

Cách ăn uống của người Hoa



Mâm cúng của người Hoa.

Bữa ăn của người Hoa, kể cả ngày thường hay ngày lễ, thức ăn đều được sắp xếp, trang trí đẹp mắt, màu sắc hòa hợp trông rất bắt mắt.

Một quan niệm nữa là cùng nhau ăn mới vui. Uống trà có thể ngồi uống một mình, nhưng khi ăn phải cùng nhau ăn. Điều này giải thích tại sao khi những dịp con cháu tụ về đông đủ, người Hoa thường làm những món ngon, lạ để cả nhà cùng ăn. Họ thường dẫn cả nhà đi ăn tiệm.

“Đối với người Hoa, ăn để phòng bệnh, chữa bệnh là một việc, mà nghệ thuật ăn như thế nào cũng là điều được xem trọng. Họ quan niệm uống trà có thể độc ẩm - uống một mình - nhưng uống rượu phải cùng uống với bạn hữu. Trong bữa ăn, dù nghèo, thức ăn cũng phải được bày biện gọn mắt và đẹp mắt thì càng tốt, phải dọn món ăn sao cho thấy thềm ăn, và khi ăn, người Hoa có nhu cầu được ăn cùng với nhau. Họ thích bữa ăn với toàn gia đình cùng quây quần bên nhau hoặc ăn cùng với đồng đảo thân hữu, vừa ăn vừa trò chuyện, cười đùa thoải mái. Người ta tin rằng ăn uống trong tâm trạng vui vẻ, thanh thản, trong bầu không khí thân mật, cởi mở, chân tình, hoan hỉ sẽ rất tốt cho cơ thể, vì thức ăn sẽ dễ tiêu hóa không hại cho tỳ vị, và thần kinh của con người sẽ được sáng khoái, dễ chịu.”(1)

Trong quá trình ăn uống phải giữ lễ, phải mực thước. Mâm cơm được dọn lên, trẻ con nhất định phải đến mời những người lớn tuổi như ông bà, cha mẹ, anh chị lên ăn rồi mới được ngồi vào bàn. Trong bàn ăn, người nhỏ tuổi phải ngồi kế nôi cơm để bới cơm cho các thành viên trong gia đình. Sau đó, so đĩa đưa cho mọi người, cho đến khi những người lớn gấp miếng thức ăn đầu tiên thì trẻ con mới được chạm đĩa vào thức ăn. Trẻ con người Hoa đã được dạy từ nhỏ, và dạy ngay trong mỗi bữa cơm. Không chỉ bữa cơm gia đình, ăn trong đám tiệc trẻ con người Hoa cũng đều được dạy bảo rất cẩn thận. Ví dụ như, trong nhà đông người, hoặc khi có khách cùng ăn cơm, khi bới cơm cho khách phải

bới cho đầy để khách ăn được no, tránh bới ít, bới thành nhiều lần khách sẽ ngại. Phải quan sát đĩa thức ăn, miếng nào thích thì thò đũa gấp ngay miếng đó, chứ nhất định không được thọc đũa vào lựa, xới thức ăn lên để tìm miếng mình thích, không được chồm tới gấp thức ăn. Khi gấp thức ăn từ bất kỳ đĩa nào cũng phải gấp ở phía gần với mình. Thức ăn cũng phải được gấp từ trên xuống. Người ta cũng không bao giờ chọn cho mình miếng ngon nhất trong đĩa, mà thường gấp chúng cho những người già nhất trong gia đình hay là gấp cho khách. Khi ăn, không được dùng đũa gõ vào chén nghe cóc cóc, như thế là mất lịch sự. Dùng đũa gõ lên mặt bàn như dùi trống sẽ bị coi là thiếu lễ độ. Không bao giờ được dùng đũa chỉ vào người khác hoặc để làm các cử chỉ khi nói chuyện, sẽ coi là thiếu lễ độ. Muốn uống canh thì phải ăn hết cơm trong chén, rồi sau đó dùng muổng múc canh từ tô cho vào chén húp, chứ không dùng muổng của mình mút canh trong tô hút trực tiếp mất vệ sinh.

Người Hoa còn gởi gắm những khát vọng của mình về một tương lai tốt đẹp trong quá trình ăn uống. Biểu hiện rõ nét nhất của vấn đề này là họ thường ăn và uống các thứ mà tên gọi của nó có sự đồng âm đến những vấn đề tốt đẹp trong cuộc sống. Điều này thể hiện rõ nhất trong các món ăn ngày lễ, tết.

Tết Nguyên đán là dịp trọng đại trong đời sống của người Hoa ở Đồng bằng sông Cửu Long để nói lên lòng mong muốn có một năm mới vui tươi, làm ăn phát đạt, khỏe mạnh, gặp mọi sự tốt lành, suôn sẻ. Người Hoa đã gởi gắm khát vọng ấy qua một số món ăn ngày tết. Trong dịp tết, người Hoa thường mua cá lóc sống về rọng dành cho mừng hai tết làm ăn. Cá lóc sống đọc là “sán dùy” chữ “dùy” đồng âm với chữ “dù” là dư. Từ đó nói thành “nìn nìn dậu dùy” nghĩa là “niên niên hữu dư” (năm nào cũng có dư). Cá lóc là loại cá sống dai, khỏe mạnh cho nên đây còn là dịp mơ ước về sự cường tráng, suốt năm mạnh khỏe, trường thọ.

Người Hoa không bao giờ ăn khổ qua hay bí đao vào ngày tết vì họ sợ năm mới lận đận, ốm đau, chuyện xui xẻo đến.

Trong những dịp năm mới, những khi đoàn tụ gia đình, người Hoa thường hay nấu chè i. Đây là món chè được nấu bằng bột nếp, vò viên tròn xoe, nhỏ cỡ đầu ngón tay cái, bên trong có để một hạt sen. Chè i tiếng Hoa đọc là “thón duyên” đồng âm với “duyên muộn” - biểu thị sự viên mãn, sự đoàn tụ, tốt lành. Trong ngày cưới, cô dâu người Hoa Quảng Đông thường được cho ăn một bát nhỏ với dụng ý để cô gặp được mọi sự đều tròn trịa, tốt đẹp, hạnh phúc lứa đôi được ngọt ngào. Người ta còn có tục mua một cặp gà trống mái thật già và một cặp dứa khô thể hiện ý nghĩa vợ chồng sẽ ăn ở với nhau đến răng long đầu bạc. Đêm trước ngày cưới, người ta cho cô dâu và chú rể ăn một chén mì để thật nhiều đường với mong muốn đôi vợ chồng trẻ ăn ở với nhau sẽ ngọt ngào như đường. Mặc dù rất khó ăn nhưng tân lang và tân giai nhân phải cố ăn cho hết. Người ta còn cho cô dâu uống trà hột sen. Trà hột sen tiếng Hoa kêu là Lìn chỉ sà. Lìn tương tự với chữ nìn là năm. Chỉ đồng âm với chữ chỉ là con, với mong ước sẽ được con đàng cháu đống.

Người Hoa nổi tiếng là nấu ăn ngon, họ còn rất chú ý đến ăn uống sao cho đẹp mắt và gởi gắm những ước vọng ăn lành của mình vào chuyện ẩm thực.

TRẦN PHỎNG ĐIỀU

(1)Phan Thị Yên Tuyết, Nhà ở -Trang phục – Ăn uống của các dân tộc vùng Đồng bằng sông Cửu Long, NXB KHXH, Hà Nội – 1993 Tr 220-221.