nếu đem lên cạn trong thời điểm nhanh nhất, ruột cá sẽ là nơi làm thúi sớm nhất khiến cho cá bị ươn. Vi khuẩn sẽ từ đó sẽ thành độc tố ngay.



Nước mắm cá cơm Phan Thiết

Mà khổ nỗi là ruột cá chính lại là nơi cung cấp đạm tuyệt vời, khi ta chượp muối đúng thời khắc quy định.

Trung bình người ta muối tạm ngoài khơi theo tỉ lệ như sau:

- Cá nhỏ, cá non tơ cứ một phân muối ướp tạm 3 phân cá.

- Cá lớn, cá già, cá có cỡ cứ 1 phân muối ướp tạm 6 phân cá.

Do sự dằn xốc nên muối dễ bị trôi, nên ngư phủ phải châm thêm muối mỗi lúc hõm bị rảnh muối.

2/ Chượp muối cá:

Tỉ lệ muối cá để chượp luôn luôn tuân theo nguyên tắc đồng đều nếu đã giải quyết đứng đắn các yêu cầu bên trên, ta cũng biết muối phải đều, để vi khuẩn không phác tác, không

làm hôi ươn cá, trái lại chính vi khuân này sẽ giúp tăng cường sự lên men và protéaz hoạt động đằm, tự phân các protein trong cơ thể cá.

- Nhiều muối mà ít cá thì vi khuẩn bị triệt tiêu, không thành.

- Nhiều cá ít muối thì cá ươn nhanh hư hỏng bồn ngay.

Như đã nói bên trên, các lượng kim loại có trong muối và độ muối tuỳ vùng đã cho ta thấy ở từng địa phương cách chượp cá có hơi khác một tí, nhưng không cách xa quá quy định.

Địa phương	cá tỉ lệ	muối tỉ lệ
- Phú quốc	3,3	1
- Phan thiết	3,5	1
- Nam Ô	3,1	1
- Bà Rịa Vũng Tàu	3,6	1
- Nha Trang	3,4	1



Nước mắm Hưng Thành

Như vậy tại Phú Quốc thì cở 3 phân 3 cá có 1 phân muối. Phan Thiết 3 phân rưỡi cá một phân muối ta cũng đủ thấy lượng muối mặn của Phan Thiết cao hơn của Phú Quốc và Nam Ô, từ đó ta sẽ phân tích nồng độ đạm (N) được trích ra cao thấp tùy khi ta phân bổ muối. Cứ một muối cho 3 cá thì nồng độ nước tiên (bổi) sẽ có từ 25 đến 29o Bé (độ mặn) sẽ cho ta ra trên dưới 18gr Nitơ trong 1 lít (theo paremè của Hải Dương Học Nha



Nước mắm Thanh Hà

Trang 1975). Còn nếu một muối tới bốn cá thì ở 25 đến 29° Bé sẽ có đến 22 gr nitơ trong 1 lít, nhưng với tỉ lệ này thì nguy cơ sinh khuẩn sẽ đột ngột có trong điều kiện nhiệt độ cho phép, vì lúc này acid amin có trong nước mắm sẽ gia trương làm thúi nước ngay.



Cả Knorr cũng sản xuất nước

Sau khi xếp cá và muối dày trong tôn chứa (tôn còn gọi là bồn cây, vại cây, hầm cây, hầm đỏi, bình tẹt, xà khú, lúp hoặc thùng chượp) phủ một lớp muối mặt dầy, bơm nước bổi vào cho ngập mặt và gài nang kỹ lưỡng, lấy đá lớn dằn lên mặt cho đừng bung cá lên khi muối tan.



Nước mắm Liên Thành

3/ Chượp chín cá:

Sau 48 giờ kể từ khi chướp muối cá, người ta "nẩu giọt" tức là thử nước bổi để xem nồng độ mặn của nước muối, (có loại đo nồng độ mặn Beaumé dégrée bán ở các chợ dụng cụ sx thực phẩm) Trong lúc đo, cột chỉ độ nhẩy ở số từ 17 đến dưới 20° Bé thì nước còn khá lạt, nguy cơ phát vi sinh ung ươn cao, nên gia thêm muối cho đủ. Nếu cao quá 39° Bé thì quá mặn. Nồng độ

trung bình có khả năng dưỡng đạm là từ 21,5° Bé tới 22,5° Bé như thế lấy khung của Phan Thiết, Bà Rịa Vũng Tàu và Nha Trang làm chuẩn là ổn.

4/ Đảo Bổi và chượp đảo bổi:

Sau nữa tháng đến 20 ngày, người ta rút nước chượp trên ra vại hạ (vại dưới thấp) cá trong vại thượng sẽ rút một nữa ra đem phơi nắng nhẹ trong 8 giờ là đem vào lại để đảo, công việc này cách 30 ngày làm một lần cho tới nước chín thì thôi.

5/ Rút Nhĩ Cốt và Long nước đạm:

Nước đã chín, người ta rút gắt nước đáy là nơi tụ tập hầu hết các albumin từ óc cá và tủy cá phơi muối, độ thơm tuyệt đối tụ tập vào đây, lượng nhĩ cốt nầy rất ít dùng để hòa hương mai sau. Rút nhĩ xong, người ta lấy muối tan để tìm cách hòa vào dòng hậu còn lại bên trong để phối lấy nước kế tiếp gọi là Long đạm, thường thì long 4 nước để lấy "nước thượng" "nước hảo" "nước gộp" và "nước để". Sau này người ta hốt xương cá ra xay cho nhuyễn, long thêm "nước vét" nữa là cuối cùng. Cứ long đi long lại như thế người ta sẽ ước tính được nồng độ muối và tỉ lệ đạm cho mỗi lần long, vì cứ long một lần là một hạng nước mắm nên nồng độ muối lần sau cũng thế nhưng lượng đạm lần sau có giảm hơn.

6/ Lượt trích và phát hành:

Tất cả đã hoàn thiện người ta mới tồn trữ nơi thoáng mát chờ lượt lọc lần cuối bỏ tạp phẩm, tạp chất rồi đựng trong các bồn, thùng, lu, hủ để kín chờ tiêu thụ.

Giai đoạn làm nước mắm cổ điển là thế.

II/ CÁCH LÀM HIỆN ĐẠI:

Người ta trong thời buổi hiện nay lấy phương châm "đánh

nhanh rút lẹ" có một số nhà sản xuất không áp dụng phương pháp cổ điển để sản xuất nước mắm nữa, trái lại họ muốn đốt giai đoạn thực hiện nhanh để thoả mãn nhu cầu thị trường.



Nước mắm ở thành phố

Để đạt được yêu cầu này người ta cố tình làm giảm điều lượng NH_3 xuống đến mức rất thấp để rút ngắn thời gian lên men ngấm. Như ở phần cổ truyền tôi có nói tới việc để nguyên phần ruột cá để chượp cho lên men, thời gian để lượng đản bạch tinh phân rã ra trong nước mắm để biến thành albuminoid tan chung trong nước muối sẽ trở thành các óc trâu dợt, đó là các acid amin no, còn thừa bên cạnh vài hỗn hợp nho nhỏ như đạm Ammonia bị chuyển hóa chẳng hạn, làm dung độ (hàm lượng) đạm ta bảo hòa trong nước từ đó Nitơ amin kết phối lẫn nhau. Như thế sẽ rất bất tiện cho lối kinh doanh mới bây giờ vì phải xoay vòng quá lâu. Do đó người ta bắt đầu nghĩ đến việc điều hoà phân hóa tố proteaz hạn chế lên men, kháng khí để đo được các kiềm tính (pH) bên trong yếm khí để ngăn chặn lên men nhanh với điều kiện thích nghi họ phải thực hiện các bước như sau:

1/ Bổ sung proteaz phân hủy đạm lưu:

Dùng ngay các chất làm phân hóa tố để bổ trợ phân giải từ thực vật như:

- Fitxin Ficulatus trích nhựa của cây Ficus (mủ Ficus)

- Bromélin pinus pinusi trích nhựa của cây thơm. (nước

thơm)

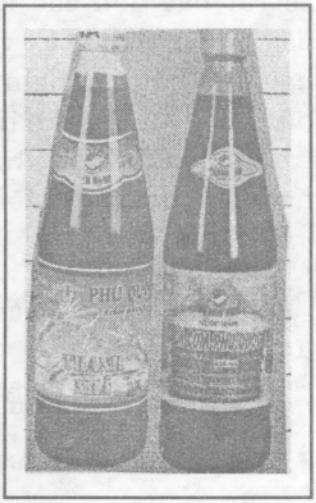
- Papain panucipain trích nhựa của cây đu đủ (mủ đu đủ)

- Panicetum Aciculatus trích nước ép cỏ voi



Đây chỉ là các kế hoạch tạm thời, không hiệu quả lắm

Trong dân gian, người ta có kinh nghiệm dùng cá dịch chiết từ thực vật chủ yếu là nước trái, nhựa trái để dùng làm phân hóa tố phân giải đạm hầu trích ly các tinh tủy đạm có trong các bộ phận dễ phát sinh hư hỏng nhất của cá như mang, go, ruột trở thành đạm thực phẩm bằng cách làm nước mắm và mắm. Các Cystéin, Dithio Threitol (DTT) Remin, pepsin, tripsin... Ngoài ra người ta dùng Streptomyces Protéaz như Pronase-P và Biograse SP-4 để lên men thành công ở đạm độ 0,27 đến 0,62%.



2/ Dựa vào yếu tố khí hậu, thời tiết:

** Trước hết phải nghĩ tới cấu trúc* của cá, ta muốn sự lên men đồng đều thì điều kiện bắt buộc phải băm nhỏ cá ra theo kích thước bằng nhau, thường thì 2,5 cm x 2,5 cm là đều kiện nhiệt độ tối ưu trong vòng 2 tháng rưỡi (75 ngày) là nồng độ Nitơ đã phát trương, Nitơ amin đã tăng cao bằng với ủ cổ

điển trong 9 tháng, còn N-ammonia thì giảm xuống ngó thấy.

** Thứ đến là cố định nhiệt độ trong thùng chượp:* thông thường trong điều kiện nhiệt độ trung tán thì sự phân giải chỉ ở mức cầm chừng, càng gia tăng thêm thì độ phân giải nhanh hơn, nếu ở nhiệt độ từ 42°C đến 45°C (đem phơi nắng trưa) nhiệt độ phân giải tối ưu nhưng nếu qua đến trên 48°C thì nó lại giảm tăng trương, vì "nóng quá bắt mệt" các khuẩn sinh mệt mỏi nên làm chậm chạp phân giải so với nhiệt khích tán (42°C - 45°C)

** Lưu ý:* Nhiệt trung tán từ 32°C đến 38°C dao động nhiệt quá phân thân nhiệt từ 38°C đến 41°C dao động còn khích tán từ 42°C đến 45°C dao động.

** Nồng độ và vị độ muối:* Muối ăn (muối hột) dùng để chượp cá phải thật sạch và nguyên vị, muối không có tạp chất và kiềm tố phải dao động ở pH = 2,2 đến 2,5 trong điều kiện



Mỗi nhãn chai một đông độ đạm khác nhau.

nhiệt độ thích nghi là đến 47°C (t° # 47°C) nồng độ tương phân của Natri clorua trong thủy dịch là # 16%. (giã dụ trong muối có một lượng Mangan clorua và Calci clorua trên 2,3% thì lượng phân giải sẽ bị hạ thấp xuống đến 30%

* Kiềm tố pH phối acid acetic trong yêu cầu khống: Như dẫn giải bên trên, nếu nồng độ tương phân # 16% Natri clorua, thì hoạt động phân giải dao động ở 2,2 đến 2,5 độ pH, hoàn toàn khác với phân giải cổ điển (kiềm tố cổ điển chỉ dao động từ 4,85 cho tới 7,1 pH) cũng vì thế người ta phải tiêm vào đó acid acetic nồng độ vừa phải (CH_3COOH)

CÁC THUẬT NGỮ TRONG NGÀNH THỰC PHẨM

TIẾNG ĐỊA PHƯƠNG			GIẢI THÍCH CHUYÊN MÔN
Tiếng chung	Người Bắc gọi	Người Nam gọi	
Ái mùi	thiếp mùi	mùi ái	- có mùi khá đậm, ngấy mũi
Ái vị	chặt vị	thấy ái	- có vị khá chua, chua ái
Ám	xém	sém, ám	- Khối hoặc lửa táp nhẹ vào
áp	sát, áp	ép, áp	- dính xuống, đè xuống (chảo) (áp chảo)
át	chen	lấn	- Xen lẫn vào, che mất cái cũ
bang (ra)	trang ra	bang ra	- Trãi cho đều bằng
bạc nhạc	bạc nhạc	dăm	- Vụn ra (thịt bạc nhạc - nạc dăm)
bánh mè	bánh đa vừng	bánh tráng mè	- Bánh tráng bột gạo có sắc mè
bánh tráng	bánh đa mỏng	bánh tráng mỏng	- bánh tráng bột gạo cán mỏng
băm	băm	bầm	- Làm nhuyễn, nhỏ bằng dao và thớt
bánh cuốn	bánh cuốn	bánh ướt	- Loại bánh hấp ăn với chả, rau
bảo ôn	giữ lạnh	ướp lạnh	- Hình thức ướp giữ tươi, bằng đá
Bắp cải	bắp sú	cảo nồi	- cải khi lớn xoăn thành bắp tròn
Bát nhỏ	bát cơm	chén	- Chén (bát) dùng ăn cơm
Bát lớn	bát canh	tô	- Tô đựng canh, ăn phở
Bát vón	Muỗn, uỗm	tộ trẹt	- tô miệng rộng đít hơi túm lại
bầy nhầy	bạc nhạc	bầy nhầy	- Vụn vằn, không thành miếng
biến trạng	biến dạng	đổi dạng	- Thay đổi cấu trúc, hơi khác cũ
bóc	tách	lột	- Làm rời vỏ và nhân (hạt)

buộc	buột	cột	- Động tác tóm gọn các vật bằng dây
bột lọc	bột tẻ	măng thít	- loại bột làm bánh
bột nếp	bột lọc nếp	bột nếp	- loại bột làm từ củ năng
bổi	sơ	độn	- hình thức chất độn thêm
bồng (bột)	túm (bột)	bồng (bột)	- hình thức trích nước ra khỏi bột
bột năng	bột mã thầy	bột năng	- loại bột làm từ củ năng
bún ướt	bún tươi	búng chan	- chế biến từ gạo thành sợi mềm
cà chua	cà chua	cà tô mát	- loại trái có nhiều chất chua
cà tím	cà tím dài	cà dê	- cà quả dài màu tím
cà đĩa	cà bát	cà diã	- cà quả tròn như bí đỏ còn nhỏ
cứng cạy	nhân cứng	cứng cại	- chỉ loại dừa đã gần khô, già
con khuẩn	vi khuẩn	vi khuân mốc	- loại meo, mốc
cọng khí	đầm khí	phều	- sự phồng ộp khí trong thực phẩm
chiết	rót, chiết	sớt, sang	- sang sớt, các loại thực phẩm nước
chiết	cất	cất	- sang khí qua nhiệt độ như nấu rượu
cất	chứng cất	nấu thông	- sang khí qua nhiệt độ để lấy giọt
cải thiện	cải thiện	cải đổi	- thay đổi, sửa đổi
chua ái	chua đậm	chua lè	- quá chua có thể làm ngấy mũi.
cấp đông	làm đông cao	đông đá	- độ lạnh dưới 0oC, đá đông cục
ca ra men	nước hàng	nước màu	- nước màu thắng từ đường
cắt	thái	xắt	- hình thức làm rời các vật bằng dao
cối chuối	hoa chuối	bắp chuối	- bông ngoài cùng quái chuối cho trái
chấy	chấy	chiên xé	- hình thức làm khô, quếch (ruốc)

cán	ép	cán	- hình thức làm đẹp
cô đặc	cô đặc	nấu cao	- hình thức làm đông qua dạng nấu
cứng	cứng	cứng	- chắc chắn
chuối tiêu	chuối tiêu	chuối già	- loại chuối nãi to có màu xanh
chuối cau	chuối ngự	chuối cau	- loại chuối qaả nhỏ ăn ngon
cải tần	cải cúc	rau tần ô	- loại rau để nấu canh với cá
cá lóc	cá quả	cá lóc, tràu	- cá sông, cá đồng có vãy
cá trê	cá ngạnh	cá trê, mác	- cá sông, cá đồng không vãy
cá nheo	cá nheo	cá tra	- cá nuôi bè, nuôi hầm
cá song	cá song	cá bóng mú	- cá thân nhỏ có vãy nhuyễn
củ sắn	sắn	khoai mì	- loại khoai ăn củ, vỏ rất độ
củ đậu	củ đậu	củ sắn	-loại củ ăn tươi, mát làm chả giò
chim giẽ	giẽ giun	mỏ nhác	- loại chim nhỏ mỏ dài bắt giun
con sứa	sứa biển	con nuốt	- loại nhuyễn thể ở biển
con ba ba	ba ba	cua đinh	- một loại cùng họ với rùa ở sông
chai	chai	ve chai	- Vật đựng đủ thứ, kể cả rửa chén
chảo nhỏ	chảo nhỏ	quánh	- chảo nhỏ
cốc	cái cốc	tách	- ly uống trà, cà phê
cái thìa	cái thìa	cái muỗng	- vật dùng múc ăn
cái moi	cái muôi	cái vá	- vật dùng múc đổ ăn ra tô đĩa
cái sàng	cái sàng	cái tràng	- vật dùng xàng sãy gạo, phơi vật
cái phễu	phễu	quặng	- vật miệng rộng đáy nhọn để rót nước
chần sôi	chần nước	trụng	- làm chín trong nước sôi (chín tới)

dịch	cao lỏng	keo nhớt	- loại nước tương ra từ thực phẩm
dính chảo	áp chảo	áp chảo	- hình thức chiên sát cần ít chất béo
dạ dầy	dạ dày	bao tử	- bộ phận trong cơ thể
dưa hấu	dưa hấu	dưa đỏ	- loại dưa quả ruột đỏ, vỏ xanh mát.
dưa hấu còi	dưa nhỏ dưa	hường	- dưa hấu còn nhỏ, nấu canh ăn ngon
Dọc mùng	dọc mùng	tàu bạc hà	- loại cây rau có tàu và lá giống môn
Dấm vị	dấm bổng	dấm tiểu	- dấm nuôi CH_3COOH
dẻo	dẻo	nhão	- độ không cứng, mềm mịn
Dập	dập (bẩm)	dập nát	- đánh hoặc đập cho dẹp ra
dồn	nhồi	thồn, nhét	- đưa thức loại vào vật bao gì đó.
đồ xôi	đồ xôi	nấu cơm nếp	- nấu nếp thành xôi
da	bì	da	- bộ phận bao ngoài cơ thể
da heo	bóng bì	da heo chiên	- da heo đã qua chế biến làm thực phẩm
đông tụ	đông tụ	đặc lại	- làm đặc lại sau khi nấu
đông đặc	đông lại	đặc lại	- làm cứng lại sau khi chưng hấp
đảo	đảo	trộn	- làm đều các vật trong cùng một nơi
đun	đun	nấu	- hình thức làm chín vật phẩm
đĩa	đĩa	dĩa	- vật đựng thức ăn
đĩa lớn	đĩa rộng	dĩa bàng	- vật đựng thức ăn, đồ vật
đĩa bè	đĩa bằng	dĩa trẹt	- vật đựng thức ăn, đồ vật
đậu hủ	đậu phụ	tàu hủ miếng	- loại thức chế biến từ dịch đậu nành
đậu phọng	đỗ lạc	đậu phụng	- loại đậu có nhiều béo, ép dầu tốt
đường phèn	đường phèn	đường phèn	- loại đường cô động sau khi ly cất

đường tán	đường thẻ	đường nướng trâu	- loại đường nấu đông từ đường thô
đậm đặc	đặc sánh	đặc kẹo	- làm dính lại
đặc sệt	đặc cứng	đặc kẹo	- làm cứng lại
đột tán	đứt rời	tan ra	- làm rời ra đột ngột
đượm	đẫm	thấm	- thấm đẫm hết sức đậm đà
đông cứng	đông cứng	đông cứng	- làm cứng qua hàn độ
đông độ	độ dao động	độ đậm	- độ không đồng đều, không đồng bộ
dao độ	độ thay đổi	độ chuyển	- độ biến thái liên tục
dòn	giòn	dòn	- hình thức dễ vỡ, gẫy khi ăn, bẻ
dai	dai	dai	- hình thức kết dính khó làm đứt
giọt xuống	nhỏ giọt	rớt giọt	- cho nước xuống từ từ (nhiễu)
giò	giò	chả	- loại thức ăn làm từ thịt và gia vị
giò lụa	giò lụa	chả lụa	- thức ăn quyếch nhuyễn nhừ từ thịt
giò thủ	giò thủ	chả đầu heo	- thức ăn đông đặc làm từ thịt đầu heo
giấy bản	giấy tinh	giấy xúc	- loại giấy thử nghiệm
giã	đâm	quếch	- làm nhuyễn, bể bằng vật cứng cối
chắt cơm	ghế cơm	chắt nước cơm	- loại nước sau cùng khỏi cơm để mau chín
gút	gạn	gút	- chắt nước cho cạn
gia	thêm vào	thêm	- thêm (gia vị) vào thức ăn
giảm	giảm	bớt ra	- bớt (gia vị) ra khỏi thức ăn
gia giảm	gia giảm	thêm bớt	- thêm bớt
giải đông	xã đông	xã tán đá	- làm tan thực phẩm đã cấp đông
ngũ vị	húng liu	ngũ vị hương	- loại gia vị làm từ 5 thứ hạt

Hàn the	hàn the	hằng sa	- Hoá chất dùng làm dòn, dai thực phẩm
Hạt mùi	hạt mùi	hột ngò	- một loại hạt của cây rau thơm
hấp	hấp	chưng	- nấu qua nước (cách thủy)
hầm	hầm	tiềm	- hầm nấu qua nước áp nhiệt
hơ lửa	hong	hơ, hui	- làm khô lúc không có ánh sáng
hơi nóng	nông nóng	hầm hầm	- độ nhiệt tương đối cao
hơi đặc	vừa đặc	sền sệt	- độ sánh tới
hảo khí	thoáng	có hơi	- có sự thấm nhập của khí trời
hương liệu	hương cốt	cốt mùi	- loại chất tạo mùi đậm đặc
hàm lượng	phần lượng	một phần	- số lượng tính theo yêu cầu cho phép
hỗn hợp sinh	hỗn hợp	đá muối	- loại đá muối tăng lạnh làm kem
hàn	tăng lạnh	đông	- hình thức làm lạnh (ở tủ) nhanh
hắng	hôi hắng	hôi khét	- mùi sau cùng của bơ lên men.
Hạt dẻ	hạt dẻ	hột phú lịch	- loại hạt ăn nhân sau khi rang nóng.
Hoa cau	hoa cau	bông cau	đen: bông cây cau, dùng làm hình cho TP
kết dính	dính lại	chấp dính	làm cho dính chặt nhau
khử trùng	thanh trùng	diệt trùng	xử lý cho tiêu các khuẩn, trùng
khử	tách	diệt	giết diệt sạch các vi khuẩn, trùng
khuẩn	vi khuẩn	mốc meo	hình thức lên meo, lên men khuẩn
khuấy	khuấy	quậy	đảo trộn cho đều
kết tủa	kết tua	tan ra	làm tơi ra trong ạng lỏng
lóng	lắng cặn	lắng	làm tu xuống đáy cá vật thể dơ bẩn
ly tâm	đánh tơi	đánh quậy	làm cô đặc, dạng nước thành khô.

lửa riu riu	lửa nhỏ	lửa riu riu	lửa riu riu lửa không lớn lắm
lồng hấp	chỏ	xửng	vật dùng nấu xôi, hấp có hai đáy.
Liễn	liễn	thố	loại tô lớn có nắp đậy, có quai
lọ rộng miệng	lọ to cổ	ve keo	loại hủ lớn để đựng thực phẩm
lọc	lọc	lượt	làm sạch qua trung gian lưới, vải
Lạc tố	mùi đậu	hăng đậu	mùi lâu ngày của đậu phọng khô
lờ lợ	lơ lớ	lờ lợ	không mặn lắm
muối áo	bọc muối	áo muối	bọc một lớp muối bên ngoài thực phẩm
muối đầm	ướp muối	muối ngập	phủ ngập thực phẩm một lớp muối
muối thẩm	muối chắt	muối chặt	phủ và bao thực phẩm một lớp muối
miến	miến	bún tàu	loại bún làm bằng bột lọc
mộc nhĩ	mộc nhĩ	nấm mèo	loại nấm nuôi từ gỗ khô mọc
mướp đắng	mướp đắng	khổ qua	dạng trái mướp có vị đắng ăn ngon
mịch	mịt	kịt	chỉ tối tăm (đem kịt, đen mịt)
mịn	mịn	nhuyễn	khá nhuyễn, nhuyễn đều
nở	nở	nở	trương ra
nhân	nhân	nhụy, ruột	phần bên trong trái, hạt quả
ngâm	ngâm	dầm	bỏ trong nước, muối đường giấm.v.v...
nhồi	nhồi	dồn, dồn	dồn nhân vào một vỏ bọc bên ngoài
nghiền	nghiền	tán	đánh cho mịn ra, dạng ướt, nhảo
nướng	nướng	nướng, lụi lùi	làm nóng trực tiếp trên lửa cho chín
nắn	nắn	nặn	uốn nắn vật thể theo hình dạng.
nhào (bột)	nhồi	nhào	dùng tay trộn bóp bột hoặc cơm trái

nhừ	rừ	rục	hình thức chín quá độ
ngang độ	trung bình	bằng bằng	tới mức độ vừa phải
nhiễu	nhỏ giọt	nhỏ giọt	rớt từng giọng bằng goute hoặc muỗng
nhánh (tỏi)	nhánh	tép	một bộ phận của củ, cây rau...
ngô	ngô	bắp	quả lương thực
nộm sứa	nậm sứa	gỏi sứa	hình thức gỏi trộn với sứa biển
nấm thông	nấm hương	nấm thông	loại nấm thơm, vị ngọt, ăn rất ngon
ngồng cải	lõi cải	ngó cải	phần trong cùng của các loại cải rau
nồi chõ	chõ	xửng háp	nồi hai đáy để nấu xôi, hấp thủy
nồi to	nồi đại	cái bung	dùng đẻ nấu, đun dạng lớn
ố	bẩn	bụi ám	dơ bẩn, bụi bẩn
óc trâu	bả trâu	óc trâu	dạng vón cục, vo cục (bột chai)
phôi nhầy	màng nhầy	váng cháo	hình thức cô lắng vừatới (cơm dừa)
phôi xăn	màng dai	váng cháo đặc	hình thức cô lắng quá già (thạch dừa)
phôi dai	màng xăn	váng cháo sợi	hình thức cô lắng quá già (dừa nạo)
phối	ghép	trộn lẫn	làm cho lẫn vào, trộn bắt buộc
phó sản	phó sản	phụ phẩm	sản phẩm kế tiếp sản phẩm chính
phủ dịch	độn nước	xối nước	vừa xay vừa xối nước, (xay đậu)
pha lóc	pha lóc	xẽ trộn	tách rời có hệ thống (xẽ thịt)
phi vị	rán mùi	phi mùi	làm loại mùi dầu bằng hanfh tỏi
phất	rãi	rắc	phất một lớp phấn, bột lên mặt
phễu mỡ	mỡ chài	mỡ bầy nhầy	loại mỡ bầy nhầy , mỡ loại.
phao khí	lõm khí	bọng	hình thức pha trộn chất phụ vào

quánh bóng	sánh bóng	láng bóng	làm cho láng lên (thực phẩm quết)
quyếch	giả	đâm trộn	giã cho đều trong cối (giò, chả)
quả na	quả na	mãn cầu dai	loại trái cây có nhiều mặt
quả thuơm	quả dứa	trái thơm	loại trái có nhiều Vitamin C
quả doi	quả roi	trái mận	loại trái chua ngọt hình quả chuông
quả su	su su	su lè lưỡi	loại trái củ dùng xào ăn
quả trám	quả trám	trái cà na	loại quả nhỏ dùng làm trấn nhọc
rau xổi	rau om	đọt ngổ	- một dạng rau sống
rau ngò	rau mùi	ngò om	- một dạng rau mùi nêm nếm
rau ngò gai	rau mùi tần	ngò gai	- một dạng rau mùi nêm nếm
rau húng	húng chó	đọt quế	- dạng rau sống
rán	rang	chiên, ram	- làm chín, dòn qua hình thức chảo, dầu
rang	rán	sao chiên	- làm chín, dòn bằng chảo dầu
sánh	quánh	lền, sệ lại	- làm cho đặc lại (dạng nấu cô)
sậc sậc	dòn dòn	sần sậc	- loại dòn dai ăn khoái khẩu (tai heo)
sôi liu riu	sôi lăn tăn	sôi riu riu	- không sôi bùng lắm
tiêm	gia thấm	bơm vào	- thêm, bơm vào (hóa chất)
tiệt trùng	thanh trùng	sát trùng	- tiêu diệt khuẩn trùng
tán khí	thải khí	bốc hơi	- làm cho bớt hơi nóng trong TP.
tương tác	cân bằng	cho bằng	- làm cho cân bằng
tồn trữ	cất giữ	tồn trữ	- giữ kín, giữ kỹ
trương	giương	nở lên	- làm nở ra

thái	thái	cắt, xắt	- làm rời tp qua dạng dao thớt
thái sợi	thái chỉ	xắt rối	- làm rời tp bằng dao, thớt...
thớ thịt	thớ thịt	sớ thịt	- phần năm dọc tế bào thịt
tôm he	tôm he	tép bạc	- loại nhuyễn thể ở biển
tôm đồng	tôm đồng	tép đất	- loại nhuyễn thể ở sông, đồng
tôm càng	tôm que	tôm hùm	- loại tôm to ngoài biển khơi
tiết canh	tiết canh	huyết canh	- máu huyết heo đông lại
thuần hóa	thuần hóa	đồng hóa	- làm cho quen thuộc
trích cất	tách cất	cất cốt	- cô đọng tinh túy một chất nào đó
tiêm cấy	gia cấy	xổi lên	- trộn vào cho đều
thành trưởng	trưởng thành	đủ tuổi	- đã tới tuổi cho phép sử dụng
tích độ	trữ độ	tích trữ độ	- làm cho độ liên tục đều nhau
tinh chất	tinh cất	tinh cốt	- chất tinh túy được cô đọng
tươm	tươm ra	rịn ra	- dạng ép cho ra nước, dầu, mồ hôi
thẩu	túm lại	túm, tóm lại	- gom lại cho gọn, chụm lại
trang ra	ban ra	bang ra	- làm cho tơi ra, bằng phẳng
tán nhỏ	giã nhuyễn	đâm nhuyễn	- làm cho nát nhừ, nhuyễn đều
trộn lên	trộn ngược	xốc lên	dạng trộn cho đều các mặt
thẩm khí	dẫm khí	đậm khí	cho khí bọc đều và đậm
thum thủm	thủm	thui thúi	mùi khó chịu H2S, HNO3
u ố	u tối	xạm sịt	màu, sắc không sáng sủa lắm
- ủ	tủ	ấp kín	làm cho kín gió, kín khí
- ướp hấp	ướp gia nhiệt	ướp lồng	dạng hấp cho phủ gia vị tiêm nhiệt

ước độ	độ chừng	ước chừng	đoán được số lượng, phân lượn
vốc	bốc	hốt	dùng tay lấy một vật rời
vo (gạo)	vo (gạo)	vọt, gút	làm sạch gạo bằng nước
vọt	vọt	dọt	nhồi xát cho sạch
váng men	váng nhầy	váng cháo	lớp lên men từ chất chua (con giấm)
vi cá	vây cá	vi cá	mang go ca mập, loại thực phẩm quý
vỉ tre	vỉ tre	tràng nhỏ	một mâm nhỏ bằng tre đan
xát	xát	xát	nhồi vọt chà cho sạch
xắn	cuốn	vén	bẻ lên, bẻ lại, xếp lại
xốc	xốc	hốt	dùng hai tay hốt vật rời
xâm kim	châm kim	xâm	dùng bàn kim xả khí đọng
xay	xay	xay	làm cho nát bằng cối, máy...
xã	xã	rửa	chà sạch làm sạch bằng nước
xốc đều	trộn đều	xốc đều	trộn vật rời, nhiều vật cho đều
xiên tre	xiên tre	lụi, ghim tre	dạng đũa nhỏ để ghim thịt, củ...
xào	xào	đảo	dạng làm chín bằng chảo (có nước)
xới cơm	xới cơm	đơm cơm	nấu cơm cho chín lên
sấu miến	hoa hiên	kim châm	loại hoa mà người ta dùng nấu
mộc miến	hoa hiên viễn	kim châm đẳng	đồ ăn chay, có ruột đẳng...

Xin liên hệ **ĐT (08) 887.1829**

CÁC THÔNG TIN THỰC PHẨM MỚI NHẤT

01. Sự hư hỏng của dưa chua và các loại lên men chua khác:

Khi làm dưa chua, cải muối chua hoặc các men rau đậu khác được xử lý qua muối để chế biến thành thức ăn có chất chua tăng vị, người ta hay thấy có một số sự hư hỏng đi sau chúng bằng các hình thức nổi meo, mốc xanh, mốc trắng mốc vòng và sinh ra các mùi khó chịu khiến ta phải bỏ sản phẩm đi. Những lúc này là lúc mà hàm lượng acid Lactic có trong sản phẩm gia tăng quá độ trung dung cho phép, các con men hiếu đã bị các loại khuẩn tiêu diệt lần lần, nhường chỗ cho chúng phác tác. Các khuẩn đó như sau.

- Con chlostridium butyricum khống chế dưa chua (chẳng hạn) làm cho dưa bị ung thối, có mùi khó chịu.

- Con Acro Bacter cũng khống chế làm dưa bị hôi thiu.

- Con Bacillus Nigrifican làm dưa từ xanh úa đổi ra màu đen.

- Con Aspergillus penicilium làm dưa từ xanh úa thành xám xịt đen.

- Con Oidium lactic phân hủy acid lactic thành CO_2-H_2O.

02. Gần đây ta nghe đề cập tới ngộ độ các nóc:

Vậy con cá nóc là loại cá ra sao? Và độc tố của nó như thế nào?

Vâng! độc tố có trong con cá nóc là tétrodotoxin, tập trung nhiều nhất ở gan, ruột, thận, tinh hoàn của nó, ngoài ra tập trung không kém ở cơ bụng (khi trương phình sẽ kém hơn lóc

xẹp) mỡ cá và cả da cá nữa.

Cá nóc độc nhất vào mùa có trứng, lúc này chúng lo tích tụ các cấu mô tiết ra dịch chất đặc biệt hầu nuôi buồng trứng và cả cơ thể chúng, cho nên mùa sinh sản chính là mùa cho độc nhiều. Đặc biệt khi nấu nướng, tác dụng nhiệt lên thịt chúng hoàn toàn không hề hấn gì với độc tố, trái lại chúng tan ra nước làm ta nhanh nhiễm độc hơn. Các tác động này gây lên ngay hệ thần kinh trung tâm, làm tê liệt các dây thần kinh cận não, tắt nghẽn NA channel gây ngừng tuần hoàn đột xuất và hô hấp càng lúc càng rối dẫn đến dấu hiệu như phổi bị bóp nghẹt bệnh nhân tử vong ngay tức thì. Do đó chúng ta tuyệt đối chớ nên dùng cá nóc trong mọi trường hợp.

03. Tại Tây Ban Nha có một loại củ mang tên là củ Rum

Củ Rum (Carthamus Tinctorius) có dáng vóc tựa như củ nghệ vàng mà ta thường thấy, nhưng nghệ chỉ có tác dụng làm liền sẹo, mất các vết dấu do trầy sướt trên da. Trái lại củ Rum lại là loại cũ "quý như vàng" vì nó là một loại cũ cho dầu Tinctoil (đọc theo người Tây Ban Nha khôi hài là Tin cờ toi) mà dầu này số lượng Flavonoid có khá cao, ngoài ra Squalence và polyphenol cũng không kém, hàm lượng citin đáng nể cho việc giảm nhiễm cholesterol (tác nhân gây béo phì khiến nhân loại đang âu lo). Hy vọng một ngày gần đây nước ta có kế hoạch trồng thử để khai thác một lượng dầu thực vật khá quý này.

04. Macrobiotis: (phương pháp thực dưỡng chữa bệnh mãn tính)

Ra đời tại Nhật Bản do giáo sư thực phẩm học Sakurazawwa Nyoichi phát kiến và tạo dựng. Do thấy được nguồn nhân lực ở Nhật ngày một yếu đuối, mẫn cảm với các loại thức ăn khó tiêu hóa và đa dạng béo, tinh bột, đường... Thầy Sakurazawwa Nyoichi

đã phân tích một bảng lập thành thức ăn dành cho người ăn kiêng mà trong đó hai nguồn hỗ trợ quan trọng nhất là gạo lứt và dầu mè.

Gạo lứt qua phân tích của các nhà chuyên phân thực phẩm linh hoạt kiểm chứng nó chứa một hàm lượng tinh bột vừa phải, lại có dạng đạm béo và đạm trụ, có chất xơ, và một hóm sinh tố như B1, B2, B3, B6, acid pantothnic, para aminobenzoic, Folic, phytin, calci, sắt, magné, célen, glutathion, kali, natri...

Còn trong dầu mè (sesame oil) thì chứa hầu hết tiền sinh tố các nhóm như H, E, K, A, phosphore, béo chưa bảo hòa. Ngoài ra còn được xác định ở nhóm celen có đặc tính ngừa một số bệnh ung thư có thể dễ mắc phải. Nhóm glutathion có đặc tính miễn nhiễm phóng xạc và loại pantothénic có đặc tính tăng cường màng bọc vỏ não, ngừa chứng viêm kết bì, chậm phát triển u bướu và bướu ác tính khác.

Phương pháp thực dưỡng dưỡng sinh này không hoàn toàn kiêng cử các loại thực phẩm khác mà chỉ là khuyên ta nên điều hòa hữu hiệu để cân bằng nhu cầu nổi và nhu cầu ảo của con người. Tuy thê gạo lứt, dầu mè vẫn là nguồn lương thực và phụ liệu thực phẩm chủ lực của phương pháp Macrobiotic.

05. Đồ hộp - sự khác biệt giữa thực phẩm tươi và thực phẩm đóng hộp

Ngày nay trong xu thế xã hội toàn thế giới đang trên đà phát triển mọi mặt, con người từ đó chạy đua theo thời gian máy móc để cố gắng cày cấy mà thu lợi nhuận và như thế họ sẽ không có thì giờ để cân nhắc chậm bớt các thức ăn, gia vị cần phải đun nấu trong nhà. Vì vậy họ rất cần tới loại thức ăn nhanh, tinh gọn, làm sẵn để thỏa mãn nhu cầu hàng ngày mà trong đó đồ hộp là một phương tiện thuận lợi nhất của họ.

Vậy dùng đồ hộp thì dùng mà ta có biết nguồn gốc của nó phát sinh từ ai và khởi nguồn từ đâu không? Vâng! đồ hộp là một công nghệ được ra đời vào trung tuần tháng 8 năm 1802. Công bố chính thức tháng 10 năm 1804. Trong một hội chợ petite ở Paris, người ta khai trương tại đây một gian hàng chuyên bán đồ ăn làm sẵn đựng trong chai, lọ, hủ và hộp sắt tây kẹp nắp kín hơi. Năm 1805 công nghệ này được quân khu Pháp đưa vào làm lương thực hành quân cho quân đội.

Người phát minh ra đồ hộp là Nicole Francoise Apper một người Pháp đã nghĩ ra cách bảo quản thực phẩm dạng này chỉ vì một câu chuyện đăng trí của cậu ta mà nên. Số là lúc còn học ở bậc tiểu học, một hôm mẹ của ông đun trái anh đào với nước đường làm giải khát cho ông. Cùng lúc đó các đứa bạn học đã đến rũ Nicole đi chơi, vì nễ bè bạn nên ông đậy kín lọ Anh đào nọ rồi đùa xuống đáy tủ quần áo để dấu và rồi ông quên luôn lọ nọ. Sau này lần lửa, ông hết bậc tiểu học và phải nội trú ở một trường trung học quận xa nhà. Một ngày nọ nghỉ hè, ông về nhà và tìm tòi lọc lọi trong gian phòng cũ mới lộ ra hủ Anh dào mà 6 năm trước ông dấu mẹ, mở ra ăn rất ngon lành nên ông đã nghĩ ra cách bảo quản mới... đóng hộp...

Qua đến năm 1811, Nicole F Apper đã viết một quyển sách mang tên "Nghệ thuật đóng hộp các sản phẩm thực vật và động vật để bảo quản lâu ngày". Đay là nền tảng đầu tiên cho ra đời môn thực phẩm hộp. Ông cho rằng tùy sản phẩm, có loại để ở chu kỳ nhanh đôi ba tháng, nhưng cũng có sản phẩm đến vài chục năm.

Ngày nay người ta có các kết cấu làm lon, đóng ghép nắp với hơn bảy trăm mẫu mã khác nhau, từ loại lon ghép nắp chai đáy thuở xa xưa, đến nay đã thành loại ép đít một đầu, đầu kia để ghép nắp khui và tân tiến hơn nữa là nắp rút, nắp cuộn, nắp co, nắp khoen bật v.v... Mới năm 1999 đây, công ty đồ hộp đa

quốc gia Petenev đặt tại Thụy Sĩ đã phát minh một loại lon nước giải khát trong suốt làm bằng sợi polyethylène (PET), riêng nắp làm bằng nhôm. Lại một công ty khác của Mỹ là UTAH BEER ở bang UTAH đã làm ra một loại lon nhôm chứa bia và nước giải khát, nhưng có một cái đặc biệt là nó tự làm lạnh ngay tức khắc (selfchilling), vì ngay dưới cái khoen mở nắp có gắn một hạt nhỏ chứa carbon dioxit lỏng, lúc bật nắp ra khí nén (carbonic) sẽ thoát ra ngoài làm lạnh thức uống trong vòng 90 giây, nhiệt độ xuống từ 20°C còn âm 1°C ngay. (Các bạn có thể hiểu thêm nữa nếu đọc quyển thứ 4 của bộ sách này chuyên về sản xuất đồ hộp thủ công và công nghiệp sẽ ra nay mai).

Food Information magazin F.I.M 2003 singapore

Xin liên hệ **ĐT (08) 887.1829**

06. Xác định vị giác trong lúc nêm nếm thức ăn

Khi ta đưa các chất có thể hòa tan trong nước từ nguồn thực phẩm hiện hữu vào miệng thì cảm giác quan của bạn đã có ngay ở lưỡi, đó là cảm quan vị. Tổng thể có 4 vị chính là ngọt, đắng chua và mặn rồi còn hơn bảy trăm cảm quan vị phụ khác, trong đó vị cay là vị phụ thuộc hỗ trợ không coi là gia quan vị cảm.

Thông thường người ta cảm quan trước nhất là vị mặn với độ vị độ tính theo nhiệt độ là từ 17,7°C tới 20,12°C, cảm quan thứ hai đến vị ngọt với độ vị độ là 37,22°C tương đương độ nhiệt thân, vị chua đứng thứ ba với độ vị độ là 14,22°C tới 15,12°C còn vị đắng tương thích cuối cùng, độ vị độ chỉ gói gọn từ 9,96 tới 10,23°C. Vị được căn cứ vào nhiệt độ để cho sự xác tín cảm quan chính xác hơn.

Trong tất cả các vị thì vị ngọt ẩn chứa nhiều nhất các hóa phẩm tạo ngọt, chẳng hạn như ở các loại đường từ Métyl chorua, chlorofrom, nitroetale, glucocol, alamin, acid aminobutyric, glycérin, nitro benzen, saccharin, dunxin hầu hết các nhóm gây vị ngọt đều có - CH_2OH - CO - CHOH - NH_2 thì đường saccharose ở vị trụ saccharoza là loại ngọt chuẩn mực. Kế tiếp phải nói đến vị mặn mà muối ăn natri chlorua là chuẩn mực, các phụ vị độ mặn còn có LiCl, NaBr. Thứ ba ở vị chua dựa vào các Ion H+ giữ trị số độ kiềm tính (pH) và ẩn trong vị chua từ acid, các độ biểu trị sẽ tăng từ từ như acid citric, acid acétic, acid tartric, acid malic trong đó độ chua chuẩn mực không phải là giấm (CH_3COOH) mà lại là acid tartric. Còn vị đắng thì sao? Khi mà sự có mặt của các đơn nhóm không thuần hóa và đơn nhóm vô hóa như - NO_2, - N =, = N ≡, - SN =, S - S - rồi sinh ra nàolà caféin, morphin, caprinic, acid, théobromin Formal dehit, sulfanol, trinitro touluen hay uréa dyphényl thì chất cafein ($C_8H_{10}N_4O_2$) là vị đắng chuẩn mực.

Khi người ta cảm thụ cường độ gây vị từ chất thì người ta phải dựa vào một chất nền bằng nồng độ của chất nền tính bằng phần trăm (%) rồi so sánh với độ tinh khiết của nước trơn.

07. Một số chất hóa học bảo quản thực phẩm.

Phần nhiều là các chất sát khuẩn, tiệt trùng như sau:

(*) **Anhydric sulfur (SO_2)** được dùng để bảo quản trong một nồng độ tối giản từ 0,12 cho tới 0,21%, rồi xốc với acid. Nó là loại bị cô lập trong độ kiềm thấp (pH ≠ 7) nên vi sinh vật không chịu sự chế phục, nhưng tăng kiềm đến (pH ≠ 3 hay 3,5) phải tăng gấp đôi nó để chế phục chọn lọc, do đó khi kiềm dao động ở một độ khả thi (pH ≠ 2,5) mới coi là một acid hữu cơ để

giữ rau trái nhưng chỉ dùng biện pháp ban đầu chưa hiện hữu thành phẩm.

(*) Acid benzoic, benzoat (C_6H_5COOH) thường thì Benzoic không có cụ thể màu nhất định trừ khi người ta nhuộm chúng. Trong điều kiện nhiệt độ ở $\geq$ 16°C nó có một dạng đông bột ở 1,26gr/cm^3, và chịu tác dụng tới trên 121°9 để nóng chảy. Nhưng trong điều kiện bình thường, nó hấp thụ dễ dàng rượu Ethylic, chất cồn zet hoặc ether còn với nước (H_2O) thì coi như rất khó tan trừ phi người ta sử dụng muối Natri chlorua với một điều kiện pha trộn 99,86% Benzoic với 70% Natri chlorua.

$$C_6H_5COOH + NaHCO_3 = C_6H_5COONa + H_2O \text{ và } CO_2\uparrow$$

được dùng bảo quản trong nồng độ quyết đoán cho phép là từ 0,04% đến tối đa là 0,135%. Ở kiềm độ pH $\neq$ 2,5 tới 3,2% quá nhiều sẽ gây độc tố và biến mùi.

(*) Acid sorbic ($C_6H_8O_2$) có nồng độ tự diện 2,5 Hexadienol ở công đoạn biểu mã. Qua công thức tối giản biến tinh thể màu vàng mất mùi nhưng hơi hăng giấm. Nó rất dễ tan trong cồn éthanol CH_3 - CH = CH - CH = CH - COOH do đó sẽ nóng chảy ở 135,3°C, nó diệt các nấm cọng sinh mốc hóa ra vàng ố nhưng không diệt được các con khuẩn như lactobacillus khi tạo đông đường Glucoza với lượng chuẩn độ 0,69% Acid sorbic chỉ tương hợp với kiềm độ pH $\neq$ 4,8, sẽ không giải tán được acid sorbic trái lại còn bảo vệ sản phẩm hết sức an toàn. Người ta đã dùng acid sorbic để bảo quản các loại rau quả, các loại chế phẩm đủ khả năng đưa ra thị trường.

(*) Acid Acetic (CH_3COOH) còn gọi là Giấm:

Một loại chất có vị chua có nhiệm vụ làm giảm độ kiềm hóa trong sản phẩm đến an toàn, người ta dùng giấm này để ngâm dầm các loại rau, quả, cải với một nồng độ không quá

2,3%, một đặc biệt là giấm có một phương thức đồng hóa các nha bào trụ trong vi sinh, khuẩn sinh làm cho sản phẩm cũng trụ lại trong nó.

(*) Acid Borite ($H_2B_4O_7$) và Borate ($Na_2B_4O_7 . 10H_2O$)

Còn gọi là Hàn the, người ta trước đây hay dùng hàn the để làm tăng chất dai, dòn cho các sản phẩm như giò, chả, và bảo quản áo mặt cho tươi các loại thịt, cá. Làm dai, cứng không gãy vỡ đối với sản phẩm sợi làm từ bột như mì, nuôi, miến...

Ngày nay, với yêu cầu thanh sạch thực phẩm thì acid Borite không còn thích nghi nữa, trái lại còn bị tẩy chay hoàn toàn dù rằng nhà sản xuất đã cố giữ độ an toàn ở 0,3% theo tiêu chuẩn OMS.

(*) Rượu Éthylic (CH_3CH_2OH):

Là loại dung tửu có đặc tính làm khô phân thủy, hút nước bền nên các vi sinh vật không chịu đựng được sự rút nước đó mà không phát triển khó cho sản xuất. Người ta bảo quản các loại sản phẩm bằng rượu Éthylic với nồng độ trương đẳng không thể dưới 7%. Dùng lên men các quần phẩm liên quan tới sản xuất rượu.

(*) Một số chất bảo quản độc được khuyên tránh nên dùng:

+ acid Flourhychic (HF) kèm muối Flourhydrate

+ Formaldehyt (HCHO)

+ acid oxalic (HOOC - COOH)

+ acid salicilit (C_6H_4 - OH - COOH)

(*) Bảo quản bằng các hình thức bán tự nhiên như xông khói, hun khói, phơi khô, muối thực diện, muối áo, v.v...

vẫn là các bảo quản ổn nhất dù rằng sản phẩm có thể cải biến màu, mùi, vị...

08. Trà xanh:

Một loại cây thực vật được trồng nhiều ở Á Châu được coi như là một thức uống gây nhiều thích thú nhất chẳng những cho dân tộc Á Châu, Trung Đông mà còn ở các châu lục khác.

Trong trà xanh có các chất không oxyt hóa, ngăn ngừa được bệnh ung thư (nói khác hơn là nó bạn chế được hoạt động của một phân tử đóng một vai trò chủ động trong phát triển ung thư) chất đó là Aryl Hydrocarbon (AH), tương tự như Flavonoid có trong các loại quả như cà dê, bông cải brocoli, nho tím raisin. Theo đại học Rochester cho biết trên báo Chemical Research in Toxicology thì trà xanh giúp người ta giảm nguy cơ viêm khớp mãn tính, loại dần cholesterol ngay trong máu.

Các chuyên gia nghiên cứu thuộc trường đại học Sherfield Anh quốc cho rằng trong trà xanh có một loạt tố chất EGCG (Epi Gallo Catechin Gallate) và Ecg (Epi Catechin Gallate) có khả năng ngăn ngừa một loại Enzym xâm nhập gây hại cho sụn tiết hợp và cơ sụn gây nên bệnh viêm đa khớp. Tiến sĩ David Buttle còn cho biết EGCG làm giảm đau, sưng khớp ngoài ra còn ngăn ngừa bệnh động mạch vành làm đột quị tai biến.

Vai trò của EGCG đồng thời là một hoạt chất có thể có cao hơn nơi lá trà đã qua phơi trái nhờ chất tamin chlorophin cao nhưng EGCG vẫn chiếm 14,14 mg/100gr trà khô 3 nắng. Nó làm giảm nguy cơ kết dính bạch cầu vào nội nạc máu, làm cho các ông dẫn bị nghẽn ức chế ngưng lưu thông và ngưng tập tiểu cầu, ở cơ tim gây nhồi máu đột ngột cũng như ở não gây tai biến mạch máu não. Theo trung tâm nghiên cứu thực trạng huyết khối thuộc cơ quan quản trị dược phẩm, thực phẩm Hoa Kỳ thì tháng 2 năm 2003 vừa qua, người ta đã thực nghiệm thành công

khi cho tinh tinh (liên hệ cận loài người nhất) sử dụng 108mg Epi Gallo Catechin Gallate cho mỗi kí lô trong lượng của con vật, thì sự bảo vệ an toàn cho sinh hoạt tiểu cầu tương đương với 72,5mg Aspirin/kí lô con vật.

09. Biết gì về loài dê:

Dê là một con vật hết sức sinh động được nuôi hầu như khắp nơi ở Á châu, nó có tên khoa học là Caprasp thuộc bộ nhóm móng guốc, họ sừng rỗng (Bovidae). Cũng như con Trâu, Dê là một tổng hợp hết sức cần yếu cho nhu cầu con người, có nghĩa là trên cơ thể chúng người ta dùng sạch sành sanh không chừa một thứ gì "làm kỷ niệm" cả.

Tại Ấn Độ, nơi mà người ta coi dê là một biểu tượng số một của kỳ tích ân ái (kinh kim cương hay còn gọi là tự điển dục tình kamasutra) họ nói sữa dê cũng "hăng tiết vịt", và máu dê sẽ làm cho các phụ nữ phải "le lưỡi thèm thuồng". Còn tại Trung Quốc thì "quá xá" hơn, họ đã có sơ sơ một thực đơn riêng về dê lên đến bốn chục ngàn món... và hèn chi mà người Ấn lẫn Trung Quốc đã tự hào rằng họ đông dân nhất và nhì thế giới.

Nói như vậy có thật là Dê đã khiến cho họ trở nên cường quốc về dân số không thì tôi chẳng dám kết án, sợ tủi thân các chú be be vô tội. Nhưng phân tích về thực phẩm và cách nấu nướng thì thật tình càng thấy dê đáng thương hơn.

Đầu tiên người ta hay "tẩm quất" dê đã đời bằng gậy, viện cớ là nó "hôi mùi kỳ lắm", con dê phải chết lên chết xuống bao bận trông thật "bầm dập", khiến những người phụ nữ vốn mũi lòng phải thốt lên "lạy trời, mai mốt chết có đầu thai thì chớ nên làm kiếp... dê cái". Nhưng đến nay thì qua "ngâm cứu" của các đấng mày râu, họ cảm thấy "mồ hôi dê" mà pha với rượu "chấm chấm chấm" uống vào có thể là viagra thứ thiệt, cho nên họ bỏ cái lệ tẩm quất dê đi, vì mồ hôi chúng rớt xuống đất cũng

tỉ như trái đào của Thái Ất bị Tề Thiên khoèo rụng xuống nhập thổ mất đi làm sao lấy lại được, vì thế họ đã dùng calcium chích vào các gân máu của anh chàng này (sau khi tắm rửa cho nó sạch sẽ) rồi cột anh vào một chậu thau, to mặc tình uốn éo, cong co, rướn thụt... miễn hồ mồ hôi đổ ra là tốt. Quả thật có mồ hôi đổ và có người uống rượu nếu như không có cái chuyện một bữa nọ trong chậu thau mồ hôi dê ra đọng vũng, và khi pha rượu nhậu các trự nhà ta thấy có mùi... khai khai... Thì ra ở calcium corbière mà chích vào gân dê thì... "khoái quá trời" còn gì? Các đại ca Dương nhà ta "phê" quá bèn "tè tới tấp trong sung sướng, còn các nhân nhà ta thì "lấy" quá cũng "chiêu tới tấp" trong mê mẫn. Và rồi sau cơn nhậu họ đã bẽn lẽn kể lại "Hồ... cố lễ cái niếc tái zê zách lầu hơn cái pồ hui zê à!..." thế là trong "ẩm đàn" lại có thêm một món nữa mà họ nói không rõ lắm hình như là "ziàng liéo xữu" đại khái là "nước đái dê pha rượu..." và có một bài viết rõ ràng mà người bạn của tôi đã dịch ra như sau: "Nước tiểu dê rất quý nhất là lúc chúng vừa giao phối xong, rời khỏi lưng con cái một khắc, ta hứng nước tiểu này lúc còn lẫn tinh dịch rồi đem pha rượu thì... xình lên xọp xuống biết bao bận mà từ..."

Sau đây là các bộ phận dê được người ta chiếu cố nhiều nhất

* **Huyết dê:** Còn gọi là Dương huyết, khi cắt cổ dê nên cắt ngay động mạch lấy máu còn nóng vừa chảy ra là cho ngay vào rượu cồn khoảng 40 vol trở lên, lắc cho thật đều. Lưu lại càng lâu càng tốt, mỗi ngày uống 3 lần sau mỗi bữa ăn trưa, chiều và trước khi đi ngủ, mỗi lần độ 10ml đến 15ml. Tác dụng chính là bổ máu, chữa đau lưng, nhức mỏi, chóng mặt, nhức đầu, thống phong và sưu độc nếu bị nhiễm khoáng độc.

* **Thịt dê:** Còn gọi là Nhục Dương, có vị ngọt dịu, nhưng

tính nhiệt, thịt hiền. Trong thịt dê có độ 18,1% protid, 41,12% lipid cho nên các người cơ thể bị mệt nhọc, suy nhược, gầy yếu, người bệnh mới bớt, bị lao lực mà dùng thịt dê thì rất tốt. Theo đông y thì nó tác dụng ngay trên tì, vị, can làm máu huyết lưu thông điều hòa, và phụ nữ mới sinh con bị suy nhược, khí hư, ít sữa và bạch huyết tán v.v... dùng rất tốt.

(*) Gan dê còn gọi là Dương can

Một số Đông y sĩ nói rằng số người bị phong gan hư nhiệt hay thường bị dị ứng, mề đay mỗi khi ăn phải những thứ không hạp rồi thân nhiệt sinh nóng gây cho mắt bị mờ, bị nỗi những gân đỏ hay đàn bà có tính nóng như... đàn ông, bị táo bón liên tục do mật tiết ra không đều khiến tiêu hóa bị vấn đề.. nên dùng gan dê trong các cách như nướng kẹp cà dĩa, luộc chín chấm muối chanh gừng hoặc xắt từng lát lòn vào khoai lang trắng lùi vào lửa hồng... sẽ chữa được các bệnh khó trị kia.

Khoa thực phẩm học căn bản vào tiêu chuẩn đe dọa bị nhiễm clolesterol khuyến các bạn nên dùng từ 30 đến 50 gr gan mỗi ngày nhưng chỉ ba ngày trong tuần mà thôi.

*** Tinh hoàn dê còn gọi là Ngọc dương:**

Ai cũng cho rằng thịt dê sở dĩ "hôi hùm" là do cái "đồ quỷ" này! Thật sự là oan cho nó lắm, vì mùi đặc biệt kia chỉ có ở các tuyến "pồ hui" của "zê" thôi! còn Ngọc dương thì "kái lày kúy lám" vì cả con dê mấy chục ký mà "ảnh" chỉ có mấy chục"cờ lam" thôi!

Các đông y sĩ cho rằng Ngọc Dương mà đem ngâm rượu cùng với mười ba vị châm chế gồm Bạch truật, Đương qui, Xuyên

khung, Tục đoạn, Mộc qua, Xương truật, Đỗ trọng, Đại táo, Sa sâm, Thục địa, Càn cương, Quế khâu cùng Hồng cúc. Mỗi ngày dùng một ly hột mít sau mỗi bữa ăn thì nếu thận bạn có vấn đề sẽ "trở nên đặc biệt có vấn đề" và nếu hoạt tinh nhanh thì sẽ trở nên "súp pe xì lô" ngay. "phẻ hông?".

*** Ngầu pín dê còn gọi là Dương vật:**

Tánh nóng, có mùi diêm hoạt lẫn ten đồng, rất khó dùng. Tuy nhiên cơ thể hấp lạnh thì sẽ được nó bổ khuyết cho ấm lại nhờ là chất bổ thận, tráng dương, trừ phong, các chức thống thận làm dương tán âm vượng rất nguy cho đàn ông, chân tay bị lạnh, lưng, xương sống nhức mỏi, các sụn tiết hợp "hoãi" khi có chuyện với "chánh cung", nguy hiểm hơn là liệt dương, di tinh đột xuất tinh, xuất tinh theo lão hóa... Đàn bà bị lãnh cảm thận hư v.v... Ngoài ra còn có chức năng sinh tủy xương, làm cơ xương rắn chắc, làm tăng tương thích với các Hormon sinh dục và nội tiết tố v.v...

Có hai bài thuốc ngâm với ngầu pín dê gồm toa 1 là Bạch tật lê, Long nhãn, Dâm dương hoắc, Tiên mao, Ý dĩ và toa số 2 gồm Câu kỷ, Binh lan, Thạch nam đàn, Dâm dương hoắc, một cái đuôi cắc kè ngậm đông... đem ngâm với rượu rồi dùng sau hai bữa ăn, mỗi lần độ 1 tách nhỏ (20ml) là... xe chạy...

*** Dạ dày dê còn gọi là Dương Tỳ:**

Trong dạ dày Dê có một bài tố chất tiêu hóa rất đặc biệt với lượng Lipaz cao tột cùng để chúng có thể bóp nát các loại gai dù cứng và nhọn tới đâu. Ta cũng biết dê rất háu ăn, và ăn rất ẩu tả, chúng có thể tóm một mảng xương rồng khế bằng một cái táp "rung râu" rồi nhỏm nhẻm vài cái "rung rung râu" nữa là nuốt ực xuống cổ ngay, ấy thế mà đã từ lâu nay chưa có con Dê nào phải... "nằm viện" cả! chỉ vào lò mà thôi!

Dạ dày dê tươi, rửa sơ và cạo qua lớp nhớt ôi vàng xong, lộn trở lại rồi nhét vào đó bốn loại hạt là nếp, ý dĩ (bobo) mè trắng và đậu đen cộng với ba loại phụ trợ là đường phèn, táo tàu, mứt bí đao cho đều, dồn cho chặt xong may thật kín chưng cách thủy trong vòng 1 giờ đồng hồ cho nở chặt cứng và dẻo bưng. Vớt ra xắt miếng như cơm nắm, ăn nóng mỗi ngày cần chừng 1 cục ngang chén cơm, chữa được các chứng hay bị nôn mửa khi đi tàu xe, máy bay. Đàn bà có thai nghe mùi tanh tưởi hay bị ói đến mật. Các chấn thương vùng bụng có ảnh hưởng đến tiêu hóa v.v... đều rất tốt.

(*) Xương dê: Còn gọi là Dương Giáp cốt:

Lấy xương dê nấu cùng với bicarbonate de soude trên lửa riu riu trong chín ngày đêm để thành một loại cao (ở vùng núi người ta lấy xương sơn dương giá trị tuyệt chiêu hơn dê nhà). Cao này chữa được các bệnh đau xương, nhức mỏi gân cốt, thiếu máu, người già gầy yếu, người đau bệnh mới bớt còn yếu đàn bà sau sinh đẻ hay đau bụng, đau dây chằng, nhức mỏi lưng nên chiêu một ngụm rượu gừng pha cao dê mỗi sau bữa ăn và trước khi đi ngủ (tương đương 10gr cao dê ngâm với một ly xây chừng nhỏ rượu gừng cho một người một ngày).

*** Đuôi dê:** Còn gọi là nhục dương vĩ:

Đàn bà trước khi sinh con từ tháng thứ 5 trở đi, chỉ cần hầm đuôi dê với bí đỏ hoặc đu đủ hườm, dưa hường chẳng hạn ăn mỗi tuần ba bữa, sẽ hồng hào da dẻ sau khi sinh con, phục hồi sức lực sau khi trải qua một cơn... động đất vì con ra đời... chồng chịu "rủa thảm thương" và đồng thời sữa sẽ rất tốt cho con nhất là "con trai"...

*** Sữa dê:**

Sữa dê có thành phần giá trị dinh dưỡng cao hơn sữa bò,

nhờ trong nó có đến 4,7% lipid, 6,1% protid, 4,9% lactoza, 2,1% đản bạch Albumin và một lượng muối khoáng tổng thể đến 1,15%, nội tiết dịch nhũ của dê có tính thuần dương thuần âm, nên cho trẻ con bú và uống dặm rất bụ bẩm, thông minh và... "dương tính", người già, người cao tuổi dùng sữa dê sẽ "sung sức chán!..."

10. Thực phẩm chiếu xạ có nguy hiểm không?

Kể từ năm 1960, người Mỹ đã có những bước chiếu xạ thực phẩm đơn tố với lúa mì và bột mì, qua năm 1963 họ chiếu xạ lên bắp, miến, mạch, lúa bulgur, đến năm 1964 chiếu xạ lên khoai tây, các loại củ dạng hồ như khoai sọ Nam Mỹ petrexin đậu ngọc Barxin, rồi tới năm 1985 họ chiếu xạ vào thịt heo 1986 thịt bò và các loại rau quả. Toàn thế giới hết sức lo sợ vì ngại bị nhiễm phóng xạ nếu dùng loại thực phẩm này nên có dạo các loại nông thực sản của Mỹ bị tẩy chay ngang tại sân... nhà khiến cơ quan quản trị Dược phẩm và thực phẩm của Mỹ (FDA) phải lên tiếng phân giải đến ráo nước bọt để khuyến khích dân Mỹ an tâm khi dùng thực phẩm đã chiếu xạ. Thực chất thì nó như thế nào?

Nếu tiệt trung bằng tia phóng xạ, bằng tia Gamma bởi chất đồng vị phóng xạ cobalt-60 để triệt hạ các mầm bệnh có trong thực phẩm bởi vi khuẩn, vi trùng, khuẩn bào... sẽ không làm cho thực phẩm có tính phóng xạ, nhất là mức độ chiếu xạ dưới 100000 rad trên số thực phẩm chuẩn thì hiệu quả diệt khuẩn nhất là con salmonella trên trái cây, rau tươi, các loại thịt sẽ... tiêu tùng mà vẫn an toàn cho người dùng. Chiếu xạ còn có khả năng diệt các loại trứng, sâu rầy, các meo mốc khó trị dai như đỉa nữa. Tóm lại nó rất ổn khi ta dùng.

Chỉ có một điều là nếu chiếu xạ ở trọng tâm này, các dưỡng chất, các vitamin như A-C-E bị các tia gamma bẻ gãy các

mối liên trị hóa học làm cảm quan vị giác ta ăn vào thấy nó có thể bằng 6/10 cảm vị của thức tươi chưa chiếu.

Vì vậy theo ước tính với số lượng tương đương 30 ppm thì các loại thực phẩm chiếu xạ đều... nuốt tốt. (observateur Magazin. 2003)

11. Trái Kiwi:

Một loại trái cây đặc sản chỉ có ở New zealand, nó có tên khoa học là Actinidia Chinensis, mọc dưới hai dạng cây nhánh và dây (cùng loại nhưng các nhà thực vật học đã nghiên cứu chuyển gène thành loại dây) trái kiwi ở Tân Tây Lan có màu nâu lòng mứt còn ở Nhật Bản cũng có một loại Kiwi khác có màu đỏ cam sunkist, cơm chắc chỉ để ngâm với rượu sakê ngọc bảo Toyono Akisake (muốn biết chi tiết xin đọc quyển thế giới men nồng cùng tác giả) tên khoa học là Actinidia polygama.

Động vật gây hại cho loại Kiwi chính là các chú mèo hoang, được thả chạy rong khắp nơi, chúng nhơi kiwi chẳng những trái mà còn cả đọt non và vỏ cây nữa, sau đó chúng say như người ta say rượu, nghiêng ngửa, kêu gào thảm thiết và "xỉn" như người vậy (Tạp chí Kono Nz 2003)

BẢNG ĐỐI CHIẾU CÁC ĐƠN VỊ ĐO LƯỜNG QUỐC TẾ CHUNG CHO TẤT CẢ CÁC HÌNH THỨC

A/ ĐƠN VỊ TÍNH BẰNG CHIỀU DÀI

- 1 inch	=	2,54cm
- 1 Foot	=	0,3048m
- 1 Yard	=	0,9144m
- 1 Rod	=	5,0292m
- 1 mile đất	=	1,609 km
- 1 mile biển	=	1,852 km
- 1 Bia dài	=	32,484 cm
- 1 Bia diện tích	=	9,29 dm^2
- 1 acre (ac)	=	40,387064cm
- 1 Foot Anh	=	1m83
- 1 Square inch	=	6,4516 cm
- 1 Sqvare Foot	=	9,290304dm^2
- 1 Sqvare yard	=	0,83612736cm^2

B/ ĐƠN VỊ TÍNH BẰNG CÂN LƯỢNG

- 1 grain	=	64,78991 mg
- 1 dram	=	1,772gr
- 1 pound (Ld)	=	453,59237 gr
- 1 Ton (Short)	=	0,907 tấn
- 1 Ton (Long)	=	1,016 tấn
- 1 Oz Anh	=	28gr
- 1 troy ounce	=	31,1035gr
- 1 metric ton	=	1000kg
- 1 picul	=	60kg
- 1 cân (lạng tàu)	=	0,500kg
- 1 cân Đông Nam Á	=	0,600kg
- 1 lạng ta	=	37,783125 gr
- 1 carat	=	0,205 gr

C/ ĐƠN VỊ TÍNH BẰNG CHẤT LỎNG:

- 1 pint lỏng	=	0,473l
- 1 Fluit ounce	=	29,573ml
- 1 pint đặc	=	0,551l
- 1 gallon Mỹ	=	3,785l

D/ ĐƠN VỊ TÍNH BẰNG KHỐI LƯỢNG

- 1 cubic inch	=	16,387064 cm^3
- 1 cubic Foot	=	28,316847 dm^3
- 1 cubic yard	=	0,76455486 m^3

- 1 gallon Anh = 4,546l
- 1 Barrel trơn = 31,42 gallon
- 1 peck = 8,810l
- 1 Bushel = 36 lít giạ
- 1 Bushel = 35,238 lít
- 1 quart lỏng = 0,946 lít
- 1 Fluid ounce Anh = 2,84130 fcl
- 1 Barrel nông sản = 115,627 lít
- 1 Barrel dầu = 158,987 lít

E/ ĐỔI NHIỆT ĐỘ

0° ceincihuit	≠	5/9 Farenheit
0° Farenheit	≠	−32°C
0°C	≠	32°F
	≠	

Xin liên hệ **ĐT (08) 887.1829**

CÁC MẸO VẶT LIÊN QUAN

1.- Làm mất mùi nồng của ớt bằng cách dùng các chất liên quan tới tanin cọ rửa, nếu dính tay thì nên lấy nước trà pha đậm đặc rửa tay, nếu đồ vật, thùng, nồi, lu hũ thì nên vò nắm lá chát như ổi, xoài, hay trà đã xài chà cho sạch sẽ hết.

2.- Chiên chả giò dòn nên dùng ít giấm pha với bia hoặc rượu đế, chát, nếp than v.v... thoa vào bánh tráng cho thật mềm trước khi cuốn chả đem chiên.

3.- Chả giò dòn ngay cả bỏ trong tủ lạnh bằng cách lấy ít rượu cồn cao độ 30 đến 35 vol pha với vài muỗng bột mì cho lỏng sệt, thoa lên bánh tráng mặt trong sau đó gói chả đem chiên.

4.- Xắt hành, lột hành lâu không bị cay mắt có hai cách. Một là trước khi xắt nên cho hành vào tủ lạnh, thùng đá hoặc ngâm vào nước đá trong 1 phút. Cách thứ hai là lấy một ca nước đá lạnh khuấy một chút muối, khi chuẩn bị xắt ta hãy nhúng dao vào nước này trước khi cắt.

5.- Cà tím không đổi màu sau khi xắt, ta hãy chuẩn bị sẵn một thau pha ít nước muối loãng, xắt cà tới đâu ngâm vào tới đó một vài phút rồi vớt ráo trước khi nấu.

6.- Cơ sở sản xuất tương ớt không thể trữ ớt cấp đông tán hoặc cấp đông trụ, vì chúng sẽ làm chín và úng thối nhanh nhất, người ta hay rây tro củi hoặc tro lá đốt tán ra rồi vùi lúc ớt còn khô chưa rửa nước. Nhớ tro phải thật nguội.

7.- Cà chua sốt pâté hoặc cô đặc trong điều kiện chưa gia hũ hoặc đóng hộp, ta nên tráng một lớp dầu thực vật bên trên

mặt trong lúc còn ấm khoảng 20°C, lớp dầu này dầy chỉ 1 ly trong 3 giờ đồng hồ thật nguội mới đổ thêm dầu vào đầy 1cm là ổn.

8.- Khi cắt mít hoặc chuối, dao của ta hay bị dính, các bạn nên lấy đầu ăn láng lên dao rồi dùng giấy báo nhúng dầu ăn chùi cho sạch, riêng tay bị dính thì hãy vọt hai tay trong gạo cho sạch.

9.- Bắp cải lúc luộc hoặc hầm có mùi hơi khó chịu với một vài người, bạn hãy lấy một miếng vải hoặc khăn nhúng dấm vắt kỹ rồi trùm lên miệng nồi lúc sôi thì sẽ mất ngay.

10.- Các loại phó mát khi mang về ăn khi để ở ngoài thì hay bị mốc, lúc bỏ trong tủ lạnh lại hay bị khô cứng mặt làm đổi mùi và biến màu, có các cách như sau:

- Lấy giấy bạc (thiếc) bó vào 2 đầu dù để ở ngoài hay trong tủ.

- Lấy một khăn mỏng nhúng vào sữa tươi túm ở hai đầu.

- Lấy một khăn mỏng nhúng muối pha loãng túm ở hai đầu.

- Lấy một ít rượu cồn Ethylic thoa một trong 2 mặt.

Phó mát cứng sẽ mềm ngay, ngon trở lại như thường.

11.- Trong chế biến thực phẩm chay, các loại nấm thường hay có mùi tanh đặc vị, mùi tanh này nhanh hấp thu lớp gélatin tráng bên trong hộp (verni), người ta hay vắt một ít nước của rau húng cây (ocimum basilicum L) hoặc húng chanh lê (plectranthus amboinicus) hay rau răm (polygonum odoratum) với một liều lượng 1 drop cho lon nặng đến 175 gr, và nhân lên theo tỉ số lon cộng khuôn. (tỉ số tính theo khối pi)

12.- Sirô (srup) làm bằng nước đường hay bị thay đổi vị từ ngọt sang lam chua, nhất là ở những xứ nhiệt đới ta có cách như sau:

- Khi nấu sirô, các loại có nhiều chua như chanh, cam, quýt, bồng, bưởi, côn, tắc v.v... bản chất đã có citrite thì ta cho lợi đường với điều kiện gia thêm glycérin không mùi vị lúc đường chuẩn bị lợi.

- Khi nấu sirô các loại có cơm trái hoàn toàn ngọt, dạng vitami C trong trái là dạng thực chất mà ảo vị thì ngoại trừ phải thêm citrite (cốt chanh) thì ta phải dung hòa lượng glycérin ngay lúc chuẩn bị nhắc xuống để nguội.

- Các loại sirô nấu bằng đường với Essence hoặc nước ép nguyên có gia chế thì tùy cơ mà sử dụng glycérin với lượng ổn đinh.

TÀI LIỆU THAM KHẢO

1. T. burton - benjamin-Tropical Area Food product Mc Milland 1962 Company NY USA reprinted 1977-1987-1997.Add.
2. Traitement des maladies par les Légumer, Fruits et céreales 8è edition. Maloin S-A Éditeur Paris AGrigée Janet valent.
3. Bailey - Hubert to Amend Food product trade NY ARC Books
4. Adam - Ruth The complet e Home Guide to all the vitamines NY Larchmont Books 1972.
5. Amino acid contenf of Foods FAO ROME 1970.
6. Blood-The river of like. American National Red cross 1976.
7. Food Facts talk back Journal ofthe American Dieteric Association 1977.
8. Bread: You can used with? Consumer Report 41 may 76.
9. The US Food and Drug Administration Consumer R.38 March 73.
10. Abramson EM and Pezet Aw body, mind sugar NY Avon books.
11. Les bonne recettes SEB. Daniel Quillet 1983 Edition Brunétoil Neuilly SA. SEB France.
12. L'Indochina Alimentations Produit Jean pidivelli paris 1959.
13. Cây cỏ miền nam Sg 1960 Ts Phạm Hoàng Hộ Sài Gòn.

14. Cây rau làm thuốc ĐT 1989 TS Võ Văn Chi Đồng Tháp
15. Ẩm thực phổ quán NXB Sài Nghi Trung Quốc 1982.
16. Ẩm thực Toàn Trung NXB Thư Kinh Trung Quốc 1991.
17. FAO Selections No 13-17-22-27-31-41-92-96.
18. Thực phổ Bách Thiên NXB Sông Hương 1970
19. Chế biến thực phẩm tiểu công nghệ NXB Sông Kiên 1974
20. Những phát minh thực phẩm trong nước NXB Sông Thu 1973.
21. R Garcia J Andrate C Rolz effect of temperature and heating time on the dectection of off flavor in avocade peste J Food SCL 1975.
22. FAO observateur 1971 1972 1973 1974 1975
23. Các tạp chí, báo chí, tài liệu từ báo chí, tin tức nước ngoài và trong nước.

CÙNG MỘT TÁC GIẢ

- THẾ GIỚI MEN NỒNG	CUỐN 1	CÁC LOẠI RƯỢU
- THẾ GIỚI MEN NỒNG	CUỐN 2	CÁC LOẠI BIA
- NHỮNG NGHỀ HÁI RA TIỀN	CUỐN 1	THỰC PHẨM CHẾ BIẾN
- NHỮNG NGHỀ HÁI RA TIỀN	CUỐN 2	THỰC PHẨM QUÊ HƯƠNG
- NHỮNG NGHỀ HÁI RA TIỀN	CUỐN 3	THỰC PHẨM LIÊN HỢP
- NHỮNG NGHỀ HÁI RA TIỀN	CUỐN 4	THỰC PHẨM ĐÓNG HỘP
- NHỮNG NẺO ĐƯỜNG THỰC PHẨM	CUỐN 1	MIỀN BẮC
- NHỮNG NẺO ĐƯỜNG THỰC PHẨM	CUỐN 2	MIỀN NAM
- NHỮNG NẺO ĐƯỜNG THỰC PHẨM	CUỐN 3	MIỀN TRUNG
- NHỮNG NẺO ĐƯỜNG THỰC PHẨM	CUỐN 4	MIỀN TÂY NAM BỘ
- NHỮNG NẺO ĐƯỜNG THỰC PHẨM	CUỐN 5	ĐÔNG DƯƠNG

NHỮNG NGHỀ HÁI RA TIỀN

(CHẾ BIẾN THỰC PHẨM)

DN SÁCH THÀNH NGHĨA TP HỒ CHÍ MINH
NHÀ SÁCH NGUYỄN VĂN CỪ
288B An Dương Vương, Q.5, TP.HCM - ĐT: 8392516
Website: *dnsachthanhnghiatphcm.com.vn*
Email: nsthanhnghia@nhasachthanhnghia.com

Giá: 30.000đ