

MỤC LỤC

Mục lục	1
Thịt kho nước dừa.....	7
Cua rang me chua.....	9
Cá cuộn thịt nấm	10
Gỏi mít tôm thịt	11
Thịt đông.....	12
Cua báy xào gừng, hành.....	13
Nem hải sản	14
Cơm thập cẩm	15
Nem cá	16
Ôc len xào dứa.....	17
Lẩu hải sản.....	18
Cánh gà chiên nước mắm.....	19
Cá bơn tẩm rượu bỏ lò.....	20
Cá nấu dấm	21
Bò cuốn lá cải	22
Canh sườn chua	23
Cá sốt hấp trứng.....	24
Chả cá.....	25
Tổ chim.....	26
Cơm cháy	27

Tôm chiên khoai.....	28
Ngô xào tôm.....	29
Canh hến nấu chua.....	30
Bò sốt gan	31
Kim tiền kê.....	32
Thịt bò xào củ sen	33
Bò ngũ vị.....	34
Chả giò mi ni.....	35
Cá bao xoài tẩm bột rán.....	36
Mực hấp gừng.....	37
Mực chiên giòn.....	38
Khoai tây chiên giòn.....	39
Mực trộn bông cải	40
Cá mú chưng kỳ lân.....	41
Tôm tẩm bột	42
Mực xào sa tế.....	43
Tôm hùm luộc.....	44
Mực ngũ vị.....	44
Cá hồi xốt chua ngọt.....	45
Mực nướng tỏi ớt.....	46
Mực hoa cúc.....	47
Thịt ba rọi cuộn cá hồi nướng.....	48
Trứng cút bao quản	49
Hoa ngũ sắc	50

Cá hồi nhồi khoai tây	51
Gỏi bưởi chay.....	53
Rau xào thập cẩm	54
Cá hồi xào cải thìa	55
Mì xào giòn	56
Sakê chiên giòn	57
Rau sốt cay	58
Chả nướng chay	59
Cà tím chiên	60
Bún xào chay.....	61
Chuối bọc tàu hũ ky.....	62
Lươn chiên giòn.....	63
Lươn xào sả ớt.....	64
Bồ câu quay da giòn.....	65
Chả lươn.....	66
Vằn thắn chiên giòn.....	67
Chuối hấp mật dừa.....	68
xôi nướng cuộn	69
Cá nục hấp.....	70
Dưa chuối chát	71
Tôm kho đánh	72
Cuốn diếp.....	73
Ốc nhồi nấu chuối	74
Chuối sốt caramen.....	75

Thịt luộc giâm tương.....	76
Canh chua bông so đũa cá rô đồng.....	77
Ếch xào lá cách.....	78
Cá tai tượng chiên xù	78
Gỏi bầu cá lóc nướng.....	79
Vịt nấu cháo	80
Cá sốt hấp trứng.....	81
Cá cuốn bún.....	82
Bún khô xào giòn	83
Lưỡi vịt rang muối.....	84
Cút tiềm ngũ quả.....	85
Vịt quay trộn măng.....	86
Tôm rang ngũ vị.....	87
Cá hố kho bồi.....	88
Chân gà nướng ngũ vị	89
Bông cải bọc chả.....	90
Mì rưới cà chua sốt	91
Mì xào tôm.....	92
Mắm lóc.....	93
Mì xào thịt gà, hạt điều.....	94
Lẩu rau	95
Dừa kho cà chua.....	96
Mắm đu đủ.....	97
Lẩu dê	98

Nem gà kiểu Trung Hoa.....	99
Cánh gà chiên bơ.....	100
Hoa bí nỏ.....	101
Cơm thái cực.....	102
Canh măng nấu chân giò.....	103
Gà nấu đông	104
Mướp đắng nhồi thịt.....	105
Tai lợn ngâm giấm.....	106
Bún riêu cua	107
Gà chiên lá dứa	108
Lẩu thịt bò	109
Hoa kim châm xào	110
Chả giò uyên ương.....	111
Bò nướng chanh và bơ	112
Hoa cải xào nấm, chao.....	113
Bông hẹ xào sò lụa	114
Lẩu cá quả.....	115
Mắm Huế xào thịt.....	116
Nộm mướp đắng.....	117
Đậu phụ mắm tôm.....	118
Mắm cá cơm trộn dứa.....	119
Lẩu mắm.....	120
Hoa lý xào thịt bò.....	121
Hoa bí xào nghêu	122

Canh chua hoa so đũa	123
Hoa cải xào nấm, chao.....	124
Đậu phụ ngũ vị.....	125
Tràng lợn hấp gừng	126
Hến trộn vừng	127
Rau càng cua trộn cua.....	128
Bầu luộc trứng.....	129
Cá hấp mía	130
Nộm phổ tai.....	131
Cá nướng chanh	132
Cá quả nướng ống tre.....	133
Cần tây xào hạt điều	134
Chuối đốt rượu	135
Sò huyết xốt chua cay.....	136
Chim cút nướng tỏi ớt.....	137
Bò nướng bơ.....	138
Bò nướng mù tạt	138
Phở gà.....	139
Cơm gà.....	140
Cá mèi xốt.....	141
Cá ngừ hấp cải rổ.....	142
Bún tôm - thịt luộc.....	143
Bún hoa.....	144
Thịt gà chiên xù	145

Nem rau	146
Khoai tây bọc thịt bò	147
Mì ngũ sắc.....	149
Bò trái dừa.....	150
Gà chiên sốt cam.....	151
Tôm bách hoa	152
Nghêu nướng mỡ hành.....	153
Chả trứng hấp.....	154
Cơm tôm.....	155
Gà nướng ớt	156
Gà ác tiềm thuốc bắc	157
Cá ướp xì dầu bỏ lò	158
Tôm bó ngó sen.....	159

THỊT KHO NƯỚC DỪA

Công thức dưới đây dành để chế biến cho 6 người ăn. Món này ăn với cơm nóng, dưa chua và rất thích hợp với những ngày thời tiết mát mẻ.

Nguyên liệu:

- 1/2 kg thịt mông hoặc thịt đùi heo
- 1 trái dưa tươi
- 1 chén nước sôi
- Nước mắm ngon
- 4 tép tỏi
- 1 cục đường thẻ
- Gia vị

Thực hiện:

Thịt cắt thành 8 hoặc 10 miếng vuông. Ướp thịt với tỏi giã nhuyễn và đường thẻ, gia vị nước mắm chừng 1 giờ cho thấm gia vị. Trứng luộc chín, bóc vỏ.

Nấu thịt và trứng vịt cho nước sệt lại (thịt sần), đổ nước dưa vào cùng với một chén nước sôi, cho lửa to. Khi nước dưa sôi thì vớt bỏ bọt, hạ lửa nhỏ liu riu, đậy vung lại và hầm cho chín như. Ném cho vừa ăn. Dọn ra đĩa. Miếng thịt lớn có thể cắt bé vừa miệng, trứng bỏ làm đôi hoặc cắt thành bốn miếng.

CUA RANG ME CHUA



Đây là món hải sản được nhiều người ưa thích, tuy cách chế biến hơi cầu kỳ nhưng lại đem đến một hương vị khá hấp dẫn.

Nguyên liệu:

- Cua thịt 2 con: 0,5 - 0,6kg/con
- Nước me chua: 1/2 chén ăn cơm
- Hành tây: 1 củ bổ múi cam
- Hành hoa băm nhỏ: 2 muỗng
- Bột gà: 1 muỗng nhỏ
- Đường: 2 muỗng nhỏ
- Tiêu bột, muối, ớt tươi, gừng (thái chỉ)

Thực hiện:

Cọ sạch cua, cho cả con vào mỡ chiên rồi mới bóc bỏ mai, phổi. Cắt cua làm bốn, để lại mai để trang trí. Hoà nước me chua với đường, bột gà, tiêu, muối, nếm thấy chua dịu vừa ăn là được.

Phi hành khô, xào hành tây (đảo nhanh tay) rồi cho cua vào đảo đều. Cho nước me đã hoà vào đảo đều, rắc một chút bột đao. Nêm gia vị, cho hành hoa băm nhỏ, gừng, ớt vào đảo đều.

Xếp cua lại thành hình nguyên con, úp mai lên, bày cùng rau, củ tía hoa, ngổ, thơm.

CÁ CUỘN THỊT NẤM



Đây là món ăn ngon và nhiều chất dinh dưỡng. Thơm mùi cá, nấm, vị đậm đà của các gia vị. Món này phải ăn lúc nóng kèm với rau sống, bánh tráng.

Nguyên liệu:

- Cá fillet: 500 gr.
- Thịt lợn: 350 gr.
- Nấm hương: 100 gr.
- Trứng gà: 3 quả.
- Bột mì: 100 gr.
- Sốt chua: 100 ml.
- Nước mắm, tiêu, hành hoa.

Thực hiện;

Cá lạng lát mỏng. Thịt lợn xay nhỏ, nấm hương, hành khô băm nhỏ. Trộn đều thịt lợn, nấm hương, hành khô, gia vị.

Cuộn lại tấm trứng và bột mỳ.

Chiên vàng đều và chấm với nước sốt chua ngọt

GỎI MÍT TÔM THỊT



Món này thường dùng để khai vị, và cũng có tác dụng xoa đi cảm giác ngấy của những món ăn chính giàu chất mỡ, đạm. Chúc bạn thành công với công thức chế biến sau đây.

Nguyên liệu:

- 500g mít non luộc
- 300g tôm đất tươi
- 200g thịt ba rọi
- 2 trái chanh
- 2 trái ớt
- 2 muỗng súp nước mắm
- 100 g đường cát
- 50 g lạc rang
- 20 cái bánh phồng tôm chiên vàng
- 50 g rau răm
- 50 g tỏi

Thực hiện:

Mít luộc rửa sạch bằng nước lạnh, bỏ hạt, cắt lát mỏng.

Tôm luộc bóc bỏ vỏ

Thịt ba rọi luộc cắt sợi

Rau răm cắt nhỏ

Nước chanh vắt pha với 3 muỗng đường

Nước mắm, đường, tỏi băm và ớt băm quấy đều

Cho 4 muỗng súp dầu ăn vào chảo rồi cho 2 muỗng súp tỏi băm vào phi thơm.

Cách trộn gói: Cho các hỗn hợp trên vào trộn đều cùng nước mắm, chanh đường, tỏi phi, nêm vừa ăn. Cho ra đĩa, rắc lạc, trang trí ớt tía hoa và ngò lên. Dọn ăn chung với bánh phồng tôm và nước mắm chua ngọt.

THỊT ĐÔNG



Món ăn này thích hợp cho những ngày thời tiết mát mẻ. Yêu cầu thành phẩm thịt phải mềm nhưng không nát sau khi chế biến, không bị vữa nước.

Nguyên liệu:

- 1 giò heo trước chừng 1 kg
- 200 gr da heo
- 50 gr đậu Hà Lan trái
- 50 gr mộc nhĩ
- 15 ml nước mắm ngon
- Gia vị
- Cà rốt
- Củ kiệu trang trí

Thực hiện:

Giò heo, da heo cạo và rửa sạch. Cho vào nồi, đổ nước ngập, luộc qua, vớt ra để nguội. Cắt thành những miếng mỏng vừa. Đổ nồi nước cũ, cho hết thịt vào một nồi nước mới luộc lại, nêm nước mắm, muối, mì chính. Khi thấy thịt sôi, vớt bỏ sạch bọt, nấu đến khi dùng đũa xăm thấy thịt chín mềm như là đạt. Nhấc xuống, nêm nêm lần nữa cho vừa ăn. Đậu Hà Lan cắt ngắn, chẻ đôi, mộc nhĩ thái nhỏ, cà rốt tỉa hoa lá tùy thích. Tất cả nhúng chín trong nước sôi có bỏ chút muối, để ráo.

Xếp đậu cà rốt, mộc nhĩ vào đáy khuôn hoặc vào chén, múc ra bát để nguội. Cho vào ngăn lạnh, khi dùng lấy mũi dao tách thịt ra, úp ngược xuống đĩa.

CUA BẤY XÀO GỪNG, HÀNH



Với những món hải sản nếu không cẩn thận khi chế biến sẽ bị tanh, mất mùi vị. Nhưng với công thức dưới đây bạn sẽ dễ dàng có một món ăn ngon để cải thiện bữa cơm gia đình.

Nguyên liệu:

- 2 con cua báy, 0,3-0,5 kg/con
- Trứng gà: 1 quả
- Hành tây: 1 củ bổ múi cam
- Hành khô: 2 muống băm nhỏ
- Hành hoa cắt khúc, gừng tươi tỉa hoa, thái mỏng.
- Bột mỳ, tiêu bột, muối, ớt tươi...
- Nước sốt: hoà một chút nước với một muống đường, 1 muống bột gà, 2 muống dầu hào.

Thực hiện:

Cua báy làm sạch bóc bỏ phổi, mai để ráo, ướp hành khô băm, tiêu bột, muối và một chút đường để ngấm (15 phút), sau đó cho trứng đánh tan vào ướp cùng. Tẩm cua vào bột mì khô rồi chiên vàng. Cua to nên cắt đôi còn cua nhỏ để nguyên con.

Dun chảo nóng, cho dầu vào phi hành khô thơm, cho hành tây vào đảo nhanh, cho ớt thái lát, cua báy vào đảo nhanh tay sau đó cho nước sốt, hành hoa cắt khúc đảo đều.

Trình bày với rau, củ tía hoa.

NEM HẢI SẢN



Những ngày cuối tuần bạn có thể rảnh rỗi để tính chuyện làm một vài món ăn cầu kỳ thiết đãi bạn bè. Với công thức dưới đây bạn có thể đem lại một bữa ăn ngon miệng cho người thân.

Nguyên liệu:

- Bánh đa nem: 2 thếp
- Thịt cua: 200 g
- Tôm tươi: 200 g
- Miến: 100 g
- Dừa nạo: 30 g
- Trứng vịt: 2 quả
- Thịt nạc vai: 200 g
- Mộc nhĩ + nấm hương, rau sống

- Cà rốt, hành hoa, rau sống
- Dấm, ớt, tỏi hạt tiêu, dầu rán

Thực hiện:

Mộc nhĩ, nấm hương, miến ngâm nở, cắt nhỏ. Thịt cua ngâm cho tan đá rồi nhặt hết sạn cứng. Tôm tươi bóc vỏ, bỏ đuôi, băm nhỏ. Cà rốt gọt bỏ vỏ, thái chỉ. Hành hoa nhặt sạch rễ và lá thái nhỏ. Thịt lợn băm nhỏ. Trộn thịt cua, tôm, thịt lợn, mộc nhĩ, nấm hương, hành, miến, cà rốt, dưa nạo và 2 lòng trứng cho thật đều.

Mở rộng bánh đa nem, cho một chút nhân vào rồi cuộn tròn lại sao cho nhân không hở ra ngoài. Khi dầu nóng già thì cho nem vào rán: (Chú ý để cho nhỏ lửa trở thật đều để nem không cháy mà vẫn vàng đều).

Rau sống nhặt rửa sạch, ngâm nước muối khoảng 15 phút vớt ra vẩy ráo nước. Tỏi bóc vỏ, đập dập, ớt tách bỏ hạt thái mỏng. Pha một thìa đường vào 1/3 bát nước lọc đun sôi, rồi cho tiếp vào đó 3 thìa to dấm, 2 thìa to nước nắm ớt, hạt tiêu, để làm nước chấm.

COM THẬP CẨM

Bạn muốn một bữa ăn thật phong phú và mới lạ, hãy thử làm món ăn này. Không mất quá nhiều công sức, các nguyên liệu cũng dễ kiếm mà com thập cẩm lại đem lại sự hấp dẫn đến bất ngờ.

Nguyên liệu:

- Gạo tẻ: 600 g
- Nấm hương: 30 g
- Thịt nạc vai: 100 g
- Cà rốt, đậu đũa, ngô bao tử: 300 g
- Giò lụa: 100 g

- Dưa chuột, gia vị, chanh

Thực hiện:

Đậu nhật bỏ xơ, ngâm rửa sạch thái khúc thật nhỏ. Cà rốt gọt bỏ vỏ, thái hạt lựu. Ngô bao tử rửa sạch, thái hạt lựu. Đun nước thật sôi cho đậu, cà rốt, ngô vào trần chín rồi để ráo nước. Nấm hương ngâm nở, rửa sạch, thái miếng vừa ăn. Thịt luộc chín vừa, xắt hạt lựu. Không nên luộc chín thịt quá vì khi nấu cùng cơm thịt sẽ bị khô, ăn bã. Nếu thịt nạc hơn thì ta có thể thay bằng thịt xá xíu vừa thơm lại mềm.

Gạo vo sạch cho vào nước luộc thịt để nấu cơm. Khi cơm sôi thì trộn đều tất cả các thứ đã chuẩn bị vào tiếp tục nấu cơm cho đến chín.

Dưa chuột rửa sạch, thái miếng vừa rồi ngâm chanh ới, đường, gia vị để ăn kèm cùng với cơm cho đỡ ngán. Cơm chín, rưới nước xì dầu có dầm ớt lên trên ăn nóng.

NEM CÁ



Đây là món ăn có nguồn gốc từ nước Nhật. Khéo léo trở tài chế biến bạn sẽ đem lại sự bất ngờ cho mọi người.

Nguyên liệu:

- Một khúc cá biển to, nạc thịt khoảng 300 g
- 50 g miến
- 1/2 mớ rau cải (50 g)
- 8 bánh đa nem
- Bột mì

- Dầu rán
- Rau sống

Thực hiện:

Cá thái lát thành miếng cỡ 2,5 x 4 cm, dày 1cm. Tẩm ướp với gia vị, hạt tiêu. Miến ngâm trong nước ấm 3-5 phút, vớt ra để thật ráo nước, cắt ngắn. Rau cải rửa sạch, cắt đôi, chần qua nước sôi.

Cuốn nem: Đặt bánh đa nem đã làm ẩm lên thớt khô, xếp lần lượt một chút rau, miến và miếng cá rồi cuộn lại. Rắc chút bột mì quanh miếng nem giúp cho nem khô, giòn và màu vàng đẹp.

Khi dầu trong chảo được đun nóng già, cho nem vào rán, vặn nhỏ lửa rán đến khi nem vàng đều thì vớt ra xếp lên đĩa. Khi ăn chỉ cần cắt đôi cái nem và ăn kèm với rau xà lách, nước mắm giấm, đường tỏi.

Dùng một đĩa to bày rau sống vào một bên, xếp nem vào một bên đĩa, sẽ làm nổi bật màu vàng rộm của nem.

ỐC LEN XÀO DỨA



Đôi khi món ăn chay lại đem đến một khẩu vị mới không kém phần hấp dẫn mà vẫn đảm bảo đủ chất dinh dưỡng. Ốc len xào là một món ăn như vậy.

Nguyên liệu:

- 200 gr bột năng
- 200 gr đậu nành

- 200 gr dừa bào vắt nước cốt, một ít bột khoai môn tím, phẩm màu thực phẩm vàng nhạt, rau răm, ớt, ngò...

Thực hiện:

Đậu nành ngâm nước cho mềm xay nhuyễn, lọc lấy nước sữa đậu nành sệt trộn với bột năng và một ít dầu ăn.

Số bột trên chia ra làm 3 phần bằng nhau. Một phần để nguyên, một phần trộn với một ít bột môn tím, một phần cho vào ít phẩm vàng nhạt.

Nặn bột thành ruột ốc len có 3 màu: tím môn, trắng và vàng nhạt. Nước cốt dừa cho thêm đường, muối, đun sôi thả ốc len vào nấu lại 7 phút.

LẨU HẢI SẢN

Trong tiết trời se lạnh, cả nhà cùng quây quần bên nồi lẩu nóng hổi, vừa ăn vừa xuýt xoa trong câu chuyện rôm rả thì còn gì tuyệt hơn nữa.

Nguyên liệu:

- 100 gr bột năng
- 200 gr bột đậu nành
- 100 gr tàu hủ ky
- 50 gr nấm rơm
- Một ít muối, chanh, sa tế, riềng, sả...
- Bông cải, mía lau, củ sắn đủ nấu 1 lít nước dùng
- Rau tần ô, thiên lý, so đũa, bông bí

Thực hiện:

Lấy bông cải, mía lau, củ sắn rửa sạch nấu lấy 1 lít nước dùng cho thêm chanh, ớt sa tế, bột ngọt, đường muối.

Đậu nành ngâm nước cho nở mềm, xay nhuyễn. Lấy một nửa lọc lấy nước sữa đậu nành sớt trộn với 50 gr bột năng và một ít dầu ăn để nặn thành những con mực, điểm thêm hạt tiêu làm mắt mực. Số bột còn lại thêm ít bột môn tím và một ít phẩm vàng nhạt để nặn ra những ruột ốc len.

Phần đậu nành xay nhuyễn còn lại để nguyên không lọc trộn với bột năng, thêm một ít phẩm đỏ (thực phẩm) để nặn ra những con tôm. Tàu hủ ky, nấm rơm xào vàng, đổ nước dùng đem đun sôi.

Khi ăn thả tôm, mực, ốc và rau tần ô, bông bí, thiên lý, so đũa, ăn nóng.

CÁNH GÀ CHIÊN NƯỚC MẮM



Khi gia đình có khách, bạn muốn dành nhiều thời gian trò chuyện đồng thời vẫn chiêu đãi bạn bè món ngon, thì đây là gợi ý cho bạn.

Nguyên liệu:

- Cánh gà: 4 cái;
- Bột năng: 100 g;
- Tỏi băm: 2 muỗng;
- Nước mắm: 2 muỗng;
- Tiêu, đường.

Thực hiện:

Cánh gà làm sạch, để ráo, ướp tỏi + nước mắm + đường + 1/2 muỗng tiêu trong khoảng 15 - 30 phút.

Sau đó cho 3 muỗng bột năng vào trộn đều.

Chờ chảo nóng, cho cánh gà vào chiên.

Chấm với muối tiêu chanh.

CÁ BƠN TẮM RƯỢU BỎ LÒ

Tuy chế biến hơi cầu kỳ một chút nhưng bù lại bạn sẽ có một món ăn hấp dẫn và sang trọng

Nguyên liệu:

- Cá bơn: 1 con 300gr
- Rượu đỏ: 1/4 lít
- Khoai tây: 200 gr
- Rau non
- Hành tím: 100 gr
- Tủy bò: 10 gr
- Nước dùng cá: 0,5 lít
- Tỏi, bơ, mùi tây, đường, muối, hạt tiêu, hạt nêm từ thịt Knorr.

Thực hiện:

Cá bơn lột da, khía dọc xương sống để mổ, làm sạch thấm khô. Đổ rượu đỏ, muối, hạt tiêu, hành tím thái lát vào chảo, xào bơ nhồi vào bụng cá sau đó bỏ lò trong 10 phút. Vừa chín tới vớt ra. Rượu vang đỏ, lọc mịn, cô cạn cùng nước dùng cá, nêm muối tiêu, chút đường và hạt nêm từ thịt Knorr. Cho ít bơ vào quấy đều.

Khoai tây gọt vỏ cắt làm 6 phần hình tròn. Luộc chín, xào bơ, hạt tiêu, muối, mùi (ngò). Rau non luộc qua xào bơ, muối, hạt tiêu, mùi (ngò).

Đặt cá vào giữa, dội nước sôi xung quanh. Bày khoai tây quanh cá. Rau non bày trên phần đầu cá. Tủy bò thái nhỏ, chần qua, trộn với hành tằm băm nhỏ, muối, hạt tiêu và mùi. Bày xen kẽ giữa khoai tây. Hành tằm thái lát xào mềm rắc xung quanh cá.

CÁ NẤU DẪM



Thịt cá vàng màu nghệ, nước dùng không tanh, màu sắc hấp dẫn mà dậy mùi hành, thì là. Đó là cảm quan của bát canh. Đặc biệt, điều hấp dẫn thực khách chính là vị ngọt đậm đà, béo và chua dịu.

Nguyên liệu:

Cá chép (cá trắm): 1 kg

- Mỡ nước: 0,1 kg

- Quả dọc (khế): 0,2 kg

- Nghệ: 0,03 kg

- Cà chua: 0,1 kg

- Nước dùng: 2,5 l

- Nước mắm, muối, mì chính, hành hoa, thì là, rau ghém.

Thực hiện:

Lựa cá to móc bỏ mang, mổ bỏ ruột, rửa sạch để ráo, cắt thành từng khúc khoảng 0,1-0,2 kg ướp với ít muối và nước nghệ vắt.

Quả dọc nướng chín bóc vỏ. Cà chua vắt bỏ hạt, thái miếng cau để sẵn.

Hành hoa, thì là thái nhỏ, phần gốc hành để riêng.

Đặt nước dùng lên bếp đun sôi, nêm vừa muối.

Cho mỡ vào chảo đun nóng già, bỏ cá vào rán qua hơi vàng, vớt ra.

Mỡ còn lại cho gốc hành và quả dọc vào xào thơm, trút sang nồi nước dùng để sôi lại mới bỏ cá vào, cho tiếp tục đun nhỏ lửa sôi lăn tăn. Khi cá chín kỹ cho cà chua, vài ba phút sau cà chua chín, nêm vừa mắm muối, mì chính là được, cho hành hoa, thìa là.

BÒ CUỐN LÁ CẢI



Khi ăn cuốn thịt bò vào lá cải cùng các gia vị khác như khế, chuối, dưa chuột, gừng, cà chua, hành, rồi chấm với nước chấm đã pha. Món này có thể ăn cùng với bún hoặc bánh mì mềm.

Nguyên liệu:

- 1 kg thịt bò thăn
- 2 mớ to rau cải mỡ (lá đều nhau)
- 1 chai tào vị yếu Hương nấm
- 1 tuýp mù tạt Wasabi (Nhật Bản)
- 1 củ gừng tươi
- 2 quả chuối xanh
- 2 quả khế chua
- 2 lạng hành tươi
- 2 củ hành khô
- 2 củ tỏi khô

- Dưa chuột, cà chua, rau thơm, dấm, mắm, muối, mì chính...

Thực hiện:

Thịt bò thái con chỉ rộng 2 cm, dài 1,5 cm, sau đó cho vào bát ướp 1 thìa cà phê nước mắm ngon và một thìa cà phê mì chính để ngấm trong 10 phút. Trần qua nước sôi trước khi ăn 5 phút.

Pha nước chấm là khâu khá quan trọng: rót nửa chai Tàu Vị Yếu Hương Nấm vào bát to, thêm một nửa tuýp mù tạt, tỏi, hành bóc vỏ đập nhỏ cho vào, cho một thìa cà phê đường, một thìa cà phê dấm, sau đó khuấy đều nếm thấy độ mặn ngọt chua cay vừa phải quện vào nhau thế là đạt yêu cầu.

Rau cải rửa sạch và rửa thêm một lần bằng nước muối.

Hành tươi bỏ 1/2 thân trên rồi tước nhỏ. Khế chua, chuối xanh, dưa chuột thái lát mỏng bày ra đĩa cùng với cà chua, gừng thái chỉ.

CANH SƯỜN CHUA



Sườn chín mềm nhưng vẫn nguyên miếng, nước canh nhiều màu sắc và đủ vị chua ngọt nhưng hành, rau thơm vẫn có màu xanh. Đó là yêu cầu thành phẩm của món ăn này.

Nguyên liệu:

- Sườn thăn: 1 kg
- Cà chua: 0,3 kg
- Quả muỗm (sấu): 0,1 kg
- Gia vị, mì chính, hành, rau thơm.

Cách làm:

Sườn rửa sạch để ráo, chặt đốt khoảng 2 cm.

Cà chua thái miếng cau, thơm, hành rửa sạch thái sẵn.

Phi hành, cho cà chua vào đun cho tới khi chín nhuyễn, cho sườn vào đảo qua, đổ một lượng nước vừa đủ, nêm gia vị.

Đun nhỏ lửa mở vung cho tới khi sườn mềm, thả cà chua thái miếng và quả muỗm luộc chín, dầm nát lọc lấy nước.

Đun thêm khoảng 5 phút nêm gia vị, mì chính cho vừa, thả thơm hành vào rồi bắc ra.

CÁ SỐT HẤP TRỨNG



Đây là một món ăn sang trọng có thể thích hợp cho những bữa tiệc, và ngay cả những bữa ăn mang tính sum họp.

Nguyên liệu:

- 300 g con cá hường, làm sạch, đánh vẩy rửa với nước pha rượu và muối
- 100 g cá hồi, cắt hạt lựu
- 100 g thịt ngỗng, cắt hạt lựu
- 4 quả trứng gà
- Mùi tàu, cắt nhỏ
- Muối, tiêu, đường, rượu trắng.

Thực hiện:

Cá hường lóc lấy thịt cá chừa đuôi và đầu. Phần thịt cá cắt hạt lựu.

Trộn hỗn hợp: thịt cá, cá hồi, thịt ngỗng. Nêm muối, tiêu, đường, rượu trắng, mùi. Trứng gà đánh tan, nêm muối, tiêu, đường.

Trộn chung với chút hỗn hợp thịt cá và sang qua đĩa, đem hấp khoảng 1 phút.

Đặt mình cá và phần thịt còn lại lên phần trứng vừa hấp và tiếp tục hấp khoảng 4 phút.

CHẢ CÁ



Đây là một món ăn khá hấp dẫn về hương vị. Điều đặc biệt là món ăn này vừa có tính sang trọng lại vừa bình dân. Thích hợp cho mọi bữa ăn.

Nguyên liệu:

- Cá lăng hoặc cá quả 1,5 kg
- Lạc rang 150 gr
- Hành lá 200 gr
- Hành củ 500 gr
- Bún 600 gr
- Thìa là 6 mớ
- Mắm tôm 3 thìa canh
- Bông 3 thìa canh
- Dầu ăn
- Nghệ 50 gr
- Riềng 100 gr
- Nước mắm, chanh, ớt, bánh đa ăn kèm, hạt nêm từ thịt Knor

Thực hiện:

Rửa sạch thăn cá. Cắt thành từng miếng to và dày.

Gọt vỏ riềng và nghệ, giã nhỏ, sau đó cho nước vào để vắt lấy nước cốt. Lọc mắm tôm và bỗng để lấy nước cốt ướp cá với nước gừng riềng, nước mắm tôm, bỗng, hạt nêm từ thịt Knorr. Nêm vừa nước mắm và hạt tiêu xay nhỏ. Để khoảng 3 tiếng cho ngấm mắm muối.

Rang và giã vỡ lạc (đậu phộng). Thái nhỏ hành lá, phi thơm hành trong dầu ăn cho đến khi chín vàng. Cắt hành củ theo hình quân cờ. Nướng cá trên than hoa cùng với hành củ và thìa là. Sau đó rán vàng cá trong chảo dầu nóng. Phi thêm một chút hành củ và thìa là để rắc lên trên cá ăn nóng cùng bún, bánh đa nướng, lạc rang, hành phi, nước chấm pha dấm tỏi hoặc mắm tôm vắt chanh.

TỔ CHIM



Chỉ hơn 10.000 đồng là bạn có thể có một món ăn cho 10 người. Cách chế biến cung tương đối đơn giản.

Nguyên liệu:

- 2 củ khoai lang bí, chọn khoai đỏ, ngọt, rửa sạch, gọt vỏ, thái sợi.

- 200 g giò sống

- 20 quả trứng cút

- Muối, tiêu, đường

Thực hiện

Cho dầu ngập chảo, đợi dầu thật sôi, cho khoai lang vào, chiên vàng giòn. Vớt ra rổ, để ráo dầu.

Nước sôi, cho trứng cút vào luộc chín, vớt ra, cho vào nước lạnh, bóc bỏ vỏ.

Quết giò sống với một ít muối, tiêu, đường cho thật dẻo.

Bọc giò sống xung quanh trứng cút, để đầu trứng nhú ra ngoài. Cho trứng vào xửng, hấp chín.

Thưởng thức:

Xếp khoai lang chiên giòn xung quanh rổ, đặt trứng cút vào giữa.

Dùng nóng, dọn kèm với tương ớt.

Yêu cầu: Khoai lang chiên giòn không cứng và không thấm quá nhiều dầu.

CƠM CHÁY



Với cách chế biến đơn giản bạn có thể dễ dàng tự làm một đồ nhậu khá hấp dẫn. Món này ăn nóng nên chỉ rán cháy khi chuẩn bị ăn.

Nguyên liệu:

- Gạo nếp: 1 kg
- Thịt lợn xay: 1 hộp
- Thịt bò: 200 g
- Dầu rán, gia vị, hành, tỏi

Thực hiện:

Nếp chọn loại hạt tròn, mẩy đều, thơm. Ngâm gạo 2 tiếng sau đó đãi sạch, để ráo nước. Rồi nấu thành cơm nếp. Khi cơm nếp đã chín, đổ cơm ra khay rồi dùng muôi ướt vừa ấn dàn thật mỏng sao cho chúng giống như một miếng cháy thật. Cho vào tủ lạnh 4-5 tiếng để cơm cứng lại rồi cắt chúng thành những miếng vừa phải.

Hành, tỏi bóc bỏ vỏ, băm nhỏ. Thịt bò rửa sạch thái miếng mỏng, băm thật nhỏ. Cho hai thìa dầu ăn vào chảo, đun nóng cho hành tỏi vào phi thơm rồi cho thịt bò vào xào chín tới. Đổ thịt xay vào xào cùng, nêm gia vị cho vừa để làm nước sốt (có thể cho thêm vào một chút ớt bột).

Đổ nhiều dầu vào chảo, đun cho dầu thật nóng, thả từng miếng cơm vào rán thật vàng. Rồi xếp ra một khay lớn có lót giấy thấm, rồi mới xếp lên đĩa. Khi ăn, rưới nước sốt lên miếng cháy.

TÔM CHIÊN KHOAI



Sự kết hợp giữa tôm và ngô khoai, những món quà quê, đã tạo thành một món ăn khá hấp dẫn và có hương vị rất lạ miệng.

Nguyên liệu:

- 300 g sắn dẻo, bóc vỏ, ngâm nước lã hoặc nước vo gạo 30 phút, vớt ra. Bào sắn nhỏ, cho vào một chiếc khăn mỏng sạch, vắt bỏ nước
- 300 g khoai lang rửa sạch, gọt vỏ, cắt khoanh
- 100 g bột ngô
- 500 g tôm đất, bóc vỏ, chừa đuôi, rút chỉ đen, rửa sạch
- 1 quả trứng gà
- Cải xoong hoặc rau đắng để trang trí, rửa sạch để ráo
- Hành tím bóc vỏ, băm nhỏ
- Muối tiêu, đường

Thực hiện:

Ướp tôm với gia vị, để 10 phút

Hấp khoai lang chín quết cho dẻo

Trộn đều sắn bào, khoai lang, trứng gà, gia vị, chia thành từng viên nhỏ, bọc tôm vào giữa, nắn đều, chừa đuôi tôm ra ngoài

Dầu nóng, lăn tôm qua bột ngô, thả vào chảo, chiên vàng giòn

Thưởng thức:

Xếp rau đống lên đĩa, xếp tôm xung quanh. Dùng nóng với tương ớt

NGÔ XÀO TÔM



Nguyên liệu rất dễ tìm. Món ăn ngon nhưng không quá khó thực hiện, đặc biệt nó rất phù hợp với túi tiền của nhiều người.

Nguyên liệu:

- 2 bắp ngô lớn, chọn ngô non, đều hạt, tách lấy hạt.
- 100 g tôm khô, ngâm nước ấm, xả sạch lại bằng nước lã, để ráo
- 30 g hành lá, rửa sạch, gốc hành giã nhuyễn, lá hành thái nhỏ
- Muối, đường

Thực hiện:

Cho ngô vào xửng, hấp chín (cũng có thể để nguyên bắp, hấp chín rồi tách hạt sau)

Dầu nóng, cho đầu hành đã giã nhuyễn vào chảo, phi thơm. Cho tôm khô, đảo đều cho tôm vàng. Tiếp tục cho ngô vào xào với lửa vừa, cho hành lá vào, trộn đều. Nêm muối và một ít đường.

Thưởng thức:

Dùng nóng. Nếu thích dùng cay, bạn có thể dọn ngô xào kèm với tương ớt. Ngoài ra, trong lúc chế biến bạn cũng có thể cho một ít ớt bột vào món ăn.

Yêu cầu:

Ngô dẻo, tôm vàng giòn.

CANH HẾN NẤU CHUA

Canh chua dịu, ngọt và thơm vị hến, rau răm. Đây là một món ăn khá hấp dẫn trong những ngày hè. Chỉ cần thêm vài quả cà pháo muối xổi, đậm mặn giòn tan, bạn sẽ chẳng thể quên cái hương vị đồng quê.

Nguyên liệu:

- Hến: 1 kg
- Cà chua: 300 g
- Me quả: 100 g
- Rau răm, hành hoa, gia vị, mì chính.

Thực hiện:

Hến rửa sạch, để ráo rồi cho vào nồi luộc cho tới khi mở miệng, đổ ra rá để ráo nước rồi đãi vỏ. Nước hến để lắng rồi gạn lấy phần nước trong bên trên. Cà chua thái miếng mỏng. Luộc quả me rồi vớt ra dầm nát, chắt lấy nước. Các loại hành hoa, rau răm nhặt sạch, thái nhỏ để riêng.

Phi thơm hành mỡ rồi cho con hến vào xào săn, nêm mì chính, gia vị cho vừa ăn rồi đổ ra một bát riêng. Phi thơm hành khô rồi xào tiếp cà chua cho tới khi chín mềm, cho tiếp con hến vào xào thêm chừng 1

phút rồi đổ phần nước hén vào, đun sôi. Thêm gia vị cho vừa ăn rồi bắc ra, cho rau răm, hành hoa vào.

BÒ SỐT GAN



Một bữa điểm tâm nhẹ nhàng, hay một bữa ăn theo phong cách Âu thì đây là một thực đơn khá hấp dẫn.

Nguyên liệu:

- 100 g thịt bò mềm
- 1 bộ gan gà
- 1 trứng gà
- 10 g đậu Hoà Lan hạt
- 1 củ hành tây nhỏ
- 1 thìa canh sốt cà chua
- Đường, dầu ăn, xì dầu, bơ lạc, tiêu, muối

Thực hiện:

Thịt bò cắt miếng khoảng 3 cm vuông, đập nhẹ cho thịt thật mềm, ướp thịt với xì dầu, dầu ăn - gan gà băm nhỏ.

Hành tây băm nhỏ, đậu Hoà Lan luộc chín, xào hành tây, tỏi cho thơm, cho gan gà vào xào cho đến khi chín, cho sốt cà chua, đậu Hoà Lan hạt, đường, nếu nhạt cho thêm muối.

Cho bơ vào chảo gang có hình đầu bò, bơ nóng chảy, cho thịt bò vào trở đều hai mặt, sau đó cho sốt gan lên miếng thịt bò, đập trứng gà cho vào cạnh chảo, trứng chín tái là được, dùng chung với bánh mì.

KIM TIỀN KÊ



Đây là món ăn rất thích hợp cho những bữa tiệc ngoài trời, hay chuyến đi picnic. Hãy cùng khám phá một hương vị đặc biệt của thịt gà.

Nguyên liệu:

- 200 g thịt ức gà
- 100 g mỡ gáy
- 2 cây lạp xường
- 100 g thịt thăn
- Rượu thơm
- Ngũ vị hương, muối, tiêu, đường, xì dầu, dầu hào, hạt nêm

Thực hiện:

Thịt ức gà, thịt thăn cắt miếng vuông, dày khoảng 0,5 cm

Lạp xường chọn loại to, cắt khoanh tròn, dày như miếng thịt. Ướp tất cả với 1 ít tiêu, đường, hạt nêm, rượu thơm, xì dầu, dầu hào khoảng 3 tiếng cho thấm gia vị.

Mỡ gáy cắt miếng như thịt, ướp với đường, để chỗ nắng hay nóng cho đến khi mỡ trong vắt. Xiên thịt vào que nướng lần lượt như sau: thịt gà, mỡ, thịt heo, mỡ, lạp xường. Nướng vàng, xếp ra đĩa. Dùng chung với xì dầu, ớt cắt lát.

THỊT BÒ XÀO CÚ SEN



Khi thực hiện món ăn này lửa phải to, thao tác nhanh tay, đừng để thịt bò trên bếp lâu sẽ không ngon. Đây sẽ là món ăn khá hấp dẫn và lạ miệng cho những bữa ăn cải thiện.

Nguyên liệu:

- Thịt bò phi lê: 300 g (hoặc thăn bò)
- Củ sen: 200 g
- Hành hoa
- Tỏi: 1 củ
- Ớt đỏ: 1 quả
- Ớt xanh: 1 quả
- Ớt quả khô: 1 quả
- Dứa: một miếng nhỏ
- Gia vị, dầu hào, bột đao, dầu ăn, tiêu bột, dấm đen (nếu không có thay bằng dấm trắng cũng được).

Thực hiện:

Thịt bò thái miếng to đập dập như bò bít tết. Tẩm 1 ít gia vị, hạt tiêu, dầu hào, dứa đập giập lấy ít nước (nhớ là nước dứa trước khi rán bò khoảng 10 phút hãy cho, còn sớm quá bò sẽ nát), sau đó miếng bò lại thái nhỏ thành từng miếng như quân cờ.

Củ sen gọt vỏ thái miếng như quả trám nhỏ luộc chín.

Hành hoa thái đoạn, ớt quả khô cắt miếng nhỏ bỏ hạt, tỏi thái lát mỏng, ớt xanh, ớt đỏ thái hạt lựu nhỏ.

Bắc chảo dầu nóng cho bò vào rán chín (nhưng đừng kỹ quá bò sẽ khô xác), vớt ra để ráo dầu.

Đặt chảo sạch lên trên, cho một chút dầu vào rồi cho tỏi, hành, ớt, củ sen, bò vào đảo đều, cho 1 thìa canh dầu hào vào, 1 chút nước nêm gia vị vừa đủ. Cho 1 thìa cà phê dấm sao cho hơi chua là được. Xướng bột đao đảo đều lên là được.

BÒ NGŨ VỊ



Đây là một món ăn ngậy, thích hợp cho những chuyến đi picnic hay những bữa nhậu lai rai. Cách chế biến khá đơn giản mà cũng không phải chi quá nhiều tiền.

Nguyên liệu:

- 500 g thịt bò bắp.
- Nước mắm, xì dầu, đường, hạt nêm.
- Đại hồi, tiểu hồi, đinh hương, thảo quả, quế chi.

Thực hiện:

Chọn thịt bò bắp, rửa sạch, lóc bỏ những phần nhỏ bám quanh thịt bò.

Đại hồi, tiểu hồi, đinh hương, thảo quả, quế chi, rang thơm cho vào miếng vải gói lại.

Cho nước mắm, xì dầu, đường, hạt nêm và 2 chén nước vào nồi cho gói ngũ vị vào đun khoảng 10 phút.

Cho thịt bò vào đun sôi, hớt bọt, giảm nhỏ lửa nấu cho đến khi thịt bò mềm, vớt ra để nguội.

Khi dùng cắt miếng mỏng.

Thưởng thức:

Ăn kèm với dưa chuột hay đồ chua

CHẢ GIÒ MI NI



Những chiếc nem này sẽ đem lại sự sinh động cho bàn tiệc. Hãy để thực khách thưởng thức sự hấp dẫn của món ăn và tài khéo léo của bạn.

Nguyên liệu:

- 8 bánh tráng lớn để cuốn chả giò
- 1/3 tách ớt tây xanh băm nhuyễn
- 2 thìa nhỏ nước tương đậm nành
- Dầu chiên ngập chả giò
- 6 con tôm bạc cỡ trung, lột vỏ bóc chỉ rồi băm nhuyễn
- 2 cây hành lá băm nhuyễn
- 1/4 tách giá sống
- 1 thìa nhỏ bột gừng
- 1 nước chấm chua mặn

Thực hiện:

Trộn hành, ớt tây, giá, gừng, tôm và nước tương vào chén cỡ Cát chéo góc bánh tráng ra làm hai. Lấy miếng vải ướt lau lên đó Xúc hai thìa nhỏ hỗn hợp trên đổ lên góc bánh tráng. Gấp mép lại rồi cuốn. Thoa nước vào cuối mép bánh rồi miết cho dính

Vặn lò lên 187 độ C, đun sôi dầu trong chảo. Từ từ cho cuốn vào dầu

sôi. Chiên cho tới khi chả giò và vàng. Sau đó gấp lên giấy thấm cho ráo dầu, chiên hết rồi dọn ra, ăn với nước mắm chua ngọt.

CÁ BAO XOÀI TẨM BỘT RÁN



Đây là món ăn theo phong cách của người Trung Quốc, một sự kết hợp tài tình giữa hoa quả và thực phẩm. Ngon, ngọt, thơm đó chính là sự hấp dẫn của món ăn.

Nguyên liệu:

- Xoài: 1 quả
- Cá quả phi lê, lọc bỏ da, xương: 300 g
- Bột chiên tôm: 1 gói
- Tỏi: 1 củ
- Nước mắm, dấm, mì chính, đường

Thực hiện:

Cá quả thái miếng dày khoảng 0,6 cm, dài 6 cm, rộng 3 cm (sau đó xẻ làm đôi nhưng không rời ra)

Xoài gọt vỏ, thái miếng mỏng 0,3 cm, dài 5 cm, rộng 2 cm

Bột chiên tôm, cho nước vào từ từ đánh đều lên. Lấy đũa nhúng vào mà thấy bột dính đều lên đũa, không chảy xuống là được

1 miếng tách cá ra đặt một miếng xoài vào giữa, nhúng vào bột.

Bắc chảo dầu nóng (nhỏ 1 giọt bột vào thử, thấy bột nổi lên nở ra là được). Thả miếng cá bao xoài đã tẩm bột vào rán vàng lên. Chú ý lửa đừng to quá làm miếng cá tẩm bột cháy mà bên trong không chín còn lửa nhỏ miếng cá bột lại không nở.

Pha nước chấm mắm, dấm, tỏi, đường (tùy khẩu vị).

Món này ăn kèm rau sống.

MỰC HẤP GỪNG



Với khoảng 20.000 đồng là bạn có thể chế biến được một món hải sản cho bữa ăn cuối tuần này. Bỏ một chút thời gian để tía hoa, trình bày đĩa mực sẽ trở nên hấp dẫn vô cùng.

Nguyên liệu:

- 500 g mực lá, rửa sạch với nước pha rượu trắng, khứa vẩy rồng, thái miếng vừa ăn
- 1 nhánh gừng nhỏ, gọt vỏ, thái miếng mỏng, tía hoa
- Mắm tôm
- Muối, tiêu, đường

Thực hiện;

Xếp mực và gừng vào một bát lớn

Chuẩn bị xửng, nhắc lên bếp đun. Chờ khoảng vài phút, mực chín, lấy ra khỏi xửng. Trong thời gian chờ mực chín, pha mực tôm chua ngọt.

Thưởng thức:

Múc mực ra đĩa, trang trí vài nhánh rau mùi. Nếu thích ăn cay, cho thêm ớt thái sợi.

Dọn kèm với mắm tôm chua ngọt. Có thể thay thế bằng mắm nêm hay muối tiêu chanh.

Mực hấp gừng ăn ấm bụng. Món này thích hợp cho những ngày trời trở lạnh.

MỰC CHIÊN GIÒN



Đây sẽ là món nhậu khá hấp dẫn phù hợp cho những bữa tiệc tiếp khách hay một bữa ăn cải thiện của gia đình. Khéo léo một chút khi trình bày sẽ tăng thêm phần ngon miệng cho thực khách.

Nguyên liệu:

- 500 g mực ống, chọn con vừa, làm sạch. Tẩy mùi tanh của mực bằng nước có pha rượu trắng, để ráo, thái khoanh

- 200 g bột năng
- Dầu ăn
- Tương ớt
- Muối, tiêu, đường

Thực hiện:

Ướp mực với ít muối, tiêu. Để vài phút cho mực ngấm gia vị

Xóc mực cùng với bột năng. Cũng có thể thay bột năng bằng bột chiên giòn

Cho dầu ngập $\frac{1}{2}$ chảo. Chế biến món này cần phải có nhiều dầu. Dầu càng ngập, miếng mực chiên xong sẽ có độ xốp và giòn.

Dầu sôi, cho mực vào chiên. Mực vàng, vớt ra để ráo dầu. Có thể dùng loại giấy thấm dầu thức ăn để làm ráo dầu.

Thưởng thức:

Dọn chung với tương ớt hay tương xí muội
Có thể dùng kèm với dưa leo.

KHOAI TÂY CHIÊN GIÒN



Giá thành của món ăn này chỉ khoảng vài nghìn đồng. Sau khi chiên, để nguội cho vào hộp kín hoặc từng bịch nilon dán kín lại là có thể dùng lâu ngày hoặc đem theo những chuyến picnic.

Nguyên liệu:

- 1 kg khoai tây to, già, màu vàng
- 1,5 trái chanh + 3 thìa súp muối hạt
- 3 thìa cà phê tiêu xay nhỏ
- 3 thìa cà phê muối tinh
- Dầu chiên

Thực hiện:

Khoai tây gọt vỏ, bào mỏng. Nước lạnh pha muối, vắt chanh vào, bỏ khoai tây vào ngâm ngập mặt 15 phút, rửa sạch, dùng vải mùng sạch thấm cho ráo khoai.

Tiêu + muối tinh trộn đều

Cho nhiều dầu vào chảo đun nóng, cho khoai vào (chia làm 4 lượt), không đảo. Khi khoai bắt đầu có màu vàng dùng sạn xóc đều. Khoai vàng, giòn lấy ra, rắc tiêu, muối vào xóc đều.

MỰC TRỘN BÔNG CẢI



Món mực này có thể dùng thay thế món xào trong bữa cơm hàng ngày.

Nguyên liệu:

- 300 g mực lá, rửa sơ qua bằng nước có pha rượu trắng, khứa vẩy rồng, thái miếng vừa ăn

- 300 g bông cải xanh, thái miếng
- Gừng gọt vỏ, thái sợi
- Hành tây thái mỏng theo chiều dọc
- Dấm
- Dầu ăn
- Muối, tiêu, đường

Thực hiện:

Trụng mực và bông cải với nước sôi. Muốn bông cải giữ được màu xanh đẹp, bạn chỉ nên trụng vừa chín tới

Pha hỗn hợp dấm, muối, tiêu, đường, dầu ăn (theo tỷ lệ 1 thìa dấm, 2 thìa đường, 1 chút muối, 2 thìa dầu ăn)

Trộn hỗn hợp dấm với mực, bông cải, hành tây, gừng

Thưởng thức:

Dùng với nước tương ớt.

CÁ MÚ CHUNG KỲ LÂN



Hơi cầu kỳ một chút nhưng đổi lại bạn có được một món ăn sang trọng và ngon miệng. Với món ăn này anh ấy sẽ rất ngạc nhiên và thú vị về tài nấu bếp của bạn đấy.

Nguyên liệu:

- 1 con cá mú nặng 1 kg
- 8 cái nấm đông cô
- 8 miếng dăm bông nhỏ
- 8 miếng gừng
- 2 thìa dầu hào, nước tương, dầu mè, nước dùng (nước luộc gà), muối, tiêu

Thực hiện:

Cá làm sạch, bỏ dọc đôi theo cá, lóc bỏ xương ống, rắc muối tiêu, dầu mè, nhét thịt dăm bông, nấm đông cô, gừng vào bên trong con cá, bên ngoài cắt xéo.

Đặt cá lên đĩa, hấp cách thuỷ khoảng 20 phút. Hấp xong lấy nước cá và nước dùng, muối, tiêu, đường, dầu hào, mè, xì dầu đun nước tương, đun sôi và cho một ít bột năng vào làm nước sốt.

Cá chín, rưới nước sốt lên cá. Món này ăn nóng.

TÔM TẨM BỘT



Chỉ cần bỏ ít thời gian và khéo léo một chút là bạn có thể chế biến được một món hải sản khá hấp dẫn.

Nguyên liệu:

- 300 g tôm sú
- Bột mì
- Trứng gà
- Bột thính
- Bánh mì
- Dầu ăn
- Muối, tiêu, sốt chua ngọt (tương cà chua + ớt bột + bột năng)

Thực hiện:

Tôm sú bóc nõn chừa lại đuôi, bỏ đầu, rạch phần bụng đến sát mép lưng, ướp muối tiêu khoảng 15 phút.

Trứng gà đánh tan cho thêm một ít nước lạnh.

Sau 15 phút, tôm nhúng qua bột mì, sau đó nhúng qua nước trứng gà và cuối cùng nhúng qua bột thính bánh mì. Lấy tay ép cho bột dính vào tôm chừa lại phần đuôi.

Bỏ tôm vào chảo dầu nóng, chiên lửa nhỏ.

Món này ăn chung với nước sốt chua ngọt.

MỰC XÀO SA TẾ



Đây sẽ là một món ăn thích hợp cho các bữa nhậu. Món xào này thơm mùi của sa tế, ngọt giòn của mực và chút cay cay của ớt, xả.

Nguyên liệu:

- 300 g mực lá (hay mực ống), làm sạch khứa vẩy rồng (hoặc thái khoanh nếu là mực ống)
- 1 củ hành tây nhỏ, thái múi cam lớn
- 20 g tôm khô, ngâm nở mềm, giã nát
- Sả băm
- Tỏi, ớt băm nhuyễn
- Dầu ăn
- Nước mắm, muối, đường

Thực hiện:

Đổ dầu vào chảo, cho tỏi, ớt vào xào cho thơm. Tiếp tục cho sả vào xào. Sau đó, cho tiếp tôm khô, nêm mắm, muối đường vừa ăn. Tiếp tục cho ớt băm vào, xào cho cạn nước.

Muốn có màu đỏ đẹp, cho thêm một ít màu điều và ớt bột .

Để lửa lớn, cho mực vào xào. Khi mực săn lại là đã chín.

Cho hành tây vào, đảo đều. Hành vừa chín, tắt bếp.

Thưởng thức:

Cho ra đĩa, trang trí thêm vài nhánh rau mùi.

Dùng nóng với cơm.

TÔM HÙM LUỘC



Món hải sản này ăn cùng với muối tiêu, sốt mayonaise và rau xà lách các loại. Tuy hơi sang trọng một chút nhưng có thể cải thiện cho bữa ăn cuối tuần.

Nguyên liệu:

- 1 con tôm hùm 0,5 kg
- Sốt mayonaise
- Xà lách, ớt xanh, cà chua, dầu, dấm, muối, tiêu

Thực hiện:

Tôm để nguyên con, rửa sạch, cố gắng không làm gãy râu và càng tôm (vì râu càng bị gãy sẽ ra hết nước ngọt).

Để nước đủ ngập con tôm, vắt nước cốt 2 trái chanh, cần tây, hành tây và một ít muối vào nồi nước.

Đun nước cho sôi, thả tôm vào, luộc 20 phút để thịt và gạch tôm được chín đều.

MỰC NGŨ VỊ



Với món ăn này bạn có thể dùng nguội với cơm nóng hoặc bánh mì đều rất ngon. Khi ăn nhớ kèm với dưa chuột và đồ chua để tăng thêm phần hấp dẫn.

Nguyên liệu:

- 500 g mực lá, chọn con dày mình, làm sạch, ngâm với nước có pha rượu trắng khoảng 15 phút, vớt ra, để ráo

- Ngũ vị: Đinh hương, thảo quả, đại hồi, tiểu hồi, quế chi, rang thơm, gói vào một miếng vải sạch

- Xì dầu, hắc xì dầu

- Rượu thơm

- Tương ớt, nước mắm, đường cát vàng

Thực hiện:

Cho nước mắm, xì dầu, hắc xì dầu, đường và nước vào nồi đun sôi. Cho gói ngũ vị vào đun 5 phút, đến khi ngũ vị ra mùi thơm.

Cho mực vào luộc nhỏ lửa với nước ngũ vị. Để lửa liu riu khoảng 1 giờ là được

Để mực ngấm gia vị, vớt ra để nguội. Khi dùng, thái thành từng lát mỏng vừa ăn

CÁ HỒI XỐT CHUA NGỌT



Tuy món ăn này hơi đắt tiền một chút, nhưng đôi khi bạn cũng cần cải thiện cho bữa ăn gia đình. Hãy cùng vào bếp trở tài với cá hồi nhé.

Nguyên liệu:

- 250 g phi lê cá hồi, rã đông, rửa sạch lau khô, thái miếng vuông vừa dùng

- 1 củ hành tây, bóc vỏ, thái miếng vuông 1,5 cm

- 1 quả cà chua, rửa sạch, thái miếng vuông 1,5 cm
- 1 quả ớt đỏ Đà Lạt, bỏ hạt, thái miếng vuông 1,5 cm
- 50 g cần tây, rửa sạch, thái khúc
- 50 g gừng, gọt vỏ, thái sợi
- 1 quả chanh, vắt lấy nước cốt
- 1 thìa bột năng, hoà tan với 5 thìa nước
- Muối, tiêu, đường

Thực hiện:

Ướp cá với gia vị, để 10 phút.

Dầu nóng, cho cá vào chiên vàng

Nước sốt: Phi tỏi thơm, cho gừng vào xào. Tiếp tục xào hành tây, ớt đỏ, cà chua tái chín. Cho nước cốt chanh, bột năng, gia vị vào. Nước sốt sánh, có vị chua ngọt là được. Cho cần tây vào trộn đều.

Thưởng thức:

Xếp cá ra đĩa, rưới nước sốt lên trên, dùng nóng.

MỰC NƯỚNG TỎI ỚT



Với loại hải sản bình dân này, bạn có thể chế biến được một món ăn khá hấp dẫn giá cả lại vừa túi tiền.

Nguyên liệu:

- 2 con mực lá (chọn mực càng to, dày càng ngon), làm sạch, khứa vẩy rộng, để nguyên con
- Tỏi, ớt băm nhỏ

- Dầu ăn
- Muối, tiêu, đường

Thực hiện:

Ướp mực với muối, tiêu, đường, tỏi, ớt băm. Để khoảng một giờ cho mực ngấm gia vị

Phết dầu ăn lên mình mực, khi nướng mực sẽ vàng đều và không bị khô

Kẹp mực vào vỉ, nướng trên lò than hay bếp gas cho đến khi có mùi thơm là được. Mực rất mau chín. Vì thế, nếu nướng lâu, mực sẽ bị dai và mất ngon.

Trường hợp chưa nướng ngay nên bảo quản mực trong tủ lạnh

Thưởng thức:

Dọn chung với muối ớt chanh hoặc muối tiêu chanh, tùy khẩu vị

Đây là món “nhảm” lý tưởng. Dùng nóng hay nguội đều ngon.

MỰC HOA CÚC



Món ăn này tương đối dễ làm mà tạo sự sinh động cho bàn ăn. Chỉ cần nhìn qua thôi cũng đã muốn thưởng thức rồi. Chúc bạn thành công.

Nguyên liệu:

- 30 g mực ống, làm sạch, thái khoanh dày 3 cm
- Dùng kéo nháp 2/3 rìa khoanh mực để có các cánh hoa đều nhau

- 50 g thịt lợn xay
- Hành tỏi, băm nhuyễn
- Rau mùi rửa sạch
- Dầu hào, dầu ăn, nước mắm
- Muối, tiêu, đường

Thực hiện:

Trộn thịt với hành, tỏi, nước mắm, muối, tiêu, đường. Để ít phút cho thịt ngấm gia vị

Nhồi thịt vào giữa khoanh mực làm nhụy hoa. Mỗi khoanh, điểm vào giữa một lát ớt

Chuẩn bị xúng hấp. Cho mực vào hấp chín

Lấy nước hấp trong đĩa mực, cho vào chảo nhỏ đun sôi. Cho dầu hào, bột năng pha loãng vào, đun cho phần nước sốt này sánh lại

Thưởng thức:

Xếp ực ra đĩa, chan nước sốt, rắc tiêu và vài nhánh rau mùi.

THỊT BA RỌI CUỘN CÁ HỒI NƯỚNG



Đã đến cuối tuần, bạn có thể cải thiện bằng món ăn sang trọng không kém phần thi vị. Khi chế biến xong nên trình bày thật bắt mắt cho món ăn thêm phần hấp dẫn. Để trang trí nhất là xếp cải xoong ra rổ, xếp các xiên thịt lên, và nhớ dùng nóng với tương ớt.

Nguyên liệu:

- 150 g phi lê cá hồi, rã đông, thái miếng (5 cm x 1 cm)

- 150 g thịt jambon, thái lát bằng miếng cá
- 200 g thịt ba rọi hun khói, thái lát mỏng dài
- 1 củ hành tây nhỏ, bóc vỏ, thái múi cam 5 mm
- 1 quả ớt Đà Lạt, bỏ hạt, thái miếng dài
- Que xiên
- Bơ thơm
- Muối, tiêu, đườn

Thực hiện:

Trái miếng thịt ba rọi hun khói ra khay, xếp một miếng hành tây, ớt, cá, thịt jambon lên, cuộn chặt tay sao cho miếng thịt bọc đều bên ngoài. Dùng que xiên các cuộn thịt lại (mỗi xiên khoảng 4-5 cuộn thịt)

Xếp các xiên thịt ra khay, nướng khoảng 10-15 phút, thịt chín vàng đều là được.

Lấy thịt ra, thoa một ít bơ thơm lên mỗi xiên thịt.

TRỨNG CÚT BAO QUẢN



Món ăn dễ thực hiện cho những ngày cuối tuần. Nguyên liệu chính là trứng cút và thịt gà.

Nguyên liệu:

- 12 quả trứng cút
- 300 g thịt nạc gà (có thể thay thế bằng thịt lợn), băm nhuyễn
- 1 thìa gừng tươi, băm nhuyễn (có thể vắt bỏ xác gừng lấy nước)

- 1 thìa mù tạt
- 1 thìa lá thơm, thái nhuyễn
- 1/4 bát bột mì
- Bột chiên giòn
- 1 trứng gà
- Dầu ăn
- Muối, tiêu, đường

Thực hiện:

Luộc trứng: Cho trứng vào nồi với nước muối loãng, đặt lên bếp, khuấy nhẹ, chờ nước sôi, đun thêm 5 phút.

Lăn bột: Trứng cắt sau khi đã bóc vỏ, lăn nhẹ qua bột mì sao cho bột áo đều bên ngoài từng quả trứng.

Bao thịt: Trộn thịt với gừng, lá thơm, mù tạt, gia vị, chia thành 12 viên, bao quanh trứng, nhúng qua trứng gà.

Chiên giòn: Dầu sôi, lăn từng viên trứng qua bột chiên giòn, cho vào chảo, chiên vàng, vớt ra, để ráo dầu.

HOA NGŨ SẮC



Chỉ với khoảng 10.000 đồng bạn đã có một đĩa thức ăn khá bắt mắt và cũng có hương vị hấp dẫn. Còn gì tuyệt hơn trên bàn tiệc có một món ăn đầy màu sắc đến như vậy.

Nguyên liệu:

- 1 củ cà rốt, gọt vỏ, rửa sạch, thái hạt lựu
- 1 bắp ngô Mỹ luộc (có màu vàng), tẽ lấy hạt

- 100 g đậu Hoà Lan
- 3 tai nấm đông cô, ngâm nở, thái hạt lựu
- 1 cây mì căn, rửa sơ qua, thái hạt lựu
- 200 g lá vắn thắn
- Khuôn bánh tarte
- Dầu hào, dầu ăn
- Muối, tiêu, đường

Thực hiện:

Nước sôi, cho đậu Hoà Lan vào luộc chín, vớt ra, để ráo nước

Dầu nóng, cho lần lượt cà rốt, nấm đông cô, mì căn, đậu Hoà Lan, ngô vào xào, đảo đều. Nêm muối, tiêu, đường và dầu hào.

Vỏ bánh: Ấn lá vắn thắn vào khuôn bánh. Cho dầu vào chảo (ước chừng dầu sẽ ngập khuôn bánh), cho khuôn vào chiên, bánh vàng sẽ tự tách ra khỏi khuôn, vớt ra

Cho nhân xào vào vỏ bánh.

Thưởng thức:

Dùng với salad rau.

CÁ HỒI NHỒI KHOAI TÂY



Món ăn này vừa lạ miệng vừa hấp dẫn. Nếu bữa ăn cuối tuần mà có một đĩa cá hồi khoai sẽ là một sự bất ngờ đối với người thân.

Nguyên liệu:

- 150 g phi lê cá hồi

- 6 củ khoai tây lớn, gọt vỏ, rửa sạch, chẻ đôi, khoét ruột để riêng

- 1 miếng phô mai đầu bò, tán nhuyễn

- 20 g đậu Hoà Lan

- 1/2 bát giấm

- Rau mùi

- Tỏi băm nhuyễn

- Dầu ăn

- Muối, tiêu, đường

Thực hiện:

Nước sôi, cho đậu Hòa Lan vào luộc

Cho 1/2 phần ruột khoai tây vào xúng, hấp chín

Hấp chín phi lê cá, tán nhuyễn

Trộn đậu Hòa Lan với ruột khoai tây, phô mai, cá hồi và gia vị

Nhồi nhân vào khoai tây, cho vào xúng hấp vừa chín, để ráo

Chảo nóng, cho khoai vào chiên vàng trước khi dùng

Xốt dầu giấm: Giấm, dầu ăn phi với tỏi, muối, tiêu, đường, rau mùi thái nhuyễn, nấu tán, nêm vừa miệng

Thưởng thức:

Xếp khoai tây ra đĩa, rưới nước xốt lên trên.

GỎI BƯỞI CHAY



Đó là cách thưởng thức mới đối với những múi bưởi mọng nước quen thuộc. Vị chua chua ngọt ngọt của món gỏi này dễ làm người ta trôi cơm trong những ngày nắng nóng.

Nguyên liệu:

- 1 quả bưởi bóc vỏ, tẽ lấy múi.
- 1 lá tàu hũ ky non
- 1 cây mì căn xé nhỏ
- 1 cây chả chay, thái sợi
- 1 cây tỏi tây thái nhỏ
- Kiệu chua tước mỏng
- Chanh vắt lấy nước cốt
- Ớt thái sợi rau mùi rửa sạch, thái nhỏ, húng cây nhặt lá, rửa sạch, thái nhỏ
- Xì dầu, muối, tiêu, đường, dầu ăn

Thực hiện:

Tàu hũ ky chiên vàng, thái sợi.

Ướp mì căn với muối, tiêu, đường.

Dầu nóng, cho mì căn vào xào sơ, đổ ra đĩa.

Dầu nóng, cho tỏi tây vào chảo phi vàng.

Pha hỗn hợp trộn gỏi gồm: muối, tiêu, nước cốt chanh, đường.

Trộn bưởi, tàu hũ ky, mì căn, tỏi tây phi vàng, ớt, rau húng cây, rau mùi, kiệu chua và hỗn hợp vừa pha.

Thương thức:

Cho ra đĩa, hoặc có thể dùng vỏ của 1/2 quả bưởi để đựng.

Dọn kèm nước tương pha ớt.

RAU XÀO THẬP CẨM



Giòn, thơm và ngọt của vị rau tươi chính là sức hấp dẫn của món ăn này. Một đĩa xào với màu sắc bắt mắt sẽ làm cho mâm cơm của gia đình thêm sinh động và ngon miệng.

Nguyên liệu:

- 200 g bông cải, thái miếng vừa ăn, ngâm nước muối 5 phút, vớt ra, để ráo
- 100 g ngô non (có thể mua ngô đóng hộp hoặc ngô tươi)
- 50 g đậu hoà lan, làm sạch
- 1 củ cà rốt nhỏ, tía hoa, thái miếng
- 1 cây cần tây, rửa sạch, thái khúc
- 5 tai nấm đông cô, ngâm nở mềm, bỏ chân nấm
- 1 cây mì căn, xé miếng lớn
- 1 miếng tàu hũ ky tươi, thái miếng
- Dầu hào, dầu ăn, xì dầu, muối, tiêu đường

Thực hiện:

Ướp mì căn và tàu hũ ky với muối tiêu, đường, xì dầu, dầu hào, để ngấm gia vị vài phút.

Trụng sơ bông cải, cà rốt, đậu Hoà Lan với nước sôi, vớt ra, để ráo

Xào cần tây thơm, cho mì căn, tàu hũ ky vào xào. Tiếp tục cho các loại rau củ vào đảo đều. Nêm lại gia vị vừa miệng, dọn ra đĩa.

Thưởng thức:

Dùng nóng với nước tương ớt.

CÁ HỒI XÀO CẢI THÌA



Sau khi chế biến, cải vẫn giữ được màu xanh, gia vị vừa miệng. Cá hồi thơm, không bị nát. Như vậy là bạn đã làm món ăn thành công.

Nguyên liệu:

- 1 hộp cá hồi ngâm dầu
- 250 g cải thìa (chọn cải cây nhỏ), rửa sạch (ngâm nước muối pha loãng), bỏ phần rễ, để nguyên cây.
- Tỏi băm nhỏ
- Dầu ăn, dầu hào, dầu mè, nước tương
- Muối, tiêu, đường

Thực hiện:

Dầu nóng, phi thơm tỏi, cho cải vào xào với lửa lớn (để giữ được màu xanh của cải), nêm gia vị vừa miệng. Cho cải ra đĩa. Chảo nóng, cho cá vào xào thơm (bạn cũng có thể cho cá và xừng hấp nóng)

Xếp cải ra đĩa, cho cá lên trên. Lấy nước dầu trong cá rưới đều lên từng nhánh cải (nước dầu còn nóng sẽ ngấm vào cải)

Thưởng thức:

Dùng kèm với tương ớt

MÌ XÀO GIÒN



Tất cả đều được chế biến từ rau củ quả, nhưng món ăn này vẫn có một hương vị hấp dẫn và khá độc đáo. Khi thưởng thức món này, bạn sẽ cảm nhận được sự tinh tế của món ăn.

Nguyên liệu:

- 1 vắt mì
- 1 cây mì căn, xé nhỏ
- 1 cây chả chay, thái miếng
- 1 miếng đậu hũ, thái miếng
- 1 củ cà rốt nhỏ, tía hoa, thái miếng
- 1 miếng bông cải, rửa sạch, thái miếng
- 10 nhánh, đậu Hoà Lan
- 4 tai nấm đông cô, ngâm nở thái đôi
- 50 g nấm rơm, làm sạch, chẻ đôi
- 1 nhánh poarô, thái khúc
- 2 cây cải ngọt, rửa sạch, thái khúc
- Dầu hào, dầu ăn
- Muối, tiêu, đường, xì dầu, bột bắp

Thực hiện:

Dầu sôi, cho mì vào chiên giòn, vớt ra. Mì nguội, cho vào bao kín để mì không bị mềm.

Xào poarô thơm, cho các loại rau củ vào, nêm muối, đường, xì dầu, dầu hào. Cho mì căn, đậu hũ, chả chay vào, trộn đều. Cho bột bắp pha loãng để tạo độ sánh.

Dọn mì ra đĩa, đổ hỗn hợp lên trên.

Thưởng thức:

Dùng với xì dầu, ớt, giấm đỏ.

SAKÊ CHIÊN GIÒN



Chỉ từ một loại trái cây, nếu khéo léo một chút là bạn có thể chế biến thành một món ăn khá hấp dẫn.

Nguyên liệu:

- 1 quả sakê (chọn quả vừa chín tới), gọt vỏ, chẻ làm tư, ngâm trong nước có pha chanh khoảng 15 phút để sa kê ra hết nhựa và không bị thâm. Vớt ra để ráo nước, thái lát dày 1 cm

- 200 g bột chiên giòn
- 100 g xí muối ngâm nở mềm
- Tỏi băm nhuyễn
- Ớt băm
- Gừng gọt vỏ, băm nhuyễn
- Dầu ăn, muối, tiêu, đường

Thực hiện:

Ướp sakê với muối tiêu

Bột chiên giòn pha đặc

Dầu nóng, nhúng từng miếng sakê vào bột, thả vào dầu nóng chiên vàng. Vớt ra để ráo dầu.

Tương xí muối: Xào tỏi thơm cho xí muối vào đảo đều. Cho thêm một ít nước, đun sôi khoảng 5 phút. Nêm xì dầu, đường, ớt và một ít bột năng pha loãng cho nước chấm sánh lại.

Thưởng thức:

Món sakê chiên giòn dùng với salad và tương xí muối

RAU SỐT CAY



Chỉ là những loại rau xanh thông thường, nhưng nếu khéo léo chế biến một chút là bạn có được một món ăn khá hấp dẫn và độc đáo cho bữa ăn.

Nguyên liệu:

- Nước mắm: 1 thìa canh
- Tỏi băm nhỏ: 1 thìa canh
- Đường: 100g
- Tôm khô: 500g
- Nước chanh: 3 thìa cà phê
- Lòng đỏ trứng mặn: 1 quả
- Ớt: 5 quả; thịt nạc: 500g
- Mắm tôm: 2 thìa canh

- Dưa chuột thái lát: 2 quả
- Rau diếp: 200g
- Đậu đũa: 200g
- Rau các loại tùy mùa

Cách làm:

Giã tỏi, ớt trộn với mắm tôm. Giã nhỏ tôm khô, nêm nước mắm, đường, nước chanh rồi trộn nhuyễn. Trộn thêm thịt nạc, vẩy thêm vào một ít nước rồi cho vào chảo đun nhỏ lửa, khi chín bắc ra để nguội. Chần các loại rau chín tái rồi thái con cò, trộn lẫn với nước sốt, bày vào 1 đĩa bầu dục hoặc khay thuyền rồi trang trí thêm dưa chuột, ớt thái lát, rau diếp và các loại rau khác. Ăn nóng với cơm hoặc bún, bánh mì.

CHẢ NƯỚNG CHAY



Món chả nướng chay có thể dùng với bún, cơm hay bánh mì đều được. Khi ăn dọn kèm salad hay dưa leo và đồ chua.

Nguyên liệu:

- Một gói chả chay khô (loại này làm bằng tàu hũ ky), thái lát, ngâm khoảng 30 phút cho nở mềm, vớt ra vắt ráo nước
- Sả băm nhuyễn
- Ớt băm
- Tỏi tây lấy củ, băm nhuyễn
- Vừng trắng
- Dầu hào, dầu ăn

- Xì dầu, muối, tiêu, đường

Thực hiện:

Trộn đều hỗn hợp gồm: sả băm, tỏi tây, ớt, gừng trắng, xì dầu, muối, tiêu, đường, dầu hào, dầu ăn

Ướp chả với hỗn hợp trên, để khoảng 3 giờ cho ngấm gia vị. Thỉnh thoảng, dùng tay trộn đều. Khi trộn nhỏ bóp nhẹ cho miếng chả ngấm gia vị.

Xếp chả vào vỉ, nướng vàng đều hai mặt

CÀ TÍM CHIÊN



Món ăn sau khi được chế biến có thể làm món nhậu cũng có thể là một món ăn hấp dẫn cho các bữa cơm gia đình.

Nguyên liệu:

- 2 quả cà tím (chọn quả có màu tím ngả nâu. Sau khi chế biến, cà sẽ dẻo và ngọt hơn loại có màu tím biếc), rửa sạch, chẻ đôi theo chiều dọc, úp mặt miếng cà xuống, dùng dao khứa vẩy rồng

- 50 g kiệu chua, tước mỏng một phần, một phần băm nhuyễn với ớt để làm nước chấm

- 1 cây poarô (tỏi tây), chỉ lấy dọc, thái mỏng

- Ớt, băm

- Chanh, vắt lấy nước cốt

- Dầu ăn

- Xì dầu, đường

Thực hiện:

Dầu nóng, thả cà vào chiên vàng, vớt ra để ráo dầu.

Cho cà ra đĩa

Dầu nóng, cho poarô vào phi thơm, vàng, rưới lên trên cà.

Nước chấm: Pha xì dầu với chanh, ớt, đường. Nước chấm có vị chua bằm nhuyễn vào nước chấm.

Thưởng thức:

Đổ nước chấm lên cà, dùng nóng

BÚN XÀO CHAY



Dù không phải là người theo đạo Phật, bạn vẫn có thể thử những món chay. Tất cả thành phần của món ăn đều được chế biến từ các loại rau, củ, quả.

Nguyên liệu:

- 200 g bún khô (sợi nhỏ), ngâm nở, vớt ra để ráo
- 100 g cà rốt bào sợi, rửa sạch
- 1 cọng cần tây, rửa sạch, thái sợi
- 1 lá tàu hũ ky non, thái sợi
- Poarô rửa sạch, thái nhỏ
- Dầu hào, sa tế dầu ăn
- Muối, đường

Thực hiện:

Trụng bún với nước sôi, vớt ra, trộn bún với dầu ăn

Ướp tàu hũ ky với một ít muối, tiêu, đường, dầu hào, xì dầu. Để khoảng vài phút cho tàu hũ ngấm gia vị

Xào poarô thơm. Cho tàu hũ ky vào xào. Tiếp tục cho cà rốt, cần tây vào, xào thêm khoảng 2 phút.

Làm nóng sa tế với một ít dầu (không xào vì sa tế dễ bị cháy), nêm dầu hào, xì dầu. Cho bún vào, đảo đều cho bún ngấm gia vị. Cho cà rốt, cần tây, tàu hũ ky vào, trộn đều.

Thưởng thức:

Dọn kèm xì dầu, ớt, giấm đỏ.

CHUỐI BỌC TÀU HỮ KY



Không chỉ là món tráng miệng, loại trái cây này còn có thể chế biến thành một món ăn mặn khá hấp dẫn

Nguyên liệu:

- 5 quả chuối xiêm thật chín
- 200 g tôm bạc thẻ lớn, làm sạch, bóc vỏ, lấy chỉ đen, chừa đuôi
- 2 miếng tàu hũ ky
- 50 g bột chiên giòn
- Tỏi băm
- Dầu mè đen
- Muối, tiêu, đường

Thực hiện:

Bóc vỏ, ngâm chuối với nước muối loãng 10 phút, xả lại với nước, thái khúc bằng chiều dài con tôm. Ướp chuối với dầu mè, muối.

Ướp tôm với một ít tỏi băm, muối, tiêu, đường, để ngâm gia vị khoảng 10 phút.

Pha bột với nước lạnh, khuấy bột sền sệt là được.

Tàu hũ ky nhúng nước cho dịu, ắt miếng 8x12 cm. Cho chuối, tôm vào quấn lại như cuốn nem.

Dầu nóng, nhúng từng cuốn qua bột, thả vào chảo dầu, chiên vàng. Vớt ra, cho vào giấy thấm dầu.

Dùng nóng với tương ớt.

LƯƠN CHIÊN GIÒN



Chỉ khoảng 2 chục nghìn là bạn có được một món ăn khá hấp dẫn. Đặc biệt trong những ngày cuối tuần, bạn bè và người thân đến ăn bữa cơm thân mật, bạn có thể làm họ bất ngờ với món ăn này.

Nguyên liệu:

- 300 g lươn, làm sạch, để nguyên con, cuộn lại, dùng tăm tre ghim giữ để lươn không bị bung ra
- 1 vắt me
- Gừng gọt vỏ, băm nhuyễn
- Ớt băm nhỏ
- Tỏi băm nhuyễn
- Nước mắm, muối, đường, dầu ăn

Thực hiện:

Nước sốt me: Ngâm me mềm, bỏ hạt, xay nát. Trộn me với tỏi, ớt, gừng đã băm nhuyễn

Xào tỏi thơm, cho me vào nấu sôi, nêm nước mắm, muối, đường. Ném có vị chua, ngọt, mặn vừa, cho gừng và ớt vào (không cho gừng quá sơm, sẽ làm mất mùi thơm)

Cho nhiều dầu vào chảo, đợi dầu sôi, thả lươn vào chiên

Khi dầu sôi trở lại, giảm nhỏ lửa, tưới dầu đều trên mình lươn. Lươn vàng là chín.

Thưởng thức:

Dùng nóng với nước sốt me hoặc tương ớt.

LƯƠN XÀO SẢ ỚT



Sau khi chế biến xong, miếng thịt lươn phải giữ được độ dai, cay và thơm mùi sả, cà ri.

Nguyên liệu:

- 300 g lươn làm sạch, để ráo nước, thái

khúc khoảng 3 cm

- Sả băm nhuyễn
- Ớt, tỏi băm nhỏ
- Bột cà ri
- Nước mắm, muối, đường, dầu ăn

Thực hiện:

Ướp lươn với sả, ớt, tỏi, bột cà ri, nước mắm, muối, đường, để 15 phút cho lươn ngấm gia vị

Dầu nóng, cho tỏi, sả, ớt vào xào thơm, cho lươn vào xào săn lại. Cho thêm một ít nước, đậy nắp lại khoảng 10 phút cho thịt lươn mềm. Mở nắp, để lửa lớn, đảo đều cho miếng lươn săn lại.

Thưởng thức:

Cho lươn ra đĩa, trang trí với dưa chuột tỉa hoa

Món lươn xào sả ớt dùng nóng với cơm rất hấp dẫn.

BỒ CÂU QUAY DA GIÒN



Với một số phụ liệu tẩm ướp đặc biệt bạn sẽ có những món ăn thơm ngon và hấp dẫn. Đặc biệt với chim quay bạn có thể chế biến phục vụ cho những bữa tiệc lớn nhỏ hay chỉ đơn giản là cải thiện bữa ăn cho gia đình.

Nguyên liệu:

- 2 con bồ câu, làm sạch, để ráo
- 1 gói ngũ vị hương
- Mật ong, muối, đường, xì dầu

Thực hiện

Pha hỗn hợp gồm: muối, đường, mật ong, xì dầu

Thoa đều gia vị bên ngoài và trong bụng bồ câu, để khoảng 2 giờ cho ngấm gia vị

Có hai cách thực hiện:

Cách 1: Cho bồ câu đã ướp vào lò, quay cho đến khi da bồ câu giòn và vàng đều

Cách 2: Hấp chín bồ câu, vớt ra để nguội. Dầu sôi, xối lên mình bồ câu cho đến khi da vàng đều

Thưởng thức:

Khi dùng, chặt bồ câu làm tư, xếp ra đĩa, trang trí rau mùi tây và vài quả cà chua nhỏ

Dùng nóng với cơm nóng hoặc bánh mì

Dọn kèm với dưa chuột, đồ chua và tương ớt.

CHẢ LƯƠN



Món chả này có thể dùng kèm với tương ớt hoặc nước mắm ớt mặn đều ngon.

Nguyên liệu:

- 300 g lươn, làm sạch, lóc bỏ xương và da.

Thịt lươn băm nhuyễn

- 100 g giò sống
- Củ hành băm nhỏ
- Tỏi băm nhuyễn
- Nước mắm, muối, tiêu, đường, dầu ăn

Thực hiện:

Trộn lươn cùng với hành, tỏi băm nhuyễn và giò sống. Nêm thêm một ít nước mắm, muối, tiêu, đường vừa miệng.

Nhồi hỗn hợp thật kỹ, sau đó giã, đập hoặc quết hỗn hợp nhiều lần cho dai.

Vò hỗn hợp thành từng viên bằng quả chanh, ấn viên chả hơi dẹp

Dầu nóng, thả các viên chả vào chiên vàng. Vớt ra, cho vào giấy thấm dầu.

Dùng nóng

VẪN THẤN CHIÊN GIÒN



Đây là một loại bánh rán nhân thịt, món ăn truyền thống của trung Hoa

Nguyên liệu:

- Lá vằn thắn

- 200 g thịt lợn xay
- 100 tôm tươi, bóc vỏ, giã nhuyễn
- 50 g măng tươi thái nhỏ
- ½ củ hành tây, băm nhuyễn
- 1 thìa canh rau mùi, thái nhuyễn
- 1 thìa cà phê xì dầu
- Muối, tiêu, đường, dầu ăn

Thực hiện:

Ủ lá vằn thắn bằng vải thưa. Cho tôm, thịt, măng, rau mùi, xì dầu, củ hành, gia vị vào bát lớn, trộn đều.

Trải lá vằn thắn ra, cho 1 thìa nhân vào giữa, túm đều miệng lá vằn thắn lại.

Dầu nóng, cho vào chiên vàng, vớt ra để ráo dầu.

CHUỐI HẤP MẶT DỪA

Chỉ nhìn qua miếng bánh đã thấy hấp dẫn, với tính lạnh, mát bổ bánh thích hợp trong những ngày nắng nóng. Chúc bạn thành công.

Nguyên liệu:

- 800 g chuối sứ chín đã bóc vỏ
- 500 g dừa khô nạo, vắt lấy nước cốt và 1,7 lít nước dảo dừa
- 150 g bột gạo
- 200 g đường cát
- Màu thực phẩm hoặc màu từ củ dền đỏ
- Dầu ăn, muối, vani

Thực hiện:

Bóc vỏ chuối, ngâm với nước muối loãng khoảng 30 phút, xả nước, để ráo, thái khoanh tròn dày 5 mm

Ướp chuối với 150 g đường, 1 lít nước dảo dừa, 1 thìa muối. Cho vào nồi, đun lửa liu riu cho cạn nước, chuối chuyển sang màu đỏ.

Pha bột gạo với phần nước dảo dừa còn lại, 50 g đường, màu và vani

Thoa dầu vào khuôn, xếp lần lượt một lớp bột, hấp vừa chín. Rưới hỗn hợp 50 g đường, 50 g bột gạo, nước cốt dừa, ¼ thìa muối lên mặt bánh, hấp chín.

Thưởng thức

Cho bánh vào tủ lạnh. Khi dùng, lấy ra khỏi khuôn, thái miếng.

XÔI NƯỚNG CUỘN

Mùi vị cuộn xôi nướng trên than hồng, thoảng hương chuối chín khá hấp dẫn. Hơi lách kích nhưng việc thực hiện món ăn này sẽ đem đến cho gia đình bạn không khí ấm cúng, tươi vui. Thậm chí nó có thể thích hợp với một buổi đi chơi xa.

Nguyên liệu:

- 200 g nếp thơm dẻo.
- 6 quả chuối chín.
- Lá chuối.
- Muối, đường.

Chế biến:

Gạo nếp vo sạch, trộn với 1/4 thìa muối, đồ (hấp) chín. Lá chuối rửa sạch, lau khô, xé miếng vừa gói.

Chuối bóc vỏ, cắt đôi theo chiều dọc quả, ướp với đường cho vừa miệng. Để ngấm khoảng 30 phút.

Xôi chín, đánh tơi. Bọc chuối ở giữa xôi nếp cho đều, dùng lá chuối gói lại thành từng bánh.

Nướng bánh chuối nếp trên lửa than hồng hoặc lò ở nhiệt độ 180 độ C. Trở đều tay để lớp xôi bên ngoài vàng và giòn.

Thương thức:

Dùng nóng hay nguội đều ngon. Món này được coi là đạt yêu cầu nếu lớp nếp dẻo, thơm mùi nếp nướng, chuối không bị nát.

CÁ NỤC HẤP



Với loại cá này, bạn có thể kho ngọt, kho khô (kho keo), rán thậm chí nấu canh. Nếu hấp hay chưng cách thủy, ăn với cơm nóng thì thơm ngon hơn cá hộp. Cá hấp cuốn bánh đa lại là một khúc biến tấu từ món ăn này.

Nguyên liệu:

- 1,5 kg cá nục xuôn, mình tròn, chỉ to bằng ngón tay cái.
- Nửa quả dứa (thơm).
- 1 quả cà chua.
- 1 củ hành tây vừa.
- Hành lá, mùi (ngò).

Chế biến:

Cá: bóc màng, bỏ ruột, chặt đuôi rồi rửa sạch, để ráo. Xong xếp cá vào cặp lồng, ướp với nước mắm ngon, mì chính (bột ngọt), tiêu, vài lát ớt (nếu muốn ăn cay).

Dứa, cà chua, hành tây thái lát mỏng, xếp lên trên, cùng với hành lá, rau mùi.

Đậy cái đĩa lên cặp lồng rồi đặt vào xoong hấp cách thủy.

Cá nục rất nhanh chín, đun độ 15-20 phút là ăn được.

Thành phẩm: cá không bị nứt, da vẫn trắng xanh, trong cặp lồng có xâm xấp nước và nước trong.

Khi nhắc xoong cá xuống, bạn nhớ nhanh tay nhắc đĩa đậy xuống và đừng để nước đọng trên đĩa nhỏ xuống cá.

Thương thức:

Nên ăn với cơm, khi cá còn nóng.

Nếu muốn nhậu thì mua bánh tráng mỏng hoặc bánh đa nem. Xoa nước lên bánh, xếp các loại rau thơm và một con cá (bỏ đầu, cá nục xườn có thể ăn cả xương) và cuộn lại, chấm với nước mắm ngon pha đường, ớt.

DƯA CHUỐI CHÁT



Món ăn này tựa như dưa góp, chua chua, ngọt ngọt nhưng lạ miệng hơn vì có vị chát thấm trên đầu lưỡi. Có thể ăn kèm để bữa cơm thêm mát mẻ hoặc làm mồi nhấm rượu.

Nguyên liệu:

- 10 quả chuối chát non.
- 100 ml giấm.
- 10 quả chanh.
- Muối, đường, gừng, tỏi, nước mắm.

Thực hiện:

Vắt chanh lấy nước. Hòa tan 2 thìa muối với 2/3 lượng nước cốt chanh, chia làm 2 phần.

Chuối xanh gọt vỏ, ngâm trong nước lã có pha 1/3 lượng nước chanh còn lại để chuối không bị thâm đen.

Ướt cong quả chuối, ép bỏ nước rồi cho vào 1/2 nước muối pha nước cốt chanh, ngâm 15 phút cho chuối trắng, mềm. Sau đó vớt ra

ép ráo nước. Cho tiếp 1/2 nước chanh pha muối còn lại vào, tiếp tục ngâm.

Nấu tan hỗn hợp 50 g muối, 150 g đường, 100 ml giấm, 350 ml nước để nguội. Tiếp tục vớt chuối, ép ráo nước, thái lát, xếp vào lọ. Cho hỗn hợp giấm đường ngập mặt chuối.

Thương thức:

Xếp chuối ra đĩa. Trộn gừng thái sợi; pha nước mắm ớt tỏi, rưới lên trên.

TÔM KHO ĐÁNH



Món ăn này sẽ không làm bạn mất nhiều thời gian chế biến. Việc thưởng thức cũng khá nhẹ nhàng. Thay đổi cách làm một chút, bạn có thể biến món ăn thành nước chấm rau ngon tuyệt.

Nguyên liệu:

- 300 g tôm tươi.
- 100 g thịt ba chỉ.
- Hành khô, hành lá, tỏi.
- Ớt bột, dầu ăn, nước mắm, muối, tiêu đường.

Chế biến:

Thịt rửa sạch, thái sợi, ướp với nước mắm, muối, tiêu, đường, để khoảng 15 phút cho ngấm. Tôm bóc vỏ, đập giập.

Phi thơm hành khô băm nhỏ với tỏi, xào thịt đến khi săn lại thì cho tiếp tôm vào. Nêm nước mắm và một ít đường, xào khoảng 2 phút. Cho nước sôi xâm xấp mặt thịt, đun sôi trở lại khoảng 5 phút.

Cho tiêu, hành lá, ớt bột (nếu thích có vị cay).

Thương thức:

Dùng với bún hoặc cơm.

Món này còn có thể dùng làm nước chấm rau luộc. Khi ấy, bạn nên băm nhỏ tôm và thịt chứ không thái sợi.

CUỐN DIẾP



Trong tiết trời oi bức, những bữa cơm nóng sốt khó mà làm bạn ngon miệng. Hãy thay thế nó bởi những cuốn diếp gọn gàng, mát mẻ mà vẫn đảm bảo đủ chất. Đây là một trong những món quen thuộc của người Huế.

Nguyên liệu:

- 100 g thịt ba chỉ
- 100 g tôm tươi
- 200 g bún
- 500 g cải bẹ xanh hoặc 1 bó rau salad (ra diếp)
- 50 g hành lá
- 50 g gan lợn
- Lạc, tỏi, tương bắc, đường, ớt.

Chế biến:

Thịt rửa sạch, luộc chín, thái lát mỏng.

Tôm làm sạch, hấp chín, bóc vỏ, chẻ đôi.

Hành lá trần nước sôi

Trái lá cải ra khay, cho một ít bún vào giữa, đặt một miếng thịt, một miếng tôm, cuộn lại. Dùng cọng hành trần buộc bên ngoài.

Làm nước chấm: Xào tỏi thơm, cho gan đã băm nhỏ vào xào chín. Nêm tương, đường cho vừa miệng. Khi dùng, cho thêm ớt băm và lạc rang giã nhỏ.

Thương thức:

Cuốn diếp chấm với nước tương. Bạn có thể cuốn sẵn hoặc vừa ăn vừa cuốn, tạo không khí vui vẻ trong gia đình.

ỐC NHỒI NẤU CHUỐI



Đã đến cuối tuần, bạn có thể trở tài nấu bếp bằng món ăn dân dã nhưng rất hấp dẫn này xem. Với bát ốc nấu chuối này bạn sẽ đem đến cho những người thân sự bất ngờ đấy.

Nguyên liệu:

- 2 kg ốc bươu, ngâm nước vo gạo 1 giờ, xả sạch. Hấp ốc, lấy thịt, chà muối, giấm, xả sạch để ráo
- 5 quả chuối xanh, gọt vỏ, ngâm nước chanh, thái miếng xéo dày 5 mm
- 200 g thịt ba rọi, rửa sạch thái mỏng
- 5 miếng đậu hũ, thái miếng vuông
- 50 g mỡ
- 1 thìa mắm tôm
- 5 quả cà chua thái múi cam
- 1 củ nghệ tươi, gọt vỏ, giã nhuyễn, vắt lấy nước

- 50 g riềng, gọt vỏ, giã nhuyễn

- Tía tô rửa sạch

- Gia vị, tỏi, ớt khô

Thực hiện:

Ướp thịt với tỏi băm, riềng, mắm tôm, mẻ, muối, đường, để 10 phút. Xào thịt, cho nước vào, tiếp tục đun.

Ướp chuối với nước nghệ, mẻ, mắm tôm, muối, đường, xào sơ.

Ướp ốc với riềng, mẻ, mắm tôm, nước mắm, đường, ớt khô, xào sơ.

Cho chuối, cóc, cà chua vào nồi thịt, nêm lại gia vị, cho tía tô lên trên

Thưởng thức:

Dùng với bún, hoặc cơm.

CHUỐI XỐT CARAMEN



Khi dùng, rưới caramen lên chuối.
Dùng nóng hay lạnh đều ngon.

Nguyên liệu

- 5 quả chuối xiêm thật chín, chọn

quả lớn

- 200 g dừa nạo

- 1 quả trứng gà

- Dầu ăn

- Chanh, vắt lấy nước cốt

- Đường

Thực hiện:

Bóc vỏ chuối, ngâm với nước muối loãng khoảng 10 phút, xả lại với nước, để ráo

Đánh tan trứng gà

Nhúng chuối vào trứng gà, lăn đều quả chuối qua dĩa

Dầu nóng, thả chuối vào chên, lớp dĩa áo bên ngoài vàng đều là được. Vớt chuối ra, cho vào giấy thấm dầu

Caramen: Cho đường, 1 bát nước và nước cốt chanh vào chảo, để nhỏ lửa. Dùng đũa khuấy đều cho đường tan. Khi đường chuyển sang màu vàng, tắt bếp.

THỊT LUỘC GIÀM TƯƠNG



Đây là món ăn dân gian khá phổ biến, có thể để dành ăn dần. Mùa hè với đĩa thịt giăm này bạn sẽ không gặp cảm giác ngán ăn.

Nguyên liệu:

- 1 kg thịt giò heo đã lóc xương hay thịt ba rọi, rửa sạch, để ráo
- 1 lít tương bắc
- 200 g đường trắng

Thực hiện:

Nước sôi, cho thịt vào nồi luộc chín, vớt ra. Ngâm thịt trong thau nước đá cho miếng thịt săn lại, để khoảng 10 phút, vớt ra, dùng khăn sạch thấm khô nước.

Nấu tương cùng với đường cho đến khi đường tan hết, nếm thấy vị ngọt vừa ăn là được. Để khoảng vài phút cho tương nguội.

Cho thịt vào lọ thủy tinh, đổ tương vào. Ngâm thịt với tương khoảng 1 tuần là dùng được. Càng để lâu miếng thịt càng thấm và ngon.

Thưởng thức:

Khi dùng, lấy thịt ra, thái miếng mỏng xếp vào đĩa, rưới ít tương lên trên. Trang trí thêm ít rau mùi

Dùng với cơm nóng, dọn kèm dưa cải chua.

CANH CHUA BÔNG SO ĐŨA CÁ RÔ ĐỒNG



Món này ăn nóng dùng chung với cơm trắng hoặc bún, nước mắm nguyên chất với ớt cắt khoanh.

Nguyên liệu:

- 400 g cá rô
- 200 g bông so đũa
- Me, ớt, hành phi, rau om, ngò gai

Thực hiện:

Cá rô làm sạch bỏ mang, ướp ít muối tiêu. Bông so đũa bỏ nhụy, rửa sạch. Cho ít nước vào me vắt nước cốt. Cá rô chiên vừa chín cho vào nồi nước dùng, nêm me, nước mắm, đường, nấu sôi nhỏ lửa cho nước canh không đục. Nêm gia vị vừa đủ, cho bông so đũa vào nhắc xuống. Cho hành phi, rau om, mùi tàu, ớt cắt khoanh, ít mỡ tỏi.

ẾCH XÀO LÁ CÁCH



Lâu lâu bạn có thể thay đổi khẩu vị bữa ăn cho gia đình, với món ăn này bạn sẽ đem lại sự ngon miệng cho những người thân.

Nguyên liệu:

- 500 gr ếch sống

- Lá cách (có thể thay bằng lá lốt)

- Dừa nạo, bột nghệ, gừng, ớt, lạc.

Thực hiện:

Ếch làm sạch, chỉ lấy đùi và thân, chặt miếng to ướp muối, tiêu, bột ngọt để khoảng 10 phút. Dừa già nạo vắt lấy một chén nước cốt, ớt băm nhuyễn. Lửa lá cách non rửa sạch, cắt sợi vừa.

Chảo dầu nóng, cho ít tỏi và ớt băm vào xào sơ, cho ếch vào xào săn lại, cho bột nghệ trộn đều sau đó đổ nước cốt dừa vào nấu sôi. Thêm gia vị cho vừa ăn (muối, đường, bột ngọt). Xào cho nước cốt dừa sánh lại thịt ếch mới thơm, rồi cho lá cách vào trộn đều và cho ra đĩa rắc ít lạc rang lên mặt. Ăn nóng.

CÁ TAI TƯỢNG CHIÊN XÙ



Đây là món có hình thức cũng như hương vị hấp dẫn, rất thích hợp cho những bữa ăn gặp mặt hay một bàn nhậu. Chúc bạn ngon miệng.

Nguyên liệu:

- 1 kg cá tai tượng
- Khế, chuối, dưa, rau các loại, bánh tráng và bún

Thực hiện

Cá tai tượng sống làm sạch, bỏ mang ruột, ngâm trong nước muối khoảng 15 phút cho cá bớt nhớt, để ráo nước và chiên vàng đều (chảo nhiều dầu để cá mau chín) và xù đẹp. Món này cuốn ăn kèm với rau sống, bánh rắng và bún. Chấm với mắm nêm.

Chế biến mắm nêm:

Băm nhỏ dưa (1/4 quả), ớt, tỏi rồi bỏ vào chén mắm nêm đã chưng cách thủy với chút đường, bột ngọt và ít nước sôi.

GỎI BẦU CÁ LÓC NƯỚNG



Có thể bạn ngạc nhiên khi biết rằng cá cũng làm được một món nộm. Hãy thử chế biến và thưởng thức, bạn sẽ thấy món gỏi này cũng khá hấp dẫn.

Nguyên liệu:

- 500 g cá lóc
- 1 kg bầu
- Hành tím, gừng, cà rốt, rau răm, ớt, hành phi, vừng, chanh

Thực hiện:

Cá lóc làm sạch, ướp ít muối, tiêu trong 15 phút, nướng bằng lửa than, cá chín thì gỡ lấy nạc. Bầu để nguyên vỏ, bỏ phần ruột, cắt sợi, nhúng sơ qua nước sôi, vắt ráo nước. Hành tím cắt khoanh, gừng cắt nhuyễn ngâm dấm. Rau răm, cà rốt, ớt, cắt sợi, vừng rang vàng.

Trộn bầu, hành tím, gừng, cà rốt, rau răm với nước gỏi cho vừa ăn, cho ra đĩa, xếp cá lên trên. Rưới thêm một ít nước gỏi, rắc vừng, hành phi và ớt lên trên, trang trí cho đẹp. Món gỏi bầu ăn kèm với bánh phồng tôm và nước mắm chua ngọt.

VỊT NẤU CHAO



Món ăn này khá hấp dẫn rất thích hợp cho một bữa tiệc. Vào mùa này vịt bắt đầu ngon bạn có thể dễ dàng chuẩn bị cho món ăn.

Nguyên liệu

- 1 con vịt tơ (1,7 kg), rửa sạch với gừng pha rượu, xả sạch, chặt miếng
- 4 viên chao trắng
- 3 viên chao đỏ
- 500 g khoai cao, gọt vỏ, cắt miếng vừa ăn, chiên vàng
- 1 bó rau muống nhặt bỏ lá, lấy cọng non
- Hành tỏi, băm nhỏ
- Dầu hào, dầu mè
- Nước dứa tươi
- Muối, tiêu, đường

Thực hiện

Ướp thịt vịt với muối, tiêu, đường, hành tỏi băm, dầu hào, dầu mè và chao tán nhuyễn, để ngấm gia vị khoảng 30 phút

Phi tỏi thơm, cho vớt vào xào sẵn lại. Cho nước dừa, hầm thịt mềm

Tiếp tục cho khoai cao vào, nêm lại gia vị vừa miệng. Đun cho đến khi nước trong nồi sánh lại.

Thưởng thức

Cho thức ăn ra lẩu hoặc nồi đất, đun lửa liu riu (để giữ nóng). Dùng kèm với bún tươi hoặc bánh mì, rau muống và chao.

CÁ SỐT HẤP TRỨNG

Đây là một món ăn khá lạ và hấp dẫn. Bạn hãy trở tài để thết đãi bạn bè hay người thân nhé.

Nguyên liệu:

- 300 gr cá hường, làm sạch, đánh vẩy rửa với nước pha rượu và muối

- 100 gr cá hồi, cắt hạt lựu

- 100 gr thịt nguội, cắt hạt lựu

- 04 quả trứng gà - mùi, cắt nhỏ

- Muối, tiêu, đường, rượu trắng.

Thực hiện:

Cá hường lóc lấy thịt cá chừa đuôi và đầu. Phần thịt cá cắt hạt lựu. Trộn hỗn hợp: thịt cá, cá hồi, thịt nguội. Nêm muối, tiêu, đường, rượu trắng, ngò. Trứng gà đánh tan, nêm muối, tiêu, đường.

Trộn chung với chút hỗn hợp thịt cá và sang qua đĩa, đem hấp khoảng 1 phút. Đặt mình cá và phần thịt còn lại lên phần trứng vừa hấp và tiếp tục hấp khoảng 4 phút.

CÁ CUỐN BÚN



Tưởng rằng món này rất kích thích khi chế biến nhưng thực tế lại rất đơn giản, món ăn này sẽ đem lại khẩu vị khá mới mẻ và hấp dẫn trong những ngày hè này.

Nguyên liệu:

- Cá quả: 700 g

- Bún gạo: 500 g
- Bánh đa nem: 50 chiếc
- Rau sống, thì là, hành hoa
- Gừng, tỏi, dấm, ớt

Thực hiện:

Cá quả cạo sạch đánh vẩy và nhớt rồi dùng dao khía nhiều đường nhỏ dọc theo mình cá. Dùng một chút gia vị ướp đều lên cá. Bún cắt nhỏ.

Gừng tươi gọt vỏ thái khúc rồi đập giập. Hành hoa nhặt rửa sạch cắt riêng phần cọng và lá. Thì là, rau sống, nhặt, rửa sạch, ngâm trong nước muối loãng, khi ăn thì vớt ra vẩy khô.

Đun nước sôi cho thì là và cọng hành vào chần chín vớt ra rồi cho gừng vào đun. Khi nước sôi lại cho cá vào luộc chín. Trải miếng bánh đa nem ra cho vào một chút bún, vài cọng hành, rau sống, cá rồi cuộn tròn lại. Lấy một lá hành buộc hờ bên ngoài. Cuốn cá ăn cùng nước chấm có pha dấm, tỏi, ớt vừa ăn.

Món ăn sẽ ngon hơn nếu ta giữ nóng cá trong suốt bữa. Có thể thay thế cá quả bằng loại cá ít xương khác.

BÚN KHÔ XÀO GIÒN



Khi đã chán ngất với món chắc dạ nhất là cơm thì bạn hãy thử làm một món bún để thay đổi khẩu vị.

Nguyên liệu:

- 100 g bún khô
- 150 g thịt lườn gà hoặc thịt lợn thăn
- 100 g tôm tươi bóc vỏ
- 100 g đậu hũ
- Ớt, tỏi, gừng, lá tỏi, rau mùi, nước mắm, dấm, đường dầu ăn

Thực hiện:

Ngâm bún trong nước nóng già khoảng 2 phút, vớt ra để thật khô nước. (Có thể đặt bún trên giấy thấm để bún nhanh ráo nước.

Đậu hũ thái con chì. Thịt gà (hoặc thịt lợn) băm nhỏ. Tôm cắt đôi. Gừng, tỏi, ớt băm nhỏ. Lá tỏi thái khúc.

Cho dầu vào chảo sâu đun nóng già, cho bún vào chiên giòn. Lưu ý ở nhiệt độ cao bún rất nhanh giòn chỉ mất từ 40 giây đến 1 phút, nếu để quá bún sẽ cháy đen. Đậu chiên vàng. Bún, đậu để ráo dầu, giữ ấm đậu.

Chiên bún, đậu xong đổ dầu ra khỏi chảo chỉ để lại một ít. Cho gừng, tỏi, phi thơm, đổ thịt vào xào, một lúc cho tiếp tôm vào. Hòa hai thìa nước mắm, hai thìa tương ớt, một thìa dấm, đường và một ít ớt băm nhỏ đổ vào chảo tôm thịt, đun sôi. Cho lá tỏi vào chảo đảo nhanh tay. Cuối cùng cho rau mùi thái nhỏ, đậu hũ vào đảo đều. Cho bún ra 4 đĩa sâu lòng, múc hỗn hợp xào lên trên.

LƯỠI VỊT RANG MUỐI



Đây là một món ăn lạ cả về khẩu vị lẫn nguyên liệu. Nếu nhà có tiệc, bạn hãy thử chế biến món này, nó sẽ đem lại sự bất ngờ cho thực khách.

Nguyên liệu:

- 300 g lưỡi vịt, làm sạch, tẩy với rượu trắng cho thơm
- Củ hành băm nhỏ
- Gừng thái sợi
- Ớt bột
- Hôi, đinh hương, thảo quả, quế
- Dầu ăn, muối, tiêu, đường, nước mắm, hắc xì dầu

Thực hiện:

Cho hôi, đinh hương, thảo quả, quế vào chảo rang thơm. Cho vào một túi vải sạch, cột lại

Thả vào nồi nước, nấu khoảng 10 phút, nêm nước mắm, muối, đường, hắc xì dầu.

Cho lưỡi vịt vào luộc khoảng 15 phút vớt ra, để ráo

Xào củ hành thơm, cho lưỡi vịt vào rang khoảng 2 phút. Lưỡi vịt sẵn lại là được, nêm muối vừa ăn (nếu thích dùng hơi cay, có thể cho thêm gừng thái sợi).

Thưởng thức:

Xếp vịt với tương ớt hoặc muối tiêu chanh.

CÚT TIÊM NGŨ QUẢ



Loại canh tiêm này khá bổ dưỡng mà cách chế biến cũng không quá khó. Bạn hãy thử trở tài lần này xem thế nào cũng nhận được lời khen và thán phục đấy.

Nguyên liệu:

- 2 con chim cút, làm sạch để ráo
- 1 gói ngũ vị hương
- 2 tai nấm đông cô, ngâm nở mềm
- 10 g đậu bo bo luộc chín
- 6 quả táo Tàu, ngâm nở
- 100 g củ năng
- 1000 đồng kim châm, ngâm nở, lấy nhụy, thất nút
- Muối, đường, xì dầu

Thực hiện:

Ướp cút với muối, đường, xì dầu, ngũ vị hương, để khoảng 1 giờ cho ngấm gia vị

Dầu nóng, cho cút vào chảo chiên vàng (không cần chín), vớt ra, để ráo dầu

Cho cút vào nồi, đổ ngập nước, nêm muối, xì dầu, đun sôi, vớt bọt. Tiếp tục đun nhỏ lửa khoảng 15 phút, cho nấm đông cô, củ năng, táo tàu vào, nấu đến khi cút mềm, cho kim châm, đậu bo bo vào.

Thưởng thức:

Cho ra bát ăn nóng với bánh mì và muối tiêu.

VỊT QUAY TRỘN MĂNG



Cuối tuần rồi, bạn có thể cải thiện cho bữa cơm gia đình bằng món này. Tuy hơi tốn thời gian một chút nhưng bù lại cả nhà bạn sẽ có được cảm giác ngon miệng.

Nguyên liệu:

- 1 con vịt (1,5 kg), làm sạch, để ráo
- 200 g măng tươi, luộc chín
- 1 cọng cần tây, thái khúc, tía hoa hai đầu
- 1 củ hành tây, thái lát mỏng
- 1 củ cà rốt nhỏ, thái sợi
- Ớt sừng thái sợi
- 1 gói ngũ vị hương
- Mật ong
- Dầu ăn, muối, tiêu, đường

Thực hiện:

Ướp gia vị với muối tiêu, đường, mật ong, ngũ vị hương, để khoảng 3 giờ cho ngấm gia vị

Xối mỡ hay cho vào lò nướng chín vàng (có thể mua vịt quay sẵn nếu không có nhiều thời gian chuẩn bị)

Lóc vịt lấy nạc, thái sợi

Xóc cà rốt, cần tây, hành tây, măng tươi với giấm, đường khoảng 1 giờ cho có vị chua. Trộn chung với vịt quay, giấm đỏ, muối, đường và ớt thái sợi

Thưởng thức:

Cho ra đĩa, trang trí ớt tía hoa, dọn kèm với xì dầu.

TÔM RANG NGŨ VỊ



Đây là món ăn rất bình dân nhưng lại được nhiều người ưa thích, vậy nhưng bạn không cần phải bỏ ra quá nhiều công sức hay chi phí để chế biến.

Nguyên liệu:

- 300 g tôm sú, hay tôm đất, chọn tôm tươi, làm sạch, để ráo (có thể bỏ đầu, đuôi)
- 1 gói ngũ vị hương
- Củ hành băm nhỏ
- Tỏi băm nhỏ
- Hành lá thái khúc
- Ớt bột, dầu ăn, nước mắm, muối, tiêu, đường

Thực hiện:

Ướp tôm với gia vị gồm: ngũ vị hương, hành, tỏi, nước mắm, tiêu, đường, ớt bột. Để ít phút cho tôm ngấm gia vị

Dầu nóng, xào tỏi thơm (không để cháy vàng), cho tôm vào xào với lửa lớn, nêm lại gia vị vừa ăn. Khi tôm săn, đổ mình là đã chín, cho hành lá vào đảo đều.

Thưởng thức:

Cho tôm ra đĩa, trang trí thêm vài nhánh rau mùi

Dọn kèm dưa leo, cà chua và tương ớt

Món tôm rang này dùng với cơm nóng rất ngon

CÁ HỔ KHO BỒI



Món này dùng với cơm nóng vừa đậm đà vừa hấp dẫn mà giá thành không quá cao.

Nguyên liệu:

- 500 g cá hổ, chỉ dùng mình, bỏ đầu,

thái khúc 7 cm

- Đại hồi, tiểu hồi, hoa tiêu, ớt khô, đinh hương
- Hành lá thái khúc
- Gừng gọt vỏ, thái lát
- Dầu ăn
- Nước mắm, muối, tiêu, đường, xì dầu, hắc xì dầu

Thực hiện:

Ướp cá với muối, tiêu, để khoảng 2 giờ cho ngấm gia vị

Dầu nóng, cho cá vào chiên vàng

Cho đại hồi, tiểu hồi, hoa tiêu, đinh hương vào chảo, rang thơm. Cho tất cả vào một túi vải nhỏ cùng một quả ớt khô, cột lại.

Cho nước vào nồi, thả túi ngũ vị vào, nêm nước mắm, muối, đường, xì dầu, hắc xì dầu, đun 10 phút cho ra mùi thơm.

Thả cá vào, nấu khoảng 5 phút, giảm lửa, cho hành lá và gừng vào, nêm gia vị, đun cạn nước.

CHÂN GÀ NƯỚNG NGŨ VỊ



Chỉ với 15.000 đồng, bạn đã có thể chế biến được một món nhậu khá hấp dẫn.

Nguyên liệu

- 10 chân gà ta, làm sạch, rửa với rượu trắng và nước cốt gừng cho thơm, để ráo

- 1 gói ngũ vị hương
- Hành, tỏi giã nhuyễn, lấy nước cốt
- Mật ong, dầu ăn
- Muối, đường, nước mắm

Thực hiện

Cho chân gà vào nồi, hấp khoảng 10 phút, lấy ra

Ướp chân gà với gia vị gồm: ngũ vị hương, muối, đường, nước mắm, dầu ăn, mật ong, nước cốt hành, tỏi, để khoảng 5 giờ, trở đều chân gà cho ngấm gia vị

Cho vào vỉ nướng, thỉnh thoảng, dùng cọ phết gia vị lên chân gà. Nướng cho đến khi chân gà chín vàng, có mùi thơm.

Thương thức:

Món chân gà nướng ngũ vị dùng kèm với muối tiêu chanh

Chân gà đã được hấp, khi nướng sẽ không bị khô.

BÔNG CẢI BỌC CHẢ



Sau khi chế biến, để tạo thêm phần hấp dẫn cho món ăn bạn có thể trang trí bông cải chua, salad, cà chua ra đĩa cho bông cải chiên lên trên dĩa nóng

Nguyên liệu:

- 300 gr bông cải xanh, tách nhánh nhỏ, rửa sạch ngâm nước muối loãng, để ráo
- 150 gr cá thác lác
- 100 gr giò sống
- Hành tỏi băm nhuyễn
- Sốt cà
- Tương ớt
- Muối tiêu, đường, nước mắm, dầu mè

Thực hiện:

Ướp muối, tiêu, hành, tỏi, nước mắm với cá thác lác và quết dẻo, trộn hỗn hợp cá giò sống bọc quanh bông cải, chừa cuốn bông. Đem chiên vàng. làm sốt chấm: phi hành tỏi + 1 thìa sốt cà + 1 thìa tương ớt + 1 thìa dầu mè.

MÌ RƯỚI CÀ CHUA SỐT



Món này nên ăn nóng, khi ăn hãy trộn đều. Nào mời bạn cùng thưởng thức món ăn của đất nước bên bờ Địa Trung Hải.

Nguyên liệu:

- 400 gr mì ống Ý

- 1 củ hành tây
- 1 nhánh tỏi
- 400 gr cà chua, húng quế, gia vị và một ít hạt tiêu

Cách làm

- Rửa sạch các loại rau củ, để ráo. Sau đó hành tây thái hạt lựu, tỏi giã nát, cà chua thái nhỏ.

- Cho dầu vào chảo đun, chờ dầu sôi cho hành tây và tỏi vào đảo đều cho đến khi hành tây mềm ra thì cho cà chua, cho thêm vào chảo ít nước, nêm gia vị đủ ăn rồi tiếp tục đun sôi. Khi đun chú ý không đậy vụn và thỉnh thoảng đảo qua. Đun cho đến khi nước cạn gần hết, nước sốt trong chảo sền sệt thì tắt bếp.

- Cho 3 cốc to nước vào chảo đun sôi rồi thả mì vào; đậy vụn vào đun cho đến khi mì mềm ra thì mở vụn và tiếp tục đun cho đến khi cạn nước. Đảo đều cho sợi mì se lại rồi đổ mì ra bát. Rưới nước sốt, rải húng quế thái chỉ lên trên và thêm ít hạt tiêu.

MÌ XÀO TÔM



Khi đã chán với những món ăn thường ngày bạn có thể thay đổi khẩu vị với bát mì xào này và sẽ tìm được sự hấp dẫn của món ăn.

Nguyên liệu:

- 400 gr mì ống Ý
- 350 gr đậu cô ve
- 500 g tôm loại vừa
- 1 củ hành khô, 1 quả ớt đỏ, một chén con rượu trắng
- 300 g cà chua
- 1 thìa cà phê đường
- 50 g pho mát
- Dầu ăn và gia vị

Thực hiện:

- Lấy 3 cốc to nước (khoảng 3/4 lít) đun sôi nước rồi cho mì vào đến khi mềm thì vớt ra để ráo nước.
- Đậu cô ve đem thả vào chảo nước đang sôi, đun mở vung khoảng 3 phút hoặc cho đến khi đậu chín mềm thì vớt ra rửa và sát nhẹ để bỏ đi lớp vỏ bên ngoài.
- Cho dầu vào chảo đun nóng, khi dầu nóng cho tôm vào, nêm gia vị, đảo đều cho đến khi tôm đổi màu đỏ thì đổ ra đĩa.
- Cho pho mát và đường vào chảo đun cho đến lúc pho mát tan ra thành một hỗn hợp lỏng thì đổ ra bát.
- Cho hành đã thái lát mỏng vào chảo đảo đều đến khi mềm thì cho ớt thái lát, cà chua thái nhỏ và rượu trắng vào đun cho đến khi rượu

bay hơi gần hết thì đổ pho mát ở trên, tôm và mì vào đảo đều lại cho nóng sốt, nêm gia vị vừa ăn.

MẮM LÓC



Giàu chất đạm, hương vị đậm đà, mắm lóc là món ăn đặc trưng của người Việt Nam mà cách chế biến lại không khó.

Nguyên liệu:

- 100 g mắm lóc, lấy phần thịt nạc, thái khúc 4 cm

- 200 g thịt nạc dăm, rửa sạch, để ráo, băm nhuyễn

- 50 g gừng, gọt vỏ, một phần giã nhuyễn ướp với thịt, một phần thái sợi

- 1 quả ớt, thái lát

- 1 củ hành tím, bóc vỏ, băm nhỏ

- Muối, tiêu, đường

Thực hiện:

Ướp thịt nạc dăm với gia vị gồm: gừng, củ hành tím, muối, tiêu, đường, trộn đều, để thịt ngấm gia vị 15 phút.

Xếp thịt nạc dăm và mắm lóc vào bát nhỏ. Có thể xếp xen kẽ mắm và thịt, hoặc xếp mắm lóc bên dưới rồi cho thịt lên trên.

Rắc thêm ít tiêu, vài lát hành tím, ớt, gừng sợi và hành lá thái khúc lên trên thịt và mắm lóc.

Thưởng thức:

Dùng với cơm nóng, dọn kèm dưa chuột và rau sống.

MÌ XÀO THỊT GÀ, HẠT ĐIỀU



Mì Ý hiện nay có bán rất nhiều ở các siêu thị bạn có thể lựa chọn, đủ các loại hình thù khác nhau. Bạn hãy thử chế biến và khám phá sự hấp dẫn của nó nhé.

Nguyên liệu:

- 400 g mì ống Ý

- Thịt lườn gà lọc hết xương

- Hạt điều, gừng, húng quế, gia vị và một ít dầu vừng (nếu có dầu oliu thì càng tốt)

- Đậu đũa

Thực hiện:

Cho 3 cốc to nước (mỗi cốc khoảng ¼ lít) vào chảo đun sôi, rồi cho mì vào. Thêm một chút gia vị cho vừa ăn, tiếp tục đun sôi khoảng 2 đến 3 phút cho cạn nước rồi đổ mì ra đĩa.

Rửa sạch các loại rau quả. Riêng đậu đũa phải tước bỏ xơ và ngắt thành từng đoạn. Gừng gọt vỏ, thái chỉ.

Thịt gà sau khi lọc hết xương đem thái lát mỏng. Cho dầu vào chảo, chờ dầu sôi thả thịt gà vào đảo đến khi miếng thịt có màu vàng đều thì cho đậu quả, hạt điều, gừng, thêm gia vị đủ ăn và tiếp tục đun trong khoảng 3 phút nữa, khi đun luôn đảo đều tay. Tiếp đó đổ mì vào chảo đảo đều lại thêm khoảng 1-2 phút. Xúc mì ra bát, bày thêm một ít húng quế lên trên. Món này nên ăn nóng.

LẦU RAU



Khi ăn, nước dùng phải sôi kỹ, nhúng lần lượt các đồ còn lại vào nước lẩu chín tái là được. Món này ăn nóng. Nếu ăn cay thì nêm sa tế vào nồi lẩu sẽ dậy mùi thơm.

Nguyên liệu:

- Xương ống: 400 g
- Cá chép: 1 con (500 g)
- Nấm hương: 100g
- Khoai môn: 400 g
- Cải cúc, cải xanh: 500g
- Tỏi tây: 200 g
- Mì bánh đa: 400 g
- Gia vị, ớt, tai chua, đậu phụ

Thực hiện:

Xương chặt khúc, ninh lấy nước ngọt. Cá sơ chế sạch, để ráo nước.

Nấm hương ngâm nở khía nhẹ phía trên mũ nấm tạo hoa. Tỏi tây cắt khúc khoảng 5 cm. Khoai môn gọt vỏ, cắt từng miếng vừa phải. Cải cúc nhặt bỏ rễ, rửa sạch để ráo nước. Đậu phụ xắt miếng lớn.

Khi xương đã ninh kỹ, gạn đổ nước dùng vào nồi lẩu. Đun nước dùng thật sôi, cho khoai, cá vào đun tiếp. Phải để nồi nước sôi liên tục tới lúc cá chín kỹ, khoai mềm như là được. Bỏ nấm hương, tỏi tây,

tai chua vào nồi lẩu đun tiếp, nêm vừa gia vị, nồi nước có vị ngọt đậm, hơi chua là được.

DỪA KHO CÀ CHUA



Đây là món mặn ăn cùng với cơm có vị chua, ngọt khá đặc biệt.

Nguyên liệu:

- Cùi dừa: 500g

- Cà chua: 100g
- Hành tươi, ớt quả
- Gia vị, nước mắm, dầu ăn

Thực hiện:

Dừa chọn loại cùi dày vừa phải vì loại này thịt mềm mà vẫn thơm. Dùng dao hoặc nạo để gọt sạch lớp vỏ cứng bên ngoài, rửa sạch rồi xắt dừa thành những miếng vuông vừa ăn. Cà chua chọn loại quả chín đều, nhiều bột. Rửa sạch bỏ hạt và xắt thành nhiều miếng mỏng. Hành nhặt bỏ rễ phần thân trắng cắt khúc khoảng 5 cm rồi chẻ nhỏ, ớt tươi bỏ hạt thái từng miếng mỏng.

Cho một thìa dầu ăn vào chảo, cho hành vào phi thơm rồi cho cà chua vào xào thật kỹ. Khi cà chua đã nhừ hết thì cho một chút nước gia vị, nước mắm vào đảo đều rồi trút dừa vào om cùng. Chú ý để nước sôi lúc đầu phải ngập dừa. Cứ đun nhỏ lửa như vậy cho tới lúc nước cạn gần hết, miếng dừa nhuộm màu đỏ ăn bùi và ngấm gia vị là được. Trộn ớt và hành tươi vào rồi bắc ra.

MẮM ĐU ĐỦ



Thực hiện thành công món này là đu đủ phải vừa chín, giòn, hương vị mắm thơm vừa ăn. Chúc bạn ngon miệng.

Nguyên liệu:

- 1 quả đu đủ (500 g) vừa chín tới, gọt vỏ, rửa sạch, thái sợi (khoảng 3 mm)
- 300 g mắm cá cơm nguyên con (chọn loại ngon)
- Ớt hiểm tươi, băm nhỏ
- Tỏi già nhuyễn
- 50 g thính gạo
- Chanh, đường

Thực hiện:

Ngâm đu đủ thái sợi với nước sôi khoảng 30 phút, vớt ra, xả sạch nhiều lần, để ráo

Trộn mắm với đu đủ, ớt, tỏi và nửa phần thính, để mắm ngấm gia vị 2 ngày.

Khi dùng, cho lượng mắm vừa đủ dùng ra đĩa, trộn thêm một ít nước cốt chanh tươi, đường cho vừa miệng. Rắc thêm ít thính gạo lên trên mắm.

Thưởng thức:

Dùng với cơm hoặc bún, dọn kèm rau sống các loại.

LẦU DÊ



Lẩu là món ăn thích hợp cho những bữa ăn quây quần gia đình, người thân. Nhất là lẩu dê, có thể làm món nhậu lai rai thật thú vị cho buổi gặp mặt.

Nguyên liệu:

- Xương ống: 1 kg
- Thịt dê nạc: 500 g
- Đậu phụ: 5 bìa
- Bắp cải: 1 kg
- Cà rốt, cần tây: 200 g
- Mi bánh đa: 500 g
- Gia vị, sa tế

Thực hiện:

Xương ống rửa sạch, đập giập, rồi cho vào hầm kỹ để lấy nước ngọt làm nước dùng. Ninh xương cần vớt bỏ những bọt nổi phía trên mặt nước để thật trong.

Thịt dê thái thành những miếng mỏng, rộng bản, ướp với một chút sả đã đập giập, ướp gia vị. Khi thịt ngấm thì cuộn thành những phần nhỏ, bày gọn lên đĩa.

Bắp cải xắt thành những miếng vuông, nhỏ vừa phải, rửa thật sạch, để ráo nước. Cà rốt gọt vỏ thái sợi, cần tây nhặt bỏ rễ, xắt khúc. Mi bánh đa ngâm nước 15 phút cho mềm. Đậu phụ xắt miếng lớn bày ra đĩa. Khi dùng, nêm gia vị vào nồi nước cho thật vừa, bỏ sa tế vào nồi nếu thích ăn cay rồi trút nước ra nồi lẩu đặt giữa bàn. Khi ăn, lần

lướt nhúng từng thứ một vào nồi nước dùng thật sôi để nguội chín mềm, thấm đẫm vị ngọt của nước dùng là được.

Nồi nước dùng sẽ ngon hơn nếu bạn cho vào vài củ khoai môn.

NEM GÀ KIỂU TRUNG HOA



Món ăn này khá đặc biệt, bạn hãy khám phá những hương vị khó quên nhé..

Nguyên liệu

- 150 g thịt gà (không có xương, da)
- 50 g nấm hương
- 150 g cải trắng (không lấy phần lá)
- 100 g lá chanh
- Bánh tráng loại ngon, bột mì, hạt tiêu, dầu vừng, bột đậu ván, đường, dầu ăn.

Thực hiện:

Thịt gà rửa sạch, để ráo nước và thái hạt lựu, ướp thịt gà với chút hạt tiêu, dầu vừng, đường, bột đậu ván và gia vị vừa ăn. Để ngấm 10 phút. Ngâm nấm hương trong nước ấm cho mềm, vớt ra vắt kiệt nước và thái nhỏ. Cải trắng rửa sạch, cắt vát mỏng rồi cho vào chảo đảo qua với một chút dầu ăn. Múc ra để ráo nước.

Cho 2 thìa dầu vào chảo, đổ thịt gà vào xào qua. Nhấc chảo thịt gà ra bếp, cho nấm hương, cải trắng và lá chanh thái chỉ vào trộn đều. Sau đó, cho hỗn hợp vào rổ, để ráo nước làm nhân nem.

Pha bột mì với chút nước, để riêng. Cuốn ít nhân vào một chiếc bánh tráng, gói chặt tay, dùng một chổi quét nhỏ thấm vào bát bột mì và quét đều lên chiếc nem.

Chảo dầu thật nóng, rán ngập dầu cho đến khi nem chín vàng đều, vớt nem ra đĩa, cắt miếng và dùng với nước mắm pha giấm đường.

CÁNH GÀ CHIÊN BƠ



Khi gia đình có khách, bạn muốn dành nhiều thời gian trò chuyện, đồng thời vẫn chiêu đãi bạn bè món ngon, thì đây là món ăn thích hợp cho bạn.

Nguyên liệu

- Cánh gà: 4 cái;
- Bơ: 2 muỗng;
- Tỏi xay: 2 muỗng;
- Bột bắp: 50g;
- Củ hành, cà chua, salad Đà Lạt

Thực hiện:

Cánh gà làm sạch, chặt đôi, ướp 1/2 thìa café muối, 1/2 thìa café tiêu để khoảng 15 phút, sau đó lăn cánh gà qua bột bắp. Chiên cánh gà vào chảo dầu nóng, khi cánh gà vàng đều thì vớt ra. Phi tỏi với bơ, sau đó cho cánh gà đã được chiên vàng đều vào, trở cánh gà đều tay cho đến khi thấm hết bơ là được

Trang trí cánh gà chiên bơ bằng củ hành, cà chua, salad xung quanh. Món này ăn với muối tiêu chanh.

HOA BÍ NỔ



Sau khi chế biến bạn hãy xếp từng bông bí ra đĩa, có thể lót thêm cải xoong bên dưới. Món này có thể dùng kèm với nước tương ớt.

Nguyên liệu:

- 1 bó hoa bí lớn, chọn đều nhau, nhặt bỏ nhụy, bóc sơ vỏ, rửa sạch bên trong, để ráo.
- 100 g thịt nạc dăm rửa sạch, để ráo, băm nhuyễn.
- 100 g cá thác lác.
- Củ hành tím băm nhuyễn.
- Hành lá lấy gốc.
- Muối, tiêu, đường.

Thực hiện:

Ướp thịt băm với gia vị gồm: muối, tiêu, đường, củ hành tím.

Quết dẻo cá thác lác với gốc hành lá, muối tiêu, đường.

Trộn thịt với cá thác lác, vo thành từng viên nhỏ vừa ăn.

Đồn viên nhân vào bông bí.

Đun nước thật sôi, cho bông bí dồn thịt vào hấp cách thủy.

CƠM THÁI CỰC



Nhìn đĩa cơm sinh động bởi màu sắc và cách trình bày đã thấy hấp dẫn. Với món ăn này bạn sẽ tạo được sự bất ngờ cho thực khách.

Nguyên liệu:

- 2 chén cơm trắng, 2 lòng đỏ trứng muối,
1 củ cà rốt, cắt nhỏ.

- 100 gr thịt nguội, cắt nhỏ.
- 50 gr nấm rơm, cắt nhuyễn.
- 50 gr củ cải mặn, 1 nhánh gừng, băm nhuyễn.
- 100 gr cải bó xôi, cắt nhuyễn.
- Muối, dầu ăn.

Chuẩn bị:

Cơm nấu sẵn để nguội.

Lòng đỏ trứng muối rửa rượu trắng, cho dầu vào hấp chín, tán nhuyễn.

Củ cải mặn ngâm nước 30 phút vắt ráo, cắt nhuyễn.

Thực hiện:

- Màu vàng cam: Xào cà rốt, 1/2 nấm rơm, 1/2 củ cải mặn, 1/2 thịt nguội, 1/2 cơm vào đảo đều. Cuối cùng cho lòng đỏ trứng muối. Nêm vừa ăn.

- Màu xanh: Xào nấm, củ cải, thịt nguội và cơm còn lại rồi cho bó xôi, nêm một chút vừa ăn.

Trình bày:

Bẻ một miếng giấy có độ cong hình chữ S, xới cơm màu vàng cam ra đĩa, dùng tờ giấy trên ép vào cơm tạo độ cong. Phía bên cạnh cho cơm màu xanh. Hai màu cơm sẽ tạo thành một vòng tròn thái cực. Cắt một khoanh cà rốt và dưa leo (chỉ lấy vỏ xanh) cho vào vị trí của hai chấm tròn trên hai màu đối xứng.

CANH MĂNG NẤU CHÂN GIÒ



Bát canh măng là thứ không thể thiếu trong mâm cơm ngày lễ, tết, hay bữa giỗ. Đây được coi là món ăn truyền thống của người miền Bắc.

Nguyên liệu:

- Măng khô: 300 g.
- Chân giò: 1,5 kg.
- Mộc nhĩ, hành tươi.
- Gia vị, mì chính.

Thực hiện:

Măng khô ngâm trong nước gạo 8-10 tiếng để măng nở hết, đem nhặt cắt bỏ phần già, rửa lại thật sạch, sau đó đem luộc kỹ bằng nước lã. Thay nước luộc khoảng 2-3 lần cho tới lúc nào nước luộc không còn màu vàng sậm nữa là được.

Chân giò cạo rửa sạch, chặt từng miếng to cho vào nước lạnh ninh thật kỹ.

Mộc nhĩ ngâm nở, nhặt cắt bỏ chân.

Hành tươi cắt bỏ rễ, phần củ trắng cắt khúc dài rồi chẻ theo chiều dọc. Phần cọng cắt thành khúc vừa phải.

Cho một chút mỡ vào chảo, phi thơm hành. Tiếp đó, cho măng đã chuẩn bị từ trước vào xào cùng một chút gia vị để miếng măng đậm đà.

Khi măng đã ngấm gia vị thì cho chung vào nồi chân giò ninh tiếp cho tới lúc cả hai món thật mềm là được.

Khi ăn, cho hành chẻ dọc và mộc nhĩ vào đun sôi khoảng 3 phút. Tiếp đó, cho hành cọng và nêm gia vị vừa ăn. Chỉ khi nào ăn bạn hãy đun nóng lại canh và cho hành.

GÀ NẤU ĐÔNG



Miếng thịt gà mềm ngọt mà không nát, nước thịt đông và trong, như vậy là bạn đã thành công với món ăn này.

Nguyên liệu:

- Gà mái tơ: 1,2 kg.

- Bì lợn: 150 g.
- Hành khô, gia vị, hạt tiêu.
- Dầu ăn, nấm, cà rốt.

Thực hiện:

Gà làm sạch, mổ bỏ nội tạng rửa thật sạch, để ráo nước, rồi chặt thành miếng vừa ăn, ướp gia vị khoảng 15 phút cho ngấm.

Đun dầu ăn nóng già rồi cho thịt gà vào xào qua, sau đó đổ nước sôi vào xấp xấp gà đun nhỏ lửa.

Bì cạo sạch lông, thái miếng to bằng bao diêm, cho vào ninh cùng gà. Khi bì và gà đã chín mềm thì vớt bỏ bì, gà thì rút bỏ xương.

Nấm chọn 2-3 chiếc đẹp, ngâm nở, rửa sạch, cà rốt gọt vỏ tĩa hoa thái mỏng. Bày nấm và cà rốt xuống đáy bát rồi cho tiếp thịt gà lên phía trên. Nước ninh gà nêm thật vừa mắm muối, thêm chút hạt tiêu vào rồi đổ ngập lên gà. Để nước nguội rồi đặt bát thịt vào trong tủ lạnh cho đông.

Khi ăn, úp bát thịt ra đĩa rồi xắt thành từng miếng nhỏ vừa ăn.

MƯỚP ĐẮNG NHỒI THỊT



Món ăn này vừa đậm đà và lại giàu chất dinh dưỡng và có lợi cho sức khỏe. Khi ăn cắt ra từng miếng.

Nguyên liệu:

- 5 trái mướp đắng.

- 200 g thịt nạc dăm.
- 200 g cá thác lác.
- Hành tây một củ nhỏ.
- 1 lọn bún tàu.
- 2 nấm mèo, hành lá.
- Nước mắm + muối + đường + bột ngọt.

Thực hiện:

- Mướp đắng: Lựa trái có màu xanh đậm, gai nở to thì ít đắng
- Dùng dao bén rạch bên hông trái mướp đắng, lấy hết hạt, ngâm với nước có pha một chút muối, 15 phút sau vớt ra, để ráo.
- Thịt nạc dăm: Băm nhuyễn.
- Cá thác lác: Quết lại cho dai.
- Hành tây: Cắt hạt lựu nhỏ.
- Bún tàu: Ngâm mềm, cắt nhỏ.
- Nấm mèo: Ngâm nở, cắt sợi nhỏ.
- Đun một nồi nước sôi có pha muối + đường, trụng sơ mướp cho bớt

đắng, vớt ra, xả nước lạnh, để ráo.

- Trộn thịt + cá thác lác + hành tây + nấm mèo + bún tàu + muối + bột ngọt + tiêu + đường vừa ăn.
- Nhồi hỗn hợp trên vào trái mướp đắng, miết cho mịn.
- Dùng một cọng hành trung sơ quăn quanh trái.
- Xếp mướp đắng vào nồi. Cho đầy nước, hầm mướp cho mềm.
- Muốn ngon hơn thì cho thêm xương để hầm có chất ngọt.

TAI LỢN NGÂM GIẤM

Thịt tai vừa ăn, trắng giòn, thơm ngon. Khi thưởng thức món ăn này bạn sẽ cảm nhận được vị lạ miệng, không bị ngán mà hấp dẫn vô cùng.

Nguyên liệu:

- 2 lỗ tai hay mũi lợn.
- 1 lít giấm.
- 10 cọng hành lá.
- 1 muỗng cà phê phèn chua.
- 50 g đường trắng.
- 50 g muối.
- 3 trái ớt đỏ.
- 1 củ tỏi.
- 1 trái dứa tươi.

Thực hiện:

- Thịt cạo rửa sạch, cắt miếng to (1 lỗ tai chia làm 4).
- Nấu nước thật sôi (1 lít nước) cho phèn chua hòa tan, luộc thịt chín nhưng không mềm.
- Vớt ra, ngâm ngay vào nước lạnh.
- Phèn chua (1/2 muỗng cà phê) ngâm vào một tô nước cho tan, rửa

nhồi thịt cho thật sạch xả lại nước lã cho thật sạch.

- Tỏi xắt lát mỏng, hành lấy gốc trắng cắt khúc tía hai đầu (dài mỗi khúc 3 cm), ớt xắt sợi hay tía hoa nhỏ.
- Xếp thịt vào keo để tỏi, hành, ớt ở đáy và trên mặt thịt, gài lại.
- Nấu sôi giấm, nước dừa, muối, đường vừa ăn lọc sạch chế vào keo ngâm một tuần là được.

Chú ý: Keo phải luộc kỹ cả nắp để tránh hiện tượng mốc trắng trên mặt thịt. Nước giấm chế ngập thịt và cách miệng keo 1 cm.

BÚN RIÊU CUA



Những thực phẩm phụ kèm theo bún riêu là đậu phụ rán hoặc ốc bươu lấy nạc làm sạch, tấm ướp muối tiêu, hành ta, xào chín. Tôm khô thường cho thêm cho ngọt nước riêu; trứng gà đánh vào để làm thêm loại riêu vẫn được gọi là riêu trứng..

Nguyên liệu:

- 300 g cua đồng.
- 1/2 lít nước.
- 120 g cà chua chín.

Thực hiện:

Cua làm sạch, bóc vỏ yếm, gỡ mai, nạo lấy gạch trong mai để riêng. Giã thật nát hoặc xay thật nhuyễn cua, bỏ mai. Nếu lấy mai nước sẽ đen.

Hòa cua xay với nước, để thật lắng, gạn lấy nước cua, bỏ xác. Cà chua cắt dọc làm tám; phi thơm ít dầu với hành ta băm, nêm vào chút

muối, tiêu, ít bột ngọt tùy khẩu vị, xào chín mềm cà.

Hòa tan ít me vắt với nước lọc để riêng. Bắc nồi nước cua lên bếp, cho cà xào vào. Nấu nhỏ lửa, khi thấy nước vừa chớm sôi, hạ lửa xuống ngay để nước chỉ sôi văng hơi, riêu sẽ kết lại từ từ và nổi lên. Nếu để sôi bùng, riêu không kết lại được. Khi thấy đã kết riêu dày và nước trong, tùy khẩu vị nêm vào ít mắm tôm, nước mắm, nước me, muối... cho nước riêu đậm đà, hơi có vị chua nhẹ.

Xào ít dầu với hạt điều màu, vớt bỏ hạt điều, cho vào ít hành băm. Cho phần gạch cua vào xào chín, nêm chút tiêu muối. Trút phần gạch xào vào nồi riêu. Giữ nóng trên bếp với lửa nhỏ. Chia bún ra tô, múc riêu nóng vào, rắc thêm hành ngò, hành tây xắt nhỏ. Dọn kèm rau muống chẻ, bắp chuối bào, giá, quế, ngò gai, kinh giới. Mắm tôm nguyên chất, nước mắm, chanh ớt tươi cắt lát.

GÀ CHIÊN LÁ DỨA



Những miếng gà rán vàng ruộm, thơm phức mùi lá dứa và các gia vị tạo ngay sự ngon miệng cho thực khách. Hãy cùng thưởng thức món ăn đặc biệt này nhé.

Nguyên liệu:

- ¼ con gà (lấy cả đùi lẫn lườn), rửa sạch, lóc hết xương, thái miếng bằng 4 đốt tay.
- Bột nghệ.
- 200 ml sữa tươi.
- Lá dứa, rửa sạch, lau khô.
- Muối, đường.

Thực hiện:

Ướp thịt gà với gia vị gồm bột nghệ, muối, đường, sữa tươi. Bạn nên ướp thịt trước, cho vào tủ lạnh, để thịt ngấm gia vị khoảng 1 ngày (nếu vội, chế biến ngay cũng được, nhưng miếng thịt chưa ngấm sữa, sẽ ít béo hơn).

Cho mỗi miếng thịt gà vào một lá dứa, gói lại.

Dầu thật nóng, cho gà vào chiên đến khi lá dứa vàng giòn là gà chín (chiên nhiều dầu với lửa trung bình).

Vớt gà ra, để ráo dầu (hoặc cho lên giấy thấm dầu).

Trình bày:

Xếp ra đĩa, trang trí vài lát cà chua.

Dùng nóng với muối tiêu chanh.

LẨU THỊT BÒ



Đã cuối tuần rồi, cả gia đình sẽ lại quây quần để thưởng thức những món ăn do chính bạn nấu. Một nồi lẩu sẽ là món quà khá thú vị cho người thân.

Nguyên liệu:

- Thịt bò thăn: 600 g.
- Xương lợn: 1 kg.
- Đậu phụ: 5 bìa.
- Cà chua: 300 g.
- Rau cải ngọt, cải cúc, rau cần: 1,5 kg.
- Gia vị, gừng.

Thực hiện:

Xương lợn rửa sạch chặt khúc lớn. Đun sôi nước, cho xương lợn vào, khi nước sôi bùng thì trút đổ nước đó đi, cho nước lạnh vào ninh tiếp để lấy nước dùng. Khi ninh không đầy vung để nước thật trong.

Thịt bò thái lát mỏng ngang thớ rồi tẩm cùng với gia vị và gừng (gọt vỏ) băm nhỏ. Cà chua rửa sạch, cắt bỏ núm rồi thái miếng vừa ăn. Đậu xắt miếng vuông, rau cải cúc, cải ngọt, rau cần nhặt rửa sạch và để riêng từng loại. Rau cắt thành từng khúc khoảng 15 cm. Hành hoa phi thơm rồi cho ớt vào chung.

Khi ăn, đổ nước dùng sang nồi lẩu, nêm thật vừa gia vị rồi bày các thứ lần lượt các đĩa để mọi người có thể tự nhúng ăn. Khi nước sôi cần chế thêm nước dùng để đủ ăn. Sau khi ăn những đồ trên có thể thêm một chút mì vào nồi lẩu để ăn cho chắc bụng. Có thể cho ớt chung vào thẳng nồi nước dùng hoặc để riêng.

HOA KIM CHÂM XÀO



Đừng nghĩ rằng hoa không thể làm món ăn, với những bông kim châm bạn có thể chế biến được một món khá đặc sắc và hấp dẫn.

Nguyên liệu:

- 100 g kim châm ngâm nở, rửa sạch, để ráo.
- 200 g tôm đất tươi, rửa sạch, bóc vỏ, bỏ chỉ đen, chà muối, xả sạch, để ráo.
- 250 g bao tử cá ba sa, rã đông, trứng sơ với nước sôi, vớt ra, để ráo.
- Hành lá thái khúc.
- Tỏi, củ hành tím băm nhuyễn.

- Muối, tiêu, đường.

Thực hiện:

Ướp tôm với hành tím, muối tiêu, đường, để tôm ngấm gia vị 10 phút.

Phi tỏi thơm, cho bao tử cá ba sa vào xào, nêm nước tương, muối, đường, tiêu.

Chảo nóng, cho dầu và tỏi vào phi thơm, đổ tôm vào xào với lửa lớn, cho tiếp kim châm vào xào, đảo đều.

Tiếp tục cho bao tử cá vào chảo, trộn đều, nêm lại gia vị vừa ăn.

Thưởng thức:

Cho ra đĩa, rắc thêm một ít tiêu và hành lá lên trên.

Dùng nóng với nước tương.

CHẢ GIÒ UYÊN ƯƠNG



Bạn muốn thể hiện tài nấu ăn của mình với người thương thì đây là một món khá lý tưởng. Chúc bạn thành công.

Nguyên liệu:

+ Nhân ngọt: 1 củ khoai tây cắt hạt lựu, 1 củ cà rốt, cắt hạt lựu, 2 trái chuối sứ, cắt hạt lựu, 50 gr đậu Petit pois, luộc chín, ngâm nước lạnh, 3 thìa xốt mayonnaise, 1 thìa sữa đặc có đường.

+ Nhân mặn: 100 gr tôm sú, rửa sạch bóc vỏ lấy gân lưng, cắt hạt lựu, 100 gr củ năng, cắt hạt lựu, 100 gr măng tươi, cắt hạt lựu, 5 tai nấm đông cô, rửa sạch ngâm mềm cắt bỏ chân nấm, cắt hạt lựu; 50

gr tiêu hạt tươi, tách hạt hành lá, cắt nhỏ. 1 thìa muối, 1 thìa đường, vỏ bánh bía, tương cà chua, tương ớt, dầu ăn.

Thực hiện:

Trộn đều tất cả phần nhân ngọt và dùng vỏ bánh hoành thánh cuốn chả giò có dạng hình vuông. Trộn đều phần nhân ngọt và dùng vỏ hoành thánh để cuốn chả giò có hình tròn. Thả chả giò vào dầu chiên vàng.

Thưởng thức:

Chả giò ngọt dùng chung với tương cà chua, chả giò mặn dùng chung với tương ớt.

BÒ NƯỚNG CHANH VÀ BƠ



Để chuẩn bị cho 8 người ăn bạn sẽ mất khoảng 2 tiếng để chế biến. Hơi lâu một chút nhưng món ăn này khá hấp dẫn nên hãy kiên trì nhé.

Nguyên liệu:

- 2 kg sườn bò.
- 3 tép tỏi, đập giập.
- Dầu ôliu.
- Tiêu giã sơ.

Thực hiện:

Tẩm thịt bằng dầu ôliu. Xát tiêu và tỏi vào thịt.

Dàn than hồng quanh dưới xoong hứng nước thịt với độ khá nóng, đặt phần mỡ sườn ngửa trên vỉ, dưới là xoong hứng hạ thấp

xuống rồi nướng đến lúc thước đo chỉ 700 độ C là cỡ tái (trong khoảng 120 phút), hoặc chín kỹ (khoảng 135 phút).

Lấy sườn ra để đó 10 phút rồi hãy chặt, dọn ra ăn với bơ.

HOA CẢI XÀO NẤM, CHAO



Món hoa cải xào nấm, chao là một trong những món chay rất ngon và hấp dẫn.

Nguyên liệu:

- 300 g cải ngọt có hoa, nhặt phần non, ngâm rửa sạch, để ráo.

- 4 viên chao trắng, tán nhuyễn, nêm đường vừa ăn.

- 200 g nấm bào ngư, ngâm với nước muối pha loãng, xả sạch, xé đôi, vắt bớt nước, để ráo.

- Tỏi băm nhuyễn.

- Dầu mè.

- Muối, tiêu, đường, nước tương.

Thực hiện:

Chảo nóng, cho dầu và tỏi vào phi thơm, cho nấm vào xào sơ, nêm nước tương, muối, đường, dầu mè, vừa ăn, cho ra đĩa.

Phi tỏi thơm, xào cải, tiếp tục cho chao vào, đảo nhanh tay với lửa lớn. Cho nấm vào, trộn đều, tắt bếp.

Thưởng thức:

Cho thức ăn ra đĩa, rắc thêm ít tiêu, dùng nóng với cơm cùng nước tương ớt.

BÔNG HẸ XÀO SÒ LỤA



Bông hẹ giữ được màu xanh giòn. Sò lụa vừa chín không dai. Hương vị thơm, vừa miệng. Đó là yêu cầu thành phẩm của món xào này.

Nguyên liệu:

- 200 g sò lụa đã tách vỏ, rửa với muối, xả sạch, để ráo.
- 200 g bông hẹ, nhặt lấy phần non, thái khúc 4 cm, rửa sạch, để ráo.
- Tỏi băm nhỏ.
- Muối, tiêu, đường, nước tương.

Thực hiện:

Chảo nóng, cho dầu và tỏi vào phi thơm, cho sò lụa vào xào, nêm muối, tiêu và ít đường (vì thịt sò lụa rất ngọt).

Sò lụa vừa chín tới, tắt bếp (không nên đun lâu vì thịt sò sẽ dai và ra nhiều nước).

Chảo nóng, phi tỏi thơm, cho bông hẹ vào xào, nêm muối, nước tương, tiêu đường. Bông hẹ chín tái, tắt bếp, cho sò lụa vào, trộn đều.

Thưởng thức:

Cho ra đĩa, rắc thêm ít tiêu, dùng nóng với cơm và nước tương ớt.

LẦU CÁ QUẢ



Cùng những người thân quây quần bên nồi lẩu vừa nói chuyện vừa xuýt xoa thưởng thức món ăn do tự tay mình chế biến thì còn gì tuyệt hơn nữa.

Nguyên liệu:

- Cá quả: 1 kg.
- Đậu phụ: 5 bìa.
- Nấm hương, nấm tươi: 300 g.
- Rau cải ngọt, cải cúc, cần ta: 1,5 kg.
- Gia vị, thì là, hành hoa, gừng tươi, tai chua.

Thực hiện:

Cá làm sạch, lọc thịt để riêng, xương và đầu để ninh lấy nước ngọt làm nước dùng. Phần thịt cá lạng thật mỏng rồi ướp cùng một chút gia vị, gừng tươi.

Hành hoa lấy phần thân trắng. Thì là nhặt bỏ rễ, cải cúc, rau cần, cải ngọt nhặt rửa sạch, cắt khúc. Nấm nhặt rửa sạch, để nấm hương ngâm nở, cắt bỏ chân, khía phần mũ nấm để bày cho đẹp. Đậu phụ xắt thành những miếng nhỏ vừa ăn.

Khi nước dùng đã ninh kỹ, lọc bỏ xương, trút phần nước đã lọc sang nồi lẩu, nêm gia vị cho thật vừa. Lấy vài miếng tai chua rửa sạch rồi thả vào nồi nước dùng để có vị hơi chua là được. Cá xếp ra đĩa và rắc lên trên một chút hạt tiêu. Các thứ còn lại xếp thành từng góc riêng để xung quanh.

Cần luôn để nước nhúng thật sôi như vậy cá mới ngọt và không bị lạnh. Món lẩu cá sẽ ngon hơn nhiều nếu cho thêm vào đây một vài lát ớt tươi.

MẮM HUẾ XÀO THỊT



Mắm ruốc Huế là một trong các nguyên liệu có thể chế biến thành nhiều món ăn hấp dẫn. Món này ăn nóng hay nguội đều ngon, bởi hương thơm đặc trưng của nó. Bạn có thể ăn kèm với rau sống để thấy vị ngọt mát nơi đầu lưỡi.

Nguyên liệu:

- 100 gr mắm ruốc ngon.
- 20 gr sả bào hoặc băm nhuyễn.
- 10 gr ớt bột.
- 200 gr thịt ba chỉ hoặc nạc thăn.
- Tỏi, dầu ăn, đường.

Thực hiện:

Tỏi băm nhuyễn

Thịt rửa sạch, để ráo. Nếu là thịt ba chỉ thì thái miếng nhỏ, nếu là nạc thăn thì băm nhuyễn, tùy sở thích của bạn.

Chảo nóng, phi tỏi thơm, cho thịt vào xào đến khi săn lại. Tiếp tục cho sả, ớt, đảo đều tay đến khi có mùi thơm của sả.

Cho mắm ruốc vào đảo đều, thêm đường cho vừa ăn.

Trộn hỗn hợp trên lửa nhỏ khoảng 10-15 phút.

Trình bày:

Trút mắm xào ra đĩa cùng vài lát ớt mỏng phía trên. Có thể thêm vài lá rau sống hoặc dưa chuột cắt lát mỏng quanh vành đĩa.

NỘM MƯỚP ĐẮNG

Hãy khai vị bằng đĩa nộm này, bạn sẽ khám phá ra sự hấp dẫn riêng biệt của món ăn chế biến từ các loại rau củ quả.

Nguyên liệu:

- 500 g mướp đắng, chẻ đôi, bỏ ruột, rửa sạch, để ráo. Thái lát mỏng, ngâm nước muối, vắt thật ráo.

- 1 củ cà rốt, rửa sạch, thái sợi vắt ráo.
- 1 cây mì căn.
- 100 g khoai lang thái sợi.
- Chanh, ớt.
- Rau răm, nhặt lá, rửa sạch, thái nhuyễn.
- Muối, tiêu, đường.

Thực hiện:

Rim mì căn với nước tương (phần gia vị gồm: nước tương, muối, tiêu, tỏi) xé thành sợi. Bạn có thể thay thế bằng thịt gà xé.

Cho khoai lang thái sợi vào xửng hấp chín.

Trộn đều mướp đắng, cà rốt, một nửa phần rau răm, lạc rang, nước cốt chanh, muối, đường, ớt. Để 10 phút. Cho mì căn và khoai lang vào trộn chung.

Thưởng thức:

Cho nộm ra đĩa, rắc rau răm, lạc rang. Dùng với nước mắm tỏi ớt chua ngọt.

ĐẬU PHỤ MẮM TÔM



Đôi lúc bạn muốn ăn một món gì đó thanh đạm nhưng vẫn hấp dẫn thì đây là thứ thích hợp nhất, đặc biệt là trong các bữa nhậu.

Nguyên liệu:

- 2 miếng đậu phụ lớn, rửa sơ (cần rửa nhẹ tay vì đậu rất dễ vỡ), thái miếng vuông.
- 3 thìa mắm tôm Bắc.
- Rau tía tô, rau kinh giới, nhặt lá, rửa sạch để ráo.
- Tỏi băm nhỏ.
- Ớt băm.
- Chanh, đường.

Thực hiện:

Cho lượng dầu vừa phải vào chảo. Dầu nóng, cho đậu vào rán sơ. Miếng đậu hơi cứng, vớt ra (nếu thích ăn giòn, cho dầu ngập xâm xấp miếng đậu, trở đều, khi đậu phồng vàng, vớt ra). Cho đậu vào giấy thấm dầu, tắt bếp.

Cho tỏi, ớt vào mắm tôm, vắt chanh cho mắm nổi bọt, đánh tan đều. Cho thêm vào một ít đường, nêm vừa miệng.

Thưởng thức:

Xếp lá tía tô ra đĩa, xen kẽ với lá kinh giới, xếp đậu phụ lên trên. Dùng nóng với bún và mắm tôm đã pha.

MẮM CÁ CƠM TRỘN DỨA



Giàu chất đạm, hương vị đậm đà, mắm là món ăn đặc trưng của người Việt Nam.

Nguyên liệu:

- 200 g mắm cá cơm nguyên chất.

- 1 quả dứa vừa chín tới, gọt vỏ, khứa bỏ mắt, rửa sạch, bỏ cùi, thái thành từng miếng nhỏ vừa ăn.

- Tỏi, ớt giã nhuyễn.

- Đường.

Thực hiện:

Cho tỏi, ớt giã nhuyễn vào một bát lớn. Phần tỏi ớt nhiều hay ít tùy vào khẩu vị thích cay nồng hay cay vừa của mỗi người. Tuy nhiên, món ăn này không thể thiếu tỏi ớt vì chúng có tác dụng làm tăng vị ngon của món ăn.

Cho tiếp mắm cá cơm vào bát, trộn đều, nêm đường vừa miệng. Để 5 phút cho mắm ngấm gia vị.

Cho dứa vào, trộn đều, khoảng 5 phút sau là dùng được.

Thưởng thức:

Dùng với cơm nóng, dọn kèm với rau sống.

Món này còn dùng được với bún, rau sống và nước mắm tỏi ớt

LẦU MẮM



Khi bạn cùng với những người thân tổ chức một bữa tiệc nhỏ thì không gì thích hợp bằng một nồi lẩu nóng sốt. Được thưởng thức sự hấp dẫn của lẩu mắm thật là thú vị.

Nguyên liệu

- 500 g xương lợn, rửa sạch.
- 1 con cá lóc (900 g), làm sạch, thái khúc.
- 150 g mắm sặc (hoặc mắm cá linh, mắm lóc).
- 200 g tôm tươi, bóc vỏ, bỏ chỉ đen.
- 300 g mực tươi mực tươi, làm sạch, khứa vẩy rồng, thái miếng.
- 200 g thịt quay, thái miếng.
- 1 quả cà tím, thái khúc.
- 4 thìa sả băm.
- 2 thìa ớt xay.
- Muối tiêu, đường.

Thực hiện:

Hầm xương lợn với 2 lít nước, vớt ra, cho mắm vào tiếp tục nấu, lọc lấy nước.

Ướp cá với ít tiêu, muối, đường. Dầu nóng, cho cá vào chảo xào sơ.

Tôm hấp chín.

Mực trung sơ với nước dấm.

Cho sả, ớt, cá lóc, cà tím vào nồi mắm để lửa liu riu.

Trình bày:

Cho mắm vào bát, cho tôm, mực, thịt quay lên trên. Dùng nóng với bún sợi to, rau ghém chanh, ớt.

HOA LÝ XÀO THỊT BÒ



Chỉ cần khoảng hơn chục nghìn đồng là bạn có thể có một đĩa xào khá hấp dẫn, đây là một món ăn đậm đà hương vị đồng quê.

Nguyên liệu:

- 100 g hoa thiên lý, ngâm rửa sạch, để ráo.
- 150 g thịt phi lê bò rửa sạch, thái lát mỏng.
- Dầu ăn.
- Tỏi băm nhỏ, muối, tiêu, đường.

Thực hiện:

Ướp thịt bò với tỏi băm, muối, tiêu, đường. Để ngấm gia vị khoảng 20 phút trong tủ lạnh.

Chảo nóng, cho dầu vào, phi tỏi thơm, cho hoa thiên lý vào xào vừa chín tới.

Chảo nóng, phi tỏi thơm, cho thịt bò vào, đảo nhanh với lửa lớn.

Thịt bò vừa chín tới, nêm gia vị vừa ăn, tắt bếp.

Cho hoa thiên lý vào trộn đều.

Thưởng thức:

Cho thức ăn ra đĩa, rắc ít tiêu, dùng nóng với cơm cùng nước tương ớt.

Nếu xào nhiều thịt bò, nên chia thịt ra xào nhiều lần để thịt không bị dai và ra nước.

HOA BÍ XÀO NGHÊU



Để có một đĩa hoa bí xào ngon cần phải chuẩn bị kỹ càng và lửa to khi nấu. Nếu bông bí giòn ngọt, nghêu xào ra ít nước là đạt. Dùng món này với cơm và nước tương ớt.

Nguyên liệu:

- 200 g nghêu đã tách vỏ, chà muối, rửa sạch, để ráo.
- 1 bó hoa bí, nhặt bỏ nhụy vàng, bóc vỏ, rửa sạch, để ráo.
- Ớt thái lát, tỏi băm nhuyễn.
- Dầu ăn.
- Muối, tiêu, đường.

Thực hiện:

Ướp nghêu với gia vị gồm: một ít muối tiêu đường (ướp ít muối vì nghêu đã mặn sẵn), để ngấm gia vị khoảng 10 phút.

Chảo nóng, phi tỏi thơm, cho nghêu vào xào với lửa lớn. Nghêu vừa chín, nêm lại gia vị vừa ăn.

Hoa bí xào vừa chín tới, nêm muối, tiêu, đường.

Xếp hoa bí ra đĩa, cho nghêu lên trên (có thể trộn chung nghêu với hoa bí), rắc thêm ít tiêu lên trên.

CANH CHUA HOA SO ĐŨA



Đây là một món ăn dân dã với các nguyên liệu rất đồng nội, dễ kiếm mà lại không quá đắt đỏ.

Nguyên liệu:

- 100 g hoa so đũa, nhặt bỏ nhụy, rửa sạch, để ráo

- 2 con cá rô lớn (khoảng 600 g), làm sạch rửa với muối
- 1 quả cà chua rửa sạch, cắt múi cam
- 100 g giá
- 1 vắt me lớn, dầm lấy nước, bỏ xác
- Rau om, mùi tàu thái nhỏ
- Ớt thái lát
- Tỏi băm nhuyễn
- Nước mắm, muối, đường.

Thực hiện:

Đun sôi 1 lít nước dùng, cho cá vào đun với lửa vừa

Nêm nước me, nước mắm, muối, đường vừa ăn

Cá vừa chín tới, cho cà chua, bông so đũa vào. Để nước sôi lại, tiếp tục cho giá vào

Cho rau om, mùi tàu, ớt thái lát vào nồi tắt bếp.

Phi tỏi thơm cho lên trên.

Thưởng thức:

Múc canh ra tô, dọn kèm với nước mắm nguyên chất và vài lát ớt.

Dùng với cơm hoặc bún.

HOA CẢI XÀO NẤM, CHAO



Đây là món ăn chay nhẹ nhàng, ngon miệng, rất thích hợp khi bạn đã cảm thấy hơi ngán các loại thịt, cá.

Nguyên liệu:

- 300 g ngọn cải ngọt có hoa.
- 4 viên chao trắng.
- 200 g nấm bào ngư.
- Tỏi băm nhuyễn, dầu mè, muối, tiêu, đường, nước tương.

Thực hiện:

Cải nhặt lấy phần non, ngâm rửa sạch, để ráo. Nấm bào ngư rửa sạch. Chao trắng tán nhuyễn, thêm đường vừa ăn.

Chảo nóng, đổ dầu và tỏi vào phi thơm, cho nấm vào xào nhanh tay. Cho một lượng vừa ăn nước tương, muối, đường, dầu mè. Sau đó, đổ ra đĩa.

Tiếp tục phi tỏi thơm, xào cải, cho chao vào đảo nhanh tay với lửa lớn. Cải gần chín, đổ nấm vào trộn đều, tắt bếp.

Trình bày:

Để thức ăn ra đĩa, rắc thêm ít tiêu. Ăn nóng với cơm, chấm nhẹ một ít tương ớt ngọt.

ĐẬU PHỤ NGŨ VỊ



Từ nguyên liệu chính là đậu phụ (đậu hũ) trắng, bạn có thể chế biến thành món ăn ngon, lạ miệng cho cả nhà. Thời gian làm chỉ khoảng 20 phút.

Nguyên liệu:

- Chọn đậu phụ trắng, mềm, loại dài, số lượng tùy thích.
- Bột mì, ngũ vị hương.
- Tỏi băm nhuyễn.
- Gia vị, dầu ăn, nước lọc.

Thực hiện:

Đậu phụ rửa sạch, để ráo, thái lát dày 1 cm, thật nhẹ tay vì đậu rất dễ vỡ.

Trộn hỗn hợp bột mì, ngũ vị hương, tỏi, nước cho thật mịn. Không cho thêm đường vì đậu sẽ bị khét khi rán.

Nhúng từng miếng đậu vào hỗn hợp sao cho bột bám đều. Không nên cho tất cả đậu vào cùng một lúc, tránh vỡ đậu.

Đổ dầu vào chảo, đợi thật sôi thì cho đậu vào rán. Nếu dầu chưa sôi thì bột sẽ tách khỏi miếng đậu và dính vào đáy chảo, gây cháy khét

Đậu vàng đều thì vớt ra, đặt lên giấy thấm dầu, khi ăn sẽ không bị ngấy

TRÀNG LỢN HẤP GỪNG



Đây là một món ăn dân dã nhưng khá hấp dẫn cho những bữa nhậu.

Nguyên liệu:

- 500 g tráng lợn, rửa sạch với muối và phèn chua nhiều lần, xả sạch, để ráo nước.

- 50 g gừng, gọt vỏ, rửa sạch, thái sợi.

- Rau răm, nhặt lá, rửa sạch, thái nhỏ, hoặc để nguyên lá.

- Mắm tôm, chanh ớt, nước tương, muối, tiêu, đường.

Thực hiện:

Đun nước sôi, cho ít muối vào nồi nước. Thả tráng vào, luộc vừa chín tới, vớt ra, thả ngay vào chậu nước nguội. Vớt ra để ráo nước.

Thái tráng thành miếng vừa ăn. Ướp gia vị gồm: nước tương, muối, đường, tiêu, gừng, ớt thái lát. Cho vào xửng hấp 3 phút cho ngấm gia vị.

Pha mắm tôm: 2 thìa mắm tôm, 2 thìa nước cốt chanh, 1 thìa đường, ớt băm, tỏi băm. Đánh cho hỗn hợp nổi bọt.

HẾN TRỘN VỪNG



Món này bạn có thể ăn cùng bánh đa nướng. Vừa nhâm nhi cốc bia vừa bẻ miếng bánh để xúc hến thì thật là tuyệt.

Nguyên liệu:

- 3 kg hến, ngâm, rửa sạch, hấp chín, gỡ lấy thịt hoặc 300 g thịt hến đã gỡ sẵn.
- 50 g vừng trắng, rang vàng.
- 1 thìa sả băm, rang vàng thơm.
- Rau răm, nhặt lá, rửa sạch, thái sợi.
- Ớt thái lát.
- Bánh đa vừng.
- Nước mắm, muối, tiêu, đường.

Thực hiện:

Trộn hến với vừng rang, sả rang, ớt, nêm gia vị vừa miệng. Để ngấm gia vị 10 phút.

Cho hến đã trộn gia vị vào chảo cháy với lửa vừa, nêm lại cho vừa miệng. Cho rau răm vào trộn đều, tắt bếp.

Bánh đa có thể nướng hoặc chiên vàng. Tận hơn, bạn có thể mua bánh đa nướng sẵn.

Thưởng thức:

Cho ra đĩa, trang trí thêm rau răm xung quanh.

RAU CÀNG CUA TRỘN CUA



Trong bữa tiệc món này dùng để khai vị, rất ngon và lạ miệng.

Nguyên liệu:

- 200 g thịt nạc cua, bảo quản ngay trong ngăn đá tủ lạnh khi chưa dùng.

- 400 g rau càng cua, nhặt rửa sạch, để ráo nước.

- ½ chén giấm nuôi.

- 2 thìa đường.

- 1 thìa tỏi phi thơm.

- 1 thìa muối.

- 1 thìa bột năng.

- ½ thìa tiêu.

Thực hiện:

Trộn hỗn hợp gồm: ½ chén giấm, đường, tỏi phi, muối, bột năng pha loãng, tiêu.

Xếp rau càng cua ra đĩa.

Đào nhanh thịt nạc cua với hỗn hợp gia vị vừa trộn. Khi nước sanh sánh, tắt bếp.

Cho cua lên trên đĩa rau càng cua đã xếp sẵn.

Thưởng thức:

Dùng với cơm nóng và nước tương ớt.

BẦU LUỘC TRỨNG



Không xào, không rán, nhưng vẫn thơm ngon, dễ tiêu và dinh dưỡng là đặc trưng của món ăn này.

Nguyên liệu:

- 1 quả bầu (500 g), gọt vỏ, rửa sạch, thái

khoanh tròn dày 2 cm.

- 3 quả trứng vịt (hoặc trứng gà).
- Hành lá, rửa sạch, thái khúc.
- Chanh, ớt.
- Muối, nước mắm.

Thực hiện:

Nước sôi cho ít muối vào nồi nước, cho bầu vào luộc với lửa lớn. Thời gian luộc tùy theo bạn thích dùng mềm hay vừa mềm tới. Bạn có thể thay công đoạn chế biến này bằng cách hấp, miếng bầu sẽ ngọt hơn nhưng không mềm như luộc. Thái làm 4 hoặc 6 miếng vừa ăn, xếp ra đĩa.

Trụng hành lá với nước sôi, vớt ra.

Trứng luộc chín, bóc vỏ, cắt khoanh tròn (dày 1-1,5 cm).

Xếp trứng lên từng miếng bầu cho hành lá xung quanh.

Thưởng thức:

Dùng với nước mắm ngon, chanh, ớt (có vị mặn chua nhẹ).

CÁ HẤP MÍA



Món cá này có thể ăn nóng với bún, rau sống, hoặc cơm và nước mắm chua ngọt.

Nguyên liệu:

- 4 con cá bạc má (hoặc cá ngân), làm sạch, để ráo.

- 2 cây mía lau, gọt sạch vỏ, chặt khúc, chẻ nhỏ.
- Rau răm, nhặt lá rửa sạch.
- Hành, tỏi băm nhỏ.
- Muối, tiêu, đường, nước mắm ngon.

Thực hiện:

Ướp cá với muối, tiêu, đường, nước mắm, hành tỏi băm. Để ít phút cho thấm gia vị. Cho ít rau răm vào bụng cá.

Xếp mía dưới khay, đặt cá lên trên. Xếp một lớp mía, một lớp cá. Trên cùng là một lớp mía.

Xếp rau răm quanh nồi.

Nước sôi, cho khay cá vào hấp cách thủy. Thỉnh thoảng xả hơi nước.

Dùng tăm hoặc đầu đũa xăm thử, không ra nước hồng là cá chín.

Thưởng thức:

Bày cá ra đĩa, trang trí với ớt, củ hành tím, hành lá.

NỘM PHỔ TAI



Giòn, có vị chua ngọt, đó là sự hấp dẫn rất riêng của món nộm này. Bạn có thể bắt đầu bữa tiệc bằng món ăn nhẹ nhàng này.

Nguyên liệu:

- 300 g phổ tai, ngâm 20 phút, vớt ra xả sạch, thái khúc, để ráo.
- 500 g dưa leo, rửa sạch, bỏ ruột, thái sợi.
- 300 g cà rốt, thái sợi.
- ½ ức gà, rửa sạch.
- 50 g lạc rang, bỏ vỏ, giã nhuyễn.
- 3 quả chanh, vắt nước.
- Muối, đường, nước mắm.

Thực hiện:

Ức gà luộc chín, xé sợi, bỏ xương.

Bóp dưa leo, cà rốt với muối, xả sạch, vắt ráo.

Trộn nước cốt chanh với 4 thìa đường, 4 thìa cà phê nước mắm. Khuấy đều cho đường tan.

Trộn hỗn hợp gồm phổ tai, dưa leo, cà rốt, thịt gà, ½ thìa lạc rang, ớt, với hỗn hợp nước chanh.

Thương thức:

Dọn ra đĩa tròn lớn, rắc thêm ít lạc rang lên trên, trang trí vài lát ớt và rau mùi.

Dọn kèm với bánh đa nướng hoặc bánh phồng tôm

CÁ NƯỚNG CHANH

Vị chua của chanh sẽ át đi cái tanh của cá, không những thế, nó còn làm cho món ăn thêm đậm đà. Cá nướng chanh thích hợp cho cả bữa cơm hằng ngày lẫn dịp lễ tết.

Nguyên liệu

- 1 khúc giữa cá thu (khoảng 500 g).
- Chanh tươi, gia vị, dầu ăn, nước mắm, mì chính, ớt, tỏi, than hoa.

Thực hiện:

Chọn loại cá thu tươi, lấy một khúc to, rửa sạch, để ráo nước và khía sâu thành 4 lát (nhưng vẫn dính vào nhau). Ướp cá với gia vị, dầu ăn trong khoảng 10 phút.

Chanh tươi chọn quả to, cắt lát dày, mỗi chỗ khía cho một lát chanh vào giữa.

Quạt hồng than hoa, đặt cá vào vỉ rồi nướng. Trong quá trình nướng, vắt lấy nước cốt chanh trộn với dầu ăn và rưới đều lên mình cá. Nướng kỹ, trở đều hai mặt cá.

Khi lấy thịt, cá chín vàng đều, dậy mùi thơm ngào ngạt.

Pha nước chấm gồm nước mắm, chanh, ớt, tỏi, tiêu xay, mì chính. Cá ăn nóng với nước chấm, kèm một chút rượu hoặc bia.

CÁ QUẢ NƯỚNG ỐNG TRE

Khi nào bạn cảm thấy đã quá ngán cá kho hay rán, hãy chuyển sang cá nướng. Điều đặc biệt của món ăn hôm nay là cá được nướng trong ống tre, sẽ mang đến cho bạn một hương vị thật kỳ lạ.

Nguyên liệu:

- 1 con cá khoảng 700 g
- 1 ống tre dài khoảng 40 cm.
- 1 giấy thiếc để bọc ống tre.
- Than hoa.
- Rau xà lách, rau ngổ, khế chua, chuối xanh, gừng, tỏi, hành khô, tiêu xay, đường, mì chính, nước mắm, chanh tươi, ớt.

Thực hiện:

Cá đánh vẩy, bóc bỏ mang, rửa sạch, để ráo. Để nguyên cả con hoặc lạng đôi con cá nhưng vẫn giữ nguyên xương sống của cá.

Phi mỡ già, cho hành, tỏi băm khô nhỏ vào phi thơm rồi trộn đường, mắm, mì chính cho đều và phủ lên cá, hoặc xát vào giữa mình cá cho ngấm gia vị.

Ống tre rửa sạch, để khô rồi chẻ lấy một nửa, tráng mỡ rồi cho cá vào, bọc giấy thiếc, sau đó nướng trên bếp than hoa trong khoảng 15 đến 20 phút. Cá nướng xong đưa vào nửa ống tre còn lại.

Rau sống nhặt, rửa sạch. Chuối xanh bóc vỏ, thái chỉ, ngâm vào nước chanh để đỡ thâm. Gừng cạo vỏ, rửa sạch, thái chỉ.

Bày cá trên đĩa to hình bầu dục, đặt rau sống, chuối xanh, gừng xung quanh và cá vào giữa.

Thưởng thức:

Cá quả nướng ống tre ăn với rau sống và chấm nước mắm có pha chanh, ớt.

CẦN TÂY XÀO HẠT ĐIỀU



Nguyên liệu dễ kiếm mà cách chế biến cũng đơn giản, bạn không phải mất quá nhiều thời gian mà vẫn có được một món xào hấp dẫn.

Nguyên liệu:

- Tôm thẻ lớn: 300 g.
- Cần tây: 200 g.
- Hạt điều: 100 g.
- Tỏi, gừng, băm.
- Nước dùng: 0,5 kg xương hầm lấy một ít nước.
- Tiêu, muối, bột nêm vị gà, dầu ăn, bột năng.

Thực hiện:

Tôm lột vỏ, chừa đuôi, chẻ lưng lấy chỉ đen, rửa sạch, ướp muối và bột nêm gia vị gà.

Cần tây rửa sạch, cắt khúc 2 cm.

Bắc chảo dầu nóng, cho hạt điều vào chiên sơ rồi vớt ra, đổ dầu ra hết.

Tỏi, gừng băm phi thơm. Cho tôm và cần tây vào xào gần chín, sau đó bỏ hạt điều, nước dùng, tiêu, muối, bột nêm vị gà, bột năng xào sơ cho khô, nêm lại vừa ăn.

CHUỐI ĐỐT RƯỢU



Món chuối đốt rượu này rất thơm và lạ miệng. Dùng nóng hay nguội đều ngon.

Nguyên liệu:

- 2 quả chuối sứ

- 50 g đường ngà

- 100 ml rượu rum

Thực hiện:

Chọn chuối thật chín, không bị dập, bóc vỏ, có thể để chuối nguyên quả hoặc ép hơi dẹp, tùy ý thích.

Cho đường vào chảo, cho một ít nước sôi vào (lượng nước chỉ vừa đủ cho đường có độ ẩm).

Nấu sôi cho đến khi thấy đường bắt đầu kéo chỉ, ngả sang màu vàng nâu là được.

Xếp chuối ra đĩa, rưới nước đường lên trên.

Đổ rượu rum vào đĩa chuối, châm lửa đốt. Để lửa cháy trong khoảng nửa phút.

SÒ HUYẾT XỐT CHUA CAY



Đến cuối tuần, bạn có thể cải thiện bữa ăn cho gia đình mình bằng món hải sản bình dân này.

Nguyên liệu:

- 1 kg sò huyết, chọn con to, chắc thịt, rửa sạch bùn, tách vỏ. Thịt sò để ráo nước.

- Tỏi, ớt băm nhuyễn.
- Gừng gọt vỏ, băm nhuyễn.
- Hành lá rửa sạch, thái nhuyễn.
- Dấm, dầu ăn.
- Nước mắm, đường, muối, tiêu.

Thực hiện:

Dầu nóng, cho hành, tỏi, gừng, ớt vào chảo đảo đều.

Đợi hỗn hợp có mùi thơm, cho thịt sò vào, đảo nhanh với lửa lớn.

Nêm nước mắm, muối tiêu, đường, dấm sao cho món ăn có vị chua cay là được.

Cho thịt sò vào từng nửa mảnh vỏ sò đã rửa sạch.

Thưởng thức

Nếu thích dùng cay, có thể xào sò cùng với tương ớt sa tế, hương vị sẽ đậm đà hơn.

Trình bày với rau sa lát, hoặc cải xoong. Dùng nóng.

CHIM CÚT NƯỚNG TỎI ỚT



Món này dùng kèm với cơm nếp, xôi chiên phồng hay bánh mì và tương ớt, khi bày nhớ xếp cà chua, sa lát cho sinh động.

Nguyên liệu:

- 2 con chim cút, làm sạch, chẻ đôi theo đường bụng, để ráo nước.
- 10 g tôm khô, ngâm mềm, giã nhuyễn.
- Tỏi, ớt, rau mùi băm nhuyễn.
- Gừng gọt vỏ, băm nhuyễn.
- Dầu ăn, muối, tiêu, đường, nước mắm, xì dầu.

Thực hiện

Trộn gia vị: hành lá, tỏi, gừng, ớt, mùi, tôm khô, nước mắm, muối, tiêu, đường và dầu ăn.

Ướp chim cút với hỗn hợp gia vị trên. Để khoảng 1 giờ cho cút ngấm gia vị.

Nướng cút chín vàng bằng lò nướng, hoặc có thể nướng bằng vỉ trên bếp than hồng.

BÒ NƯỚNG BƠ



Món này vừa ngậy mùi bơ quện với thịt nhưng không hề ngấy. Chỉ cần nhìn đĩa thịt thôi bạn đã muốn thưởng thức ngay rồi.

Nguyên liệu:

- 2 kg sườn bò.

- 3 tép tỏi, đập giập.
- Dầu ô liu.
- Hạt tiêu giã sơ.

Thực hiện:

Tẩm thịt bằng dầu ôliu. Xát tiêu và tỏi vào thịt. Cắm thước đo vào giữa nhưng không đung giẻ sườn.

Dàn than hồng quanh dưới xoong hứng nước thịt với độ khá nóng (thử hơi tay đếm 3 giây), đặt phần mỡ sườn ngửa trên vỉ, dưới là xoong hứng hạ thấp xuống rồi nướng đến lúc thước đo chỉ 700 độ C là cỡ tái (trong khoảng 120 phút), hoặc chín kỹ (khoảng 135 phút). Lấy sườn ra để đó 10 phút rồi hãy chặt, dọn ra ăn với bơ.

BÒ NƯỚNG MÙ TẠT



Chỉ khoảng 20 phút là bạn đã có thể chế biến được món ăn này. Với món bò nướng bạn đã có bữa ăn thịnh soạn cho ngày cuối tuần.

Nguyên liệu:

- 1,5 kg thịt nạc thăn bò.
- 1/4 tách hạt mù tạt nghiền thô.
- 2 thìa canh dầu ôliu.
- 2 thìa canh rượu Brandy.
- Hạt tiêu mới xay.

Thực hiện:

- Lạng bỏ mỡ bò, trộn đều phụ gia gồm mù tạt, Brandy, dầu và hạt tiêu rồi phết đều lên thịt.
- Vun than hồng lên, nướng thịt trong 6 phút hoặc đến độ chín như ý.

PHỞ GÀ



Nói đến các món ăn của Việt Nam không thể không nhắc đến phở. Còn gì thú vị hơn khi được thưởng thức món ăn này ở phố Lý Quốc Sư hay phở Thìn Hà Nội. Nhưng sẽ càng thú vị hơn khi được thưởng thức bát phở do chính tay mình chế biến.

Nguyên liệu:

- 1 con gà mái ta: 2 kg.
- Bánh phở: 1 kg.
- Hành khô: 100 gr.
- Tôm nõn khô
- 2 củ gừng.
- Nước mắm ngon: 100 gr.
- Hành lá, mùi, lá chanh, giấm, tương ớt.
- Gia vị: 2 trái chanh, giá sống, ớt trái.

Thực hiện:

Xương lợn rửa sạch, chặt nhỏ rồi cho vào nồi đổ ngập nước, đun thật sôi. Lấy muôi vớt bỏ bọt, hạ lửa cho vừa để nồi nước chỉ sôi lăn tăn (chú ý phải vớt bỏ bọt nhiều lần để nước dùng thật trong).

Gà làm sạch, mổ moi rửa sạch trong bụng cho hết nước đỏ. Đổ nước cho vừa ngập gà, thêm vào chút muối, hành giã nhỏ, gừng giã giập rồi bắc lên bếp đun sôi. Lấy muôi hớt bỏ những phần bọt. Khi nào thấy gà nổi lên và có váng mỡ trên mặt nước là gà đã chín. Vớt gà ra, treo lên cho ráo nước trong bụng và nhanh nguội.

Chờ gà nguội, lọc lấy phần thịt (không nên xé thịt gà miếng nhỏ quá vì sẽ nhanh khô, không ngon). Phần xương gà còn lại cho tiếp vào nồi nước luộc lúc nãy, hầm tiếp cho ngọt nước.

Lọc phần nước xương lợn và nước luộc gà đổ vào một nồi. Tôm nướng qua, cho vào miếng vải mỏng buộc lại thả vào nồi. Đến khi nước sôi, nêm nếm lại rồi chia phở ra tô, lấy phần thịt gà xếp lên trên với hành ngò, chan nước lên phở.

CƠM GÀ



Đã đến cuối tuần. Bạn có thể trở tài đầu bếp với món ăn này. Chỉ nhìn đĩa cơm thôi bạn đã thấy sự hấp dẫn của nó. Hãy mời người thân cùng thưởng thức, họ sẽ thấy thú vị lắm đấy.

Nguyên liệu:

- 1 chén gạo thơm.
- 1 đùi gà.
- 150g cải thảo.
- 1 củ cà rốt nhỏ.
- 1 thìa canh gừng, ớt, tỏi giã nhỏ.

- 1 thìa canh muối hạt.
- 1 thìa canh giấm.
- 1 thìa canh đường.

Thực hiện:

Cơm nấu bằng nước dùng gà.

Đùi gà rửa sạch, khứa hai bên mặt, cho vào đĩa sâu lòng, đem hấp cách thủy 30 phút, nhắc xuống.

Cà rốt gọt vỏ, rửa, tía hoa cắt lát mỏng.

Cải thảo cắt ngắn, ướp muối hạt, để 30 phút (10 phút xóc 1 lần để cải ngấm muối), rửa cải trong nước lạnh nhiều lần, vắt ráo, gỡ rời.

Trộn cải với cà rốt, ớt, gừng, tỏi giã nhỏ, giấm, đường, cho vào tủ lạnh trước khi dùng hai giờ.

Bày cơm ra đĩa, để đùi gà và cải thảo một góc đĩa, dọn ăn với nước tương ngon.

CÁ MÒI XỐT



Món này chế biến nhanh, gọn, rất thích hợp cho bữa trưa nhẹ nhàng mà vẫn đủ năng lượng. Thường thức cá mòi xốt kèm với rau xà lách và vài lát bánh mì.

Nguyên liệu:

- 1 hộp cá mòi (mua tại các siêu thị, cửa hàng thực phẩm chế biến).
- 1 củ hành tây nhỏ.
- 1 quả cà chua chín.

- 1 cây xà lách.
- Muối, tiêu, đường, ớt, rau mùi, dưa chuột để trang trí.

Thực hiện:

- Mở nắp hộp, lấy cá và nước sốt thật khéo, không để cá bị nát.
- Hành tây bóc vỏ, rửa sạch, cắt thành múi. Giữ lại một ít cắt khoanh tròn để trang trí.
- Cà chua tía hoa. Xà lách rửa sạch.
- Chảo nóng, cho dầu vào phi tỏi thơm. Cho hành tây cắt múi vào xào nhanh tay. Trút cá mèi vào, thêm ít gia vị cho vừa ăn rồi tắt bếp ngay.

Thương thức:

Xếp cá ra đĩa. Trang trí với cà chua, hành tây, ớt, rau mùi, dưa chuột. Dùng ngay khi còn nóng.

CÁ NGỪ HẤP CẢI RỎ



Món này khá hấp dẫn mà giá thành tương đối rẻ, hơn nữa lại không tốn quá nhiều thời gian của bạn.

Nguyên liệu:

- 1 hộp cá ngừ ngâm dầu (của Vissan hoặc Hạ Long)

- 300 g cải rỏ
- Muối tiêu, đường, nước tương, dầu ăn, tỏi, hành lá, rau mùi
- Bánh mì

Thực hiện:

Cải rổ nhặt sạch, cắt ngắn 3 cm, rửa sạch, để ráo. Trụng sơ qua với nước sôi, để ráo.

Bắc chảo nóng, cho dầu ăn và tỏi phi thơm. Cho cải vào xào đều, nêm gia vị. Trút cá vào (dùng luôn cả nước dầu trong cá), đảo đều, nêm lại cho vừa ăn

Trình bày

Xếp cải rổ phía dưới đĩa. Trút cá lên trên. Cho hành lá và rau mùi cắt khúc, rắc tiêu.

Ăn nóng cùng với bánh mì

Có thể dùng thêm muối tiêu, chanh, tương ớt hoặc nước tương nếu thích.

BÚN TÔM - THỊT LUỘC



Sau khi chế biến bạn có thể trình bày theo cách sau để món ăn thêm hấp dẫn: xếp xà lách quanh đĩa, xếp thịt lên trên, tôm chua ở giữa.

Nguyên liệu:

- 1 lọ tôm chua nhỏ (200 g).
- 300 g thịt chân giò hoặc thịt ba chỉ.
- Xà lách, dưa chuột, rau thơm.
- 1 kg bún tươi.
- 2 bát nhỏ nước dứa tươi.
- Nước mắm, chanh, đường, tỏi ớt.

Thực hiện:

Thịt cạo rửa sạch, để ráo.

Đun sôi 1 chén nước dứa, 1 chén nước lã, 1/2 thìa muối. Thả thịt vào, luộc chín. Ngâm nước nguội cho thịt trắng. Vớt ra, cắt lát mỏng.

Pha nước mắm chua ngọt, đun 4 thìa đường với 1/2 bát nước dứa, để nguội. Pha hỗn hợp này với 3 thìa nước mắm, nước cốt 1 quả chanh. Khuấy đều, nêm vừa ăn, cho ớt, tỏi băm nhuyễn vào.

Thưởng thức:

Ăn kèm dưa chuột, rau thơm và bún (hoặc bánh tráng cuốn), chấm nước mắm chua ngọt.

BÚN HOA



Với một số nguyên liệu đã chế biến sẵn bạn sẽ có được món ăn sáng thật ngon mà không mất nhiều thời gian.

Nguyên liệu:

- 50 g bún tàu, chiên giòn.
- 160 g bông cải, cắt vừa ăn, trụng chín tái.
- 150 g tim, gan, cật, chà muối, xả sạch, để ráo, ướp gia vị (tỏi phi thơm, muối tiêu, đường dầu mè) để thấm 10 phút.
- Muối tiêu, đường dầu mè đen, hành, rau mùi.

Thực hiện:

Phi thơm tỏi, cho tim, gan, cật xào chín. Nêm gia vị vừa ăn.

Dùng chảo khác để xào bông cải, nêm gia vị. Trút hỗn hợp tim gan vào, đảo đều.

Trình bày:

Xếp bún tàu chiên giòn ra đĩa. Trút hỗn hợp xào lên trên, rắc tiêu và rau mùi, ăn nóng với nước tương.

Có thể làm sốt chua ngọt (1 thìa bột năng, 3 thìa dấm, 2 thìa đường, nửa thìa muối, 1 thìa tương xí muội, 2 thìa nước dùng. Khuấy tan, xào đều) chan lên bún.

THỊT GÀ CHIÊN XÙ



Lâu lâu bạn muốn trở tài đầu bếp để chiêu đãi bạn bè thì không gì thích hợp hơn là món gà chiên này. Nguyên liệu dễ kiếm mà cách chế biến cũng tương đối đơn giản.

Nguyên liệu:

Nạc ức gà, lấy da để riêng, cắt thành miếng khoảng hai ngón tay, dày chừng 1 cm.

Cho từng miếng thịt vào bao nylon sạch, dùng búa chuyên dụng dầm dền cho miếng thịt mỏng ra còn bằng 1/3 bề dày ban đầu, cắt sửa miếng thịt cho đều nhau, đẹp mắt; miếng thịt phải có độ mỏng vừa đủ để khi vỏ bột vàng giòn là thịt cũng vừa chín. Phần da gà cắt miếng hình thoi khoảng nửa hai ngón tay.

Ướp trộn mỗi 500g thịt với: 3/4 muỗng cà phê muối + 1/2 muỗng nhỏ tiêu + 1 muỗng xúp hành ta băm nhuyễn, để thịt qua một giờ trong tủ lạnh.

Pha hỗn hợp:

Trộn 200g bột với 1 trứng gà đánh tan, khuấy đều. Xem thử bột loãng, đặc, cho chút sữa tươi vừa đủ để khi nhúng thịt vào, bột chỉ bám một lớp vừa mỏng quanh thịt. Cuối cùng, nêm vào 1/4 muỗng cà

phê muối cho hỗn hợp trứng - bột đậm đà. Chuẩn bị 1/2 tô nhỏ bột chiên xù. Chảo nhiều dầu.

Chiên:

Nhúng từng miếng thịt gà vào bột trứng, để chảy vừa hết, lăn vào bột chiên xù để bột bám một lớp dày đều. Thả vào dầu nóng, canh vừa lửa, chiên thấy bột ngoài trở vàng giòn là được. Vớt ra, đặt thịt lên giấy thấm cho hút ráo dầu.

Xốt cà để chấm gà:

Pha loãng 1/2 chén xốt cà chua đặc với ít đường cho có vị ngọt nhẹ rồi nêm vào ít chanh để thêm vị chua, sau cùng thêm 1/5 muỗng cà phê muối. Phi thơm 1/2 muỗng xúp dầu ăn với 1/2 muỗng cà phê gừng non băm nhỏ, cho xốt cà vào nấu sôi, nêm vào 1/2 muỗng cà phê dầu mè đen trước khi bắc xuống.

NEM RAU



Nem rán là món ăn đặc sản của Việt Nam. Ngoài nhân nem bằng thịt còn có cả nhân nem bằng rau • Và bây giờ mời bạn hãy thử làm theo cách sau đây.

Nguyên liệu:

- Vở nem rán: 1 gói.
- Thịt nạc vai: 200 g.
- Dừa nạo: 50 g.
- Củ đậu: 200 g.
- Su hào và cà rốt: 100 g.
- Miến: 100 g.

- Hạt tiêu, dầu rán, hành hoa, gia vị.
- Mộc nhĩ, nấm hương: 100 g.
- Trứng vịt: 2 quả.
- Đường, dấm, tỏi, ớt.
- Đu đủ xanh.
- Rau sống, dưa chuột.

Thực hiện:

Thịt lợn băm nhỏ cùng hành hoa. Mộc nhĩ và nấm hương ngâm nở, nhặt rửa sạch, thái chỉ. Củ đậu, su hào, cà rốt, gọt vỏ, rửa sạch và thái chỉ. Miến ngâm nở cắt khúc, dưa nạo cắt đoạn ngắn

Trộn tất cả các nguyên liệu trên và đánh thật kỹ với hai lòng trứng vịt. Nêm thêm chút gia vị và hạt tiêu. Trải vỏ nem rế ra, cho một chút nhân vào trong rồi gói lại làm sao không để nhân thò ra ngoài.

Khi dầu rán nóng già cho từng chiếc nem vào rán cho tới lúc vàng xuộm là được.

Đu đủ xanh gọt bỏ vỏ và hạt, thái mỏng rồi ngâm với chút nước dấm, đường làm dưa góp.

Nem ăn nóng chấm với nước mắm pha đường, dấm, ớt, tỏi và kèm với rau sống, dưa chuột.

KHOAI TÂY BỌC THỊT BÒ



Vị ngọt của khoai tây quyện với thịt bò tạo nên một hương vị mới khá hấp dẫn. Để chế biến thành công món ăn này bạn hãy chú ý cách sơ chế khoai tây.

Nguyên liệu:

- 1 kg khoai tây, gọt vỏ, rửa sạch.
- 200 g bột khoai tây.
- 100 g thịt bò rửa sạch, băm nhỏ.
- 100 g tôm bóc vỏ, giã nhuyễn.
- Tỏi, hành tây băm nhuyễn.
- Bột giòn.
- Bơ mặn.
- 1 lòng đỏ trứng.
- Muối, tiêu, đường.

Thực hiện:

Hấp khoai tây chín, dùng thìa tán nhuyễn.

Cho nước sôi từ từ vào bột khoai tây, khuấy đều cho đến khi bột hơi sền sệt. Trộn bột với khoai tây tán nhuyễn, cho một ít muối, bơ vào trộn đều. Vo bột thành viên.

Ướp thịt và tôm với tỏi, củ hành, gia vị, để hỗn hợp ngấm gia vị khoảng vài phút.

Cho tôm thịt vào giữa viên bột, nhúng vào lòng đỏ trứng gà, lăn qua bột giòn. Thả vào dầu nóng, chiên vàng.

Thưởng thức:

Dùng với nước tương ớt.

MÌ NGŨ SẮC



Không những có màu sắc bắt mắt, đĩa mì này còn rất hấp dẫn thực khách nhờ hương vị khá đặc biệt. Bạn có thể chuẩn bị cho bữa tiệc đãi khách với món ăn này.

Nguyên liệu:

- 3 vắt mì trứng lớn, trụng chín, xả qua nước lạnh.
- 50 g chả lụa, cắt hạt lựu.
- 50 g xúc xích, cắt hạt lựu.
- 50 g cà rốt, gọt vỏ, cắt hạt lựu, trụng sơ.
- 2 quả trứng vịt, tráng mỏng, xắt nhuyễn.
- Đậu hoà lan hạt lựu chín, ngâm qua nước nguội cho xanh.
- Gia vị: nước tương, muối, đường, dầu ăn, tiêu, rau mùi.

Thực hiện:

Đặt chảo lên bếp, cho dầu ăn và tỏi, phi thơm. Cho chả lụa, xúc xích, đậu hoà lan hạt, cà rốt và gia vị, xào sơ cho thấm.

Mì trộn gia vị, dầu ăn, bóp đều, cho thấm và toi sợi mì. Chảo nóng phi thơm dầu, cho mì vào xào lửa lớn cho thấm gia vị.

Trình bày:

Trút mì ra đĩa tròn lớn. Xếp xúc xích, trứng, cà rốt, chả lụa, đậu hoà lan lên trên. Rắc rau mùi và tiêu. Ăn nóng với nước tương.

BÒ TRÁI DỪA



Món ăn này dùng nóng với cơm trắng hoặc bánh mì.

Nguyên liệu:

- 300 g thịt bò mềm, rửa sạch, thái

miếng chữ nhật bằng ngón tay

- ½ lit nước cốt dừa
- 1 quả dừa khô, bỏ nước
- Củ hành tím, tỏi, sả, riềng, ớt, gừng băm nhuyễn
- Dầu ăn, muối, nước mắm, đường cát vàng.

Thực hiện:

Ướp thịt bò với nước mắm, đường, dầu ăn, hành, tỏi, sả, gừng, riềng, và ớt. Để khoảng 30 phút cho thịt ngấm gia vị.

Dầu nóng, cho thịt bò vào xào thơm. Nêm thêm ít nước mắm, đường và chút muối.

Cho nước sôi và nửa phần nước cốt dừa vào ngập thịt, hầm cho thịt mềm. Cho tiếp nửa phần nước cốt dừa còn lại và, đun lửa to cho sôi lại khoảng 5 phút.

Cho thịt vào quả dừa khô.

GÀ CHIÊN XỐT CAM



Sự kết hợp giữa vị chua của hoa quả và vị ngọt, đậm đà của thịt gà là nét đặc trưng của món ăn này. Khi thưởng thức, bạn sẽ có cảm giác đang ngồi giữa vườn cây và hòa cùng thiên nhiên.

Nguyên liệu:

- 300 g đùi gà, rửa sạch, bỏ xương, thái miếng vừa ăn
- 1 quả cam vàng (cam Mỹ), thái thành lát mỏng
- 200 ml nước cam tươi (hoặc nước cam hộp)
- Bột bắp, bột năng, dầu ăn, muối, tiêu, đường.

Thực hiện:

Ướp gà với muối và ít bột năng.

Dầu sôi, cho gà vào chiên vàng. Vớt ra để ráo dầu.

Xếp gà ra đĩa, xen kẽ với cam.

Đổ một ít nước sôi vào chảo, cho nước cam vào, nêm muối, đường sao cho hỗn hợp có vị hơi chua chua, vừa miệng.

Nước cam sôi, cho một ít bột bắp pha loãng vào, khuấy đều cho hỗn hợp hơi sánh lại.

Rưới nước sốt cam lên đĩa gà, rắc tiêu, rau mùi.

Thưởng thức:

Dọn với bánh mì hay cơm trắng, dùng nóng.

TÔM BÁCH HOA



Món này có thể dùng nóng với tương xì muối hoặc tương ớt.

- 4 lát bánh mì sandwich, thái miếng hình chữ nhật.

- 20 con tôm sú (10 con vừa, 10 con lớn), rửa sạch.
- 50 g mỡ gáy, thái hạt lựu nhỏ.
- Bột năng.
- Dầu ăn, muối, tiêu, đường.

Thực hiện

Bóc vỏ 10 con tôm vừa, chừa đuôi, để ráo nước.

Bóc vỏ 10 con tôm lớn, đập hoặc giã nhuyễn.

Trộn mỡ với đường cho trong.

Trộn mỡ trong với tôm giã, nêm muối, tiêu, đường.

Quết phần tôm này lên bánh mì, rắc thêm một ít bột năng, đặt tôm lên trên.

Dầu thật sôi, cho bánh mì đã quết tôm vào chiên vàng.

Khi bánh mì vàng, vớt bánh ra giấy thấm dầu.

NGHÊU NƯỚNG MỠ HÀNH



Lâu lâu bạn hãy chế biến một món hải sản làm phong phú thêm khẩu vị của gia đình. Món nghêu nướng này sẽ đem lại cho bạn sự ngon miệng đến bất ngờ.

Nguyên liệu:

- 1 kg nghêu.
- 1 thìa cà phê mỡ nước.
- 1 thìa cà phê hành lá cắt nhỏ.
- 1 thìa cà phê đường.
- 1 thìa cà phê nước cốt chanh.
- 1 thìa cà phê nước mắm ngon.
- 2 thìa cà phê nước đun sôi để nguội.
- 1/3 thìa cà phê ớt tỏi băm nhỏ.

Thực hiện:

Nghêu chà rửa sạch sẽ, để ráo nước.

Nấu sôi mỡ cho hành vào khuấy đều nhắc xuống. Khuấy tan đường trong nước cho nước mắm + chanh + ớt tỏi vào khuấy đều, nêm có vị hơi mặn, ngọt và chua.

Quạt hồng lò than, đặt vỉ nướng lên lò, xếp nghêu lên nướng, vỏ nghêu mở ra là được.

Khi ăn múc một chút mỡ hành và nước mắm rưới lên nghêu nóng với bánh mì.

CHẢ TRỨNG HẤP



Món chả trứng thường dùng với cơm nóng, kèm dưa chuột và nước tương ớt.

Nguyên liệu:

- 2 quả trứng vịt.
- 100 g thịt nạc dăm, băm nhuyễn.
- 5 tai nấm mèo lớn, ngâm nước sôi cho nở, thái sợi nhỏ.
- 5 g bún tàu, ngâm nở, thái nhỏ.
- 2 thìa cà phê dầu ăn.
- Hành, mùi.
- Muối, đường, nước mắm, tiêu.

Thực hiện:

Đập trứng ra bát. Dùng thìa vớt $\frac{1}{2}$ lòng đỏ trứng để riêng. Đánh tan lòng trắng và lòng đỏ của phần trứng còn lại.

Cho thịt, nấm mèo, bún tàu vào bát trứng, trộn đều, nêm gia vị cho vừa ăn.

Cho bát chả vào nồi, hấp chín.

Đánh tan dầu và $\frac{1}{2}$ lòng đỏ trứng. Chờ chả chín, thoa lòng đỏ trứng lên mặt chả, hấp thêm vài phút nữa (không đập nắp).

CƠM TÔM



Nguyên liệu dễ kiếm mà cách chế biến cũng tương đối đơn giản chỉ vài chục phút là bạn đã một món ăn hấp dẫn.

Nguyên liệu:

- Gạo tẻ thơm: 500 g.
- Tôm he hoặc tôm sú: 400 g.
- Nấm hương: 20 g.
- Tỏi, hành, tây, gia vị, dầu ăn.

Thực hiện:

- Chọn loại gạo tẻ thơm, vo sạch, nấu chín dẻo. Nấm hương rửa thật sạch, ngâm trong nước một lúc cho nở rồi vắt khô và xắt thành những miếng mỏng theo chiều dọc. Tỏi tây nhặt bỏ rễ và lá già, rửa thật sạch từng lá tỏi, vẩy khô và xắt nhỏ. Lấy 100 g tôm bóc vỏ, rang khô rồi giã nhỏ để làm ruốc.

- Bắc chảo lên bếp, phi thơm hành tỏi băm nhỏ rồi cho tôm, nấm, tỏi tây vào xào đến chín, nêm gia vị thật vừa ăn là được.

- Khi ăn, xới cơm ra bát nén chặt rồi hấp nhân tôm xào dàn thành lớp, rồi lại xới tiếp cơm trắng phủ lên trên cùng, nén thật chặt. Khi ăn úp ngược bát cơm ra, rắc ruốc tôm lên trên. Món cơm này ăn nóng cùng với nước chấm xì dầu.

GÀ NƯỚNG ỚT



Món ăn này khá cầu kỳ nhưng lại có một hương vị rất đặc biệt, thích hợp trong những bữa ăn sum họp và nên thưởng thức trong tiết trời se lạnh.

Nguyên liệu:

- 1 kg đùi gà.
- 1/2 tách nước tương đậm nành.
- 2 thìa canh mật ong.
- 3 quả ớt nhỏ băm nhuyễn.
- 2 thìa canh nước cốt chanh.
- 1 thìa canh dầu mè.
- Xà lách xoăn hoặc rau mùi.

Thực hiện:

Rửa đùi gà, để ráo rồi bỏ vào đĩa.

Trộn chung với nước tương, nước chanh, mật ong, dầu mè, ớt và mùi rồi rưới vào đĩa thịt gà, đập lại ướp trong tủ lạnh 90 phút.

Sau khi ướp, chặt cạn nước sốt, để sang một bên. Đốt lò khá nóng (thử hơ tay, đếm 3 giây) treo xoong hứng nước thịt dưới vỉ rồi đặt thịt lên, dàn thang hồng vây quanh xoong hứng nước thịt.

Nướng từ 45 đến 60 phút cho đùi gà không còn lòng đào, thỉnh thoảng tắm sốt ướp khi lật thịt qua lại.

GÀ ÁC TIÊM THUỐC BẮC



Với một số vị thuốc mua tại các cửa hiệu đông dược, cùng loại gà ác nhỏ con, thịt và xương có màu đen, bạn sẽ tạo ra một món ăn lành và bổ dưỡng.

Nguyên liệu:

- Một con gà ác, không cắt tiết, làm sạch, để ráo nước.
- 10 g hoài sơn, 10 g sinh địa, 10 g củ sâm, 10 g táo tàu.
- 1 quả dứa tươi.
- 1 thìa nước mắm.

Thực hiện:

Ngâm các vị thuốc bắc vào nước cho nở.

Cho gà vào thố, rải thuốc bắc xung quanh. Đổ nước dứa tươi vào, lưu ý nước phải ngập mặt gà.

Chuẩn bị nồi, cho thố gà vào hấp cách thủy. Có thể hấp trực tiếp với lửa riu riu cho gà mềm và thấm vị thuốc.

Thương thức:

Để nguyên gà trong thố. Dùng nóng.

CÁ ƯỚP XÌ DẦU BỎ LÒ



Bạn đã có trong tay một con cá tươi ngon, hãy thử cải thiện bữa ăn gia đình bằng món nướng này nhé, nó cũng khá hấp dẫn đấy.

Nguyên liệu:

- Lườn cá: 600 g.
- Xì dầu: 1 thìa cà phê.
- Tương: 3 thìa cà phê.
- Gừng thái nhỏ: 1 thìa cà phê.
- Muối tiêu vừa đủ.
- Lòng trắng trứng: 4 quả.
- Nước lọc: 4 thìa to.
- Dầu vừng: 2 thìa cà phê.

Thực hiện:

Ướp cá với xì dầu, tương, gừng thái nhỏ và muối, tiêu trong 10 phút. Rán cá vàng 2 mặt và bỏ vào lò nướng ở nhiệt độ 28 độ C trong 7 phút. Đánh tan lòng trắng trứng với nước và chưng lên cho đặc rồi bày cá lên trên mặt trứng. Rắc thêm vừng đã rang, thì là lên trên mặt cá rồi rưới nước cá lên trên, ăn nóng.

TÔM BÓ NGÓ SEN

Nếu được giao nhiệm vụ làm một bữa ăn đãi cả gia đình, với nhiều thế hệ ông bà, cha mẹ, con cái, tôm bó ngó sen là món rất thích hợp để bạn lựa chọn.

Nguyên liệu:

- 200 g tôm đất tươi, rửa sạch, để ráo.
- 200 g ức gà, rửa sạch.
- 50 g dưa kiệu chua, chẻ đôi.
- 2 quả dưa chuột, bỏ ruột; 1 củ cà rốt, rửa sạch, thái miếng dài 3 cm, ngâm dấm, đường 15 phút.
- 80 g gừng, thái sợi 3 cm.
- 100 g ngó sen chua.
- 100 g hẹ, nhúng nước sôi.

Thực hiện:

Hấp tôm với nước dưa tươi, bóc vỏ, có thể bỏ đuôi.

Thịt gà ướp gia vị vừa ăn, chiên vàng. Rưới thêm nước dưa cho gà ngấm gia vị bên trong. Xé miếng dài 3 cm, dày 1 cm.

Xếp thành từng bó gồm 1 con tôm, dưa chuột, kiệu, gừng, cà rốt, thịt gà, mỗi thứ 1 miếng. Dùng cọng hẹ cột lại như bó củi.

Thương thức:

Ăn kèm với nước mắm chua ngọt.