



Độc đáo Mắm VÙNG TÂY NAM BỘ

NNC. NGUYỄN THANH LỢI
TRƯỜNG CBSP TW TP.HCM

1. Xứ sở của tôm cá

Thiên nhiên Tây Nam Bộ có hệ thống kênh rạch chằng chịt, đồng ruộng mênh mông, đất đai màu mỡ, là điều kiện ưu đãi cho các loài thủy sinh phát triển, đặc biệt là tôm cá. Hễ nói đến Đồng bằng sông Cửu Long là phải nói đến xứ sở của cá đồng; đó là cái xứ “trên cơm dưới cá”, “cá lội vàng tợ mắm nêm”, cứ chỗ nào có nước là có cá. Dưới thời phong kiến, ở vùng đất này hình thành cả những “địa chủ địa” chuyên khai thác nguồn lợi thủy sản dồi dào.

Miệt Năm Căn thuộc vùng U Minh (Cà Mau), Đồng Tháp Mười trước đây cá nhiều vô kể. Mêkông là con sông giàu tôm cá đứng hàng thứ hai trên thế giới, chỉ sau sông Amazon của Nam Mỹ. Ở khu vực hạ lưu sông Mêkông thuộc Việt Nam có hơn 1.200 loài thủy sản,

trong đó có hơn 60 loài có giá trị kinh tế. Cuốn *Từ điển từ ngữ Nam Bộ* của Huỳnh Công Tín ghi nhận được 43 loài cá, trên thực tế số lượng tên cá còn nhiều hơn thế nữa.

Sách *Gia Định thành thông chí* (1820) của Trịnh Hoài Đức khi viết về vùng Đồng Tháp Mười có đề cập: “*Huyện Kiến Đăng, từ đông sang tây, cho đến địa giới Cao Miên, có nhiều chằm dầm, ao, vũng, cá mú không thể xiết ăn. Cá thì trong khoảng tháng 4 tháng 5 mưa xuống nước đầy, sinh trưởng bơi lội ở khoảng ruộng chằm, phàm nơi có nước thành vũng, tuy sâu độ một tấc cá cũng có thể ở được*”, “*Ngòi lạch thì đầy rẫy tôm cá của lươn, nhà tự đi bắt lấy để ăn, chẳng phải đi chợ mua*”.¹⁰

Đến mùa nước lũ, cá tôm từ Biển

Hồ (Campuchia) theo mùa nước tràn về Đồng bằng sông Cửu Long; các bưng, bầu, đĩa, ao, hồ, ruộng đều ngập trong lũ. Các loài cá đen, cá trắng lên đồng ruộng sinh đẻ và tăng trưởng nhanh nhờ nguồn thức ăn dồi dào.

Vào tháng sáu âm lịch, mùa con nước “quay”, cá linh từ Biển Hồ theo nước đổ về nhiều vô kể, đi thành từng luồng xanh đen cả mặt sông. Trước đây, ở phía Đồng Tháp, An Giang cá linh đầy sông, chỉ việc lấy thùng thiếc mà xúc. Nếu ăn không hết thì dành làm nước mắm và làm mắm cũng không hết, có khi người ta phải đổ đi, hoặc dùng làm phân bón thuốc lá.

2. Phong phú các loại mắm

Ngoài việc chế biến các món ăn tươi từ cá đồng, người dân đồng bằng còn có những cách bảo quản, chế biến những món dự trữ, ăn lâu

dài như *mắm*, *nước mắm*, *cá khô*, *cá sấy*, *cá muối*, *cá thính*, *chà bông (ruốc)*.

Món ăn rất quen thuộc và cũng hết sức dân dã ở Nam Bộ là mắm. Tập quán ăn mắm đã được nhắc đến trong *Gia Định thành thông chí* của Trịnh Hoài Đức: “*Đất Gia Định có nhiều sông ngòi, cù lao, bãi bến, nên 10 người đã có 9 người giỏi việc chèo thuyền, bơi lội, ưa ăn mắm, có người một bữa ăn hết 2 hũ mắm độ hơn 20 cân, để đố cuộc nhau cho vui*”.⁽²⁾

Tận dụng nguồn thủy hải sản phong phú, cộng với tay nghề của mình, người Việt ở đây đã làm ra hàng chục loại mắm với những màu sắc và hương vị riêng có: *mắm cá lóc*, *mắm cá chốt*, *mắm cá linh*, *mắm cá trèn*, *mắm cá rô*, *mắm cá sặt*, *mắm cá trê*, *mắm cá nục*, *mắm bò*, *mắm cua*, *mắm lòng*, *mắm tôm dỏ*, *mắm tôm chua*, *mắm tôm dạo*, *mắm ruốc*, *mắm ộp*, *mắm cua biển bầy*, *mắm gạch cua biển*, *mắm cá lóc lạc nạc*, *mắm cá lành canh*, *mắm rươi*...

Người Khmer có các loại mắm như: *mắm bò hóc (prahóc)*, *mắm lèo te*, *on pu*, *mắm poliong*. Người Chăm có *mắm salac*, *mắm gền*, *mắm cálok*, *mắm nửa pầu*, *mắm bu vơn*, *mắm pá*, *mắm sắc*...

Ở mỗi vùng miền lại có những loại mắm đặc trưng của địa phương. Châu Đốc (An Giang) được xem là “*vương quốc*” các loại mắm, với khoảng 25 loại: *mắm cá linh*, *mắm cá cơm*, *mắm cá lòng tong*, *mắm các trèn vinh*, *mắm cá trèn lá*, *mắm cá trèn mỡ*, *mắm cá*

trèn bầu... Nhưng nổi tiếng nhất vẫn là *mắm thái* (*Mắm Châu Đốc*, *đốc Nam Vang*). Mắm còn lọt Cần Giuộc, Cần Đức (miền hạ Long An), Châu Bình (Bến Tre) trên vùng đất ngập mặn bãi bồi nức tiếng ở Nam Bộ. Đồng Tháp chuyên về *mắm ruột cá lóc*. Kiên Giang vang danh với *mắm ruốc*. Gò Công là quê hương của *mắm tôm chà* tiến vua. Món ăn mà Thái hậu Từ Dũ vẫn nhớ khôn nguôi khi về kinh thành Huế và hàng năm vẫn được dâng tiến cho đến tận thời Hoàng hậu Nam Phương, nó đứng hàng thứ tư trong số hàng trăm loại đặc sản 3 miền.

Cách thức chế biến và hương vị của mỗi loại mắm cũng khác nhau. *Mắm lòng* làm bằng ruột cá lóc, đựng trong gạo dứa. *Mắm cá lóc* làm bằng dầu cá lóc nhưng bỏ đầu. *Mắm tôm chà* Gò Công làm bằng tôm đất vào đúng mùa có nhiều gạch son. *Mắm tôm chua* cách chế biến gần giống ở Huế. *Mắm gền* làm bằng cá linh. *Mắm bò hóc* làm bằng cá trắng trộn với thính. *Mắm laok*, *mắm on pu* làm bằng tôm tép với thính. *Mắm salac* làm bằng cá salac bỏ đầu.⁽³⁾

Ở Nam Bộ, người ta ăn mắm dưới nhiều dạng khác nhau như *mắm sống*, *mắm kho*, *mắm kho quệt*, *mắm kho lòng*, *mắm chiên*, *mắm chưng*, *mắm phệt*, *mắm nấu* với các loại thực phẩm khác. Có một nền “*văn hóa mắm*” đã được hình thành ở Nam Bộ từ hàng trăm năm nay, với tất cả sự đa dạng, phong phú của nó về một loại thực phẩm nơi miền thảo dã này.

Mắm sống được dùng hàng ngày và cũng rất thuận tiện trong việc đồng áng. Người ta ăn mắm với nhiều loại rau sống trong vườn hoặc ngoài các lung đìa, mương rạch, ao hồ, như các loại rau thơm, rau cải, dọt xoài, dọt vừng, dọt chiếu, rau cọt, chùm ruột, rau ngổ, rau nghề, bông súng, rau dứa, rau má, bần chín, xoài, khế...

Mắm lòng được sản xuất với nguyên liệu ruột cá lóc. Vào tháng 2 âm lịch, mùa tát đìa, cá rất nhiều trứng, nhất là cá sặt rần (bồi). Người ta lấy trứng cá sặt rần và lòng cá lóc rửa sạch để ráo, trộn muối, đường, thính. *Mắm lòng* được trộn với đu đủ bào nhỏ hay thái nhỏ, củ riềng xắt sợi, trộn với đường, muối, bỏ vô hộp từ 3-5 ngày là ăn được. Đây là loại mắm rất quý, chỉ dùng trong đám giỗ, liên hoan, đãi khách quý.⁽⁴⁾

Mắm kho cá linh ăn với bông súng, củ nèo, rau dắng, rau ngổ, bắp chuối bào, ghém rất hấp dẫn. Mắm nên ăn vào mùa lũ mới ngon vì lúc đó có rau khoai non, rau dắng, bông súng chỉ tươi non vào mùa mưa.



Mắm chưng.

Ảnh: C.T.V

Từ mắm kho lạt kết hợp với cái lẩu của người Hoa, ăn với nhiều rau sống biến thành món *lẩu mắm* rất hấp dẫn. Nó từ món ăn dân dã của thôn quê đã bước vào làng ẩm thực của đô thị. Như món lẩu cá rô đồng có thể ăn với cà phổi, khổ qua, đậu bắp, bông súng, cải xanh, rau muống, mồng tơi, củ nèo, rau nhút, bắp chuối, giá sống, tần ô, rau trai, dọt choại...⁽⁵⁾.

Lẩu là âm Quảng Đông của từ Hán - Việt là "lô", có nghĩa là một cái nổi đất có tay cầm để trên một lò than củi. Người Hoa thế hệ đầu sang Nam Bộ khai phá là người Quảng Đông. Họ ăn món canh cải bắc thảo, nấu với giấm đỏ được hâm nóng trên chiếc lò than đi kèm. Cái lẩu ban đầu chỉ dùng để chỉ món canh như vậy. Về sau người ta cải tiến thành cái lò than bằng nhôm, có chỗ để than ở giữa. Người Việt gọi nôm na là "củi lao". Người Việt cũng bắt chước cho món canh ngọt vào lẩu để đãi tiệc, gọi là nấu củi lao.⁽⁶⁾

Lẩu mắm xuất phát từ *mắm kho* hay *canh mắm* với nguyên liệu chính là mắm cá các loại hay mắm bò hóc. Mắm có hương vị đậm, khá đặc sánh, ăn kèm các loại rau. Nước dùng lẩu mắm thay vì nấu bằng mắm bò-hóc (prahoc) của Khmer thì lại dùng mắm theo khẩu vị người Việt. Thức ăn cho vào thì đủ thứ từ cá, tôm, thịt heo, thịt bò, mực...

Ăn mắm không thể thiếu rau, thứ mọc rất nhiều ở các vùng biển Nam Bộ. Hãy nghe Vương Hồng Sển tả về cách ăn hết sức dân dã: "Chúng ta có món "Mắm và rau", tức là *mắm kho rau sống, bông súng nguyên sợi, rau dừa nguyên cọng, nếu xắt nhỏ thì mất ngon và phải tự tay nắm cả nùi rau, vò lại và ngắt dứt bằng tay, dồn tất cả vào tô, chan ngập nước mắm, và lua vào mồm, nhai nghe sồn sột, má phúng ra nín thở, miệng mồm choàm ngoàm đến không thốt được lời nào và như vậy mới thật là khoái khẩu".⁽⁷⁾*

Có thể kể ra đến một "tập đoàn" các loại rau ăn với lẩu mắm, lên đến hàng trăm loại, tùy theo vùng sinh thái của địa phương, chủ yếu là rau rừng: bông lẹ bạn, bông kim châm, bông sấu đầu, hoa chuối, rau húng cây, húng lủi, rau răm, rau quế, hẹ, cà tím, khổ qua, rau mỗ qua, dọt xoài, dọt chồi mồi, dọt bằng lăng, dọt săng máu, cóc kèn, dọt nhân lồng (trùm bao), cải trời, cải dất, bụ ngót, rau má, rau dừa, bông bí,



Lẩu mắm.

Ảnh: C.T.V

cần nước, rau đắng, rau đắng đất, kèo nèo, cải xanh, đậu rồng, bắp chuối, giá, cà tím, nấm rơm, nấm dai, khổ qua, đậu bắp, càng cua, hẹ, dọt xoài, dọt chùm ruột, cần tây, thơm, chuối chát...Bông súng, ngó sen, rau mác, rau tróc, tai tương, bông điên điển (hoa mùa lù, hoa "cửu đới")...của vùng Đồng Tháp Mười, tứ giác Long Xuyên. Rau đắng đồng, rau đắng biển, rau nhút...vùng Long An. Rau muống, bông lục bình, bông so đũa của vùng phù sa ngọt Vĩnh Long...⁽⁸⁾

Bún mắm – một loại nước mắm kho làm nước lèo ăn bún hoặc ăn rau là những biến tấu về sau này của mắm kho, giờ đã là món ăn quen thuộc nơi chốn thị thành. Bún mắm của người Khmer ở miền Tây thì không đâu ngon bằng, nhất là ở Sóc Trăng, Trà Vinh. Những biến tấu sau này cho thấy kiểu tiếp biến văn hóa ẩm thực giữa người Khmer bản địa và người miền Trung khẩn hoang.

Mắm chiên, mắm chưng: cá lớn chiên cho se, giòn thơm mùi thơm, vị béo của dầu mỡ, khi chưng đập thêm mấy lát gừng. Muốn bổ dưỡng cho thêm hột gà, hột vịt hoặc thịt cá.

Nhà văn Đoàn Giỏi đã kể về cách ăn mắm ở Cà Mau: "Ăn mắm có nhiều cách. Mắm sống hoặc cầm nguyên con hoặc xé tay, xé miếng nào ăn miếng nấy, kèm rau sống, khế, chuối chát, lát gừng, bần chua, dọt chích, ớt nguyên trái tự cần lấy. Chỉ ăn với cơm xôi ra để nguội mà phải ăn bốc bằng tay. Ngon nhất là ngồi ăn trên thuyền thả theo dòng trôi, hoặc neo dưới bóng các cội bần. Mắm ruột hoặc mắm thái (giả mắm ruột) ăn kèm thịt phai, thịt thủ luộc với

các thứ rau sống kể trên và gừng củ thái nhỏ. Chỉ ăn với bún, có thể cuốn bánh tráng nhúng nước, thêm táp bạc luộc. Ai cuốn nấy ăn. Một thứ “mồi nhậu” hạng ưu.”.⁽⁹⁾

Ở Đồng bằng sông Cửu Long còn có nước mắm đồng được làm từ cá sông, cá đồng. Phổ biến nhất là nước mắm cá linh. Nước mắm cá linh đặc biệt thơm ngon, ủ càng lâu, mắm càng ngon, nhờ ủ từ cá tươi sống. Cứ hai gia cá, một gia muối, 3kg đường thì được gần 40 lít nước mắm thơm ngon, bổ dưỡng không thua gì nước mắm Phú Quốc. Người dân ở vùng Châu Đốc,



Mắm Bò Hóc.

Ảnh: C.T.V

Tịnh Biên (An Giang) nổi tiếng với nghề làm nước mắm cá linh và các loại cá đồng. Nước mắm cá linh có mùi vị đặc trưng hơi khó chịu nhưng bà con vẫn quen dùng. Giá thành nước mắm cá linh rẻ nên tiêu thụ mạnh, bán khắp miền Nam, lên tận Sài Gòn, sang cả Campuchia, xứ sở của cá.

3. Vài nhận xét

- Mắm đồng là món ăn dân dã, hết sức gần gũi với cư dân vùng sông nước Tây Nam Bộ từ bao đời nay. Nó hàm chứa bên trong những giá trị lịch sử-văn hóa của những người đi mở cõi ban đầu, thích ứng với điều kiện môi sinh nơi đây với nhiều sáng tạo trong ẩm thực. Mắm đã trở thành món ăn “quốc hồn quốc túy”, “hương đồng cỏ nội”, mang cả hồn quê theo người xa xứ khi nhớ về chốn cố hương.

- Sự giao lưu văn hóa Việt-Hoa-Khmer còn thấy qua món mắm bình dân này và nó không ngừng tiếp biến để thích nghi với thời đại, từ món ăn nơi thôn dã đã có mặt ở chốn thị thành, làm phong phú thêm bảng thực đơn đa sắc màu của vùng đất phương Nam.

- Là sản vật của vùng đất thiên nhiên có nhiều ưu đãi, phản ánh khía cạnh văn minh sông nước Nam

Bộ thông qua một loại hình văn hóa vật chất cụ thể.

- Thể hiện sức sáng tạo mạnh mẽ qua vỏ vản các món mắm cũng như cách thức chế biến, thưởng thức, kinh doanh đặc sản này.

- Rất cần có những công trình nghiên cứu chuyên sâu về “văn hóa mắm” ở Nam Bộ nói riêng và Việt Nam nói chung để hiểu thêm về bản sắc văn hóa Việt trong ẩm thực.

N.T.L

TÀI LIỆU THAM KHẢO:

1. Nguyễn Đoàn Bảo Tuyển (2006), *Văn hóa ứng xử với môi trường sông nước của người Việt miền Tây Nam bộ*, Luận văn thạc sĩ chuyên ngành Văn hóa học, Trường Đại học Khoa học xã hội và nhân văn TP. Hồ Chí Minh.
2. Trịnh Hoài Đức (1998), *Gia Định thành thông chí*, Đỗ Mộng Khương, Nguyễn Ngọc Tĩnh dịch; Đào Duy Anh hiệu đính và chủ thích, Nxb Giáo dục, Hà Nội.
3. Nguyễn Công Bình, Lê Xuân Diệm, Mạc Đường (1990), *Văn hóa và cư dân đồng bằng sông Cửu Long*, Nxb Khoa học xã hội, Hà Nội.
4. Trần Phong Diệu (2006), *Đặc trưng văn hóa ẩm thực Nam Bộ*, Tạp chí Văn hóa nghệ thuật, số 9.
5. Nguyễn Hữu Hiệp (2003), *An Giang văn hóa một vùng đất*, Nxb Văn hóa Thông tin, Hà Nội.
6. Nguyễn Thị Diệp Mai (2011), *Sắc thái văn hóa sông nước vùng U Minh*, Nxb Dân trí, Hà Nội.
7. Phan Thanh Nhân (1993), *Rừng U Minh - dấu ấn và cảm thức*, Hội Văn nghệ Kiên Giang.
8. Nhiều tác giả (2000), *Văn hóa ẩm thực và các món ăn Việt Nam*, Xuân Huy sưu tập và giới thiệu, Nxb Trẻ, TP. Hồ Chí Minh.
9. Nhiều tác giả (2005), *Nam Bộ đất & người*, Tập 3, Nxb Trẻ, TP. Hồ Chí Minh.
10. Nhiều tác giả (2006), *Hương vị quê nhà*, Báo Sài Gòn tiếp thị- Nxb Trẻ, TP. Hồ Chí Minh.
11. Nhiều tác giả (2005), *Văn hóa dân gian Đồng Tháp*, Tập 1, Hội Văn học Nghệ thuật Đồng Tháp.
12. Đinh Văn Liên (2009), *Mắm trong đời sống*, Nxb Văn hóa Thông tin, Hà Nội.

Chú thích:

¹ Trịnh Hoài Đức (1998), *Gia Định thành thông chí*, Đỗ Mộng Khương, Nguyễn Ngọc Tĩnh dịch; Đào Duy Anh hiệu đính và chủ thích, Nxb Giáo dục, Hà Nội, tr. 49, 52.
² Trịnh Hoài Đức (1998), Sdd, tr. 186.
³ Nguyễn Công Bình, Lê Xuân Diệm, Mạc Đường (1990), *Văn hóa và cư dân đồng bằng sông Cửu Long*, Nxb Khoa học xã hội, Hà Nội, tr. 343-344.
⁴ Nguyễn Mỹ Hồng (2009), *Người U Minh qua kiểu ăn cách ở*, Nxb Phương Đông, tr. 86-87.
⁵ Nguyễn Công Bình, Lê Xuân Diệm, Mạc Đường (1990), Sdd, tr. 343-344.
⁶ <http://vnthuquan.net/diendan/tm.aspx?m=524990&AspxAutoDetectCookieSupport=1>
⁷ Đinh Văn Liên (2009), *Mắm trong đời sống*, Nxb Văn hóa Thông tin, Hà Nội, tr. 119.
⁸ <http://vnthuquan.net/diendan/tm.aspx?m=524990&AspxAutoDetectCookieSupport=1>
⁹ Trần Thanh Phương (1990), *Du lịch bán đảo Cà Mau*, Nxb Mũi Cà Mau, tr. 76.