

**BỘ GIÁO DỤC VÀ ĐÀO TẠO
TRƯỜNG ĐẠI HỌC DÂN LẬP HẢI PHÒNG**



ISO 9001-2008

KHÓA LUẬN TỐT NGHIỆP

NGÀNH: VĂN HÓA DU LỊCH

Sinh viên : Đỗ Thị Minh Huệ
Người hướng dẫn : ThS. Phạm Thị Hoàng Điệp

HẢI PHÒNG - 2012

**BỘ GIÁO DỤC VÀ ĐÀO TẠO
TRƯỜNG ĐẠI HỌC DÂN LẬP HẢI PHÒNG**

**ẨM THỰC CHAY HUẾ VÀ KHẢ NĂNG KHAI THÁC
TRONG DU LỊCH**

**KHÓA LUẬN TỐT NGHIỆP ĐẠI HỌC HỆ CHÍNH QUY
NGÀNH: VĂN HÓA DU LỊCH**

Sinh viên : Đỗ Thị Minh Huệ
Người hướng dẫn : ThS. Phạm Thị Hoàng Điệp

HẢI PHÒNG - 2012

**BỘ GIÁO DỤC VÀ ĐÀO TẠO
TRƯỜNG ĐẠI HỌC DÂN LẬP HẢI PHÒNG**

NHIỆM VỤ ĐỀ TÀI TỐT NGHIỆP

Sinh viên: Đỗ Thị Minh Huệ

Mã số: 1013601014

Lớp: VHL401

Ngành: Văn Hóa – Du lịch

Tên đề tài: Âm thực chay Huế và khả năng khai thác trong du lịch

NHIỆM VỤ ĐỀ TÀI

1. Nội dung và các yêu cầu cần giải quyết trong nhiệm vụ đề tài tốt nghiệp (*về lý luận, thực tiễn, các số liệu...*).

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

2. Các tài liệu, số liệu cần thiết:.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

3. Địa điểm thực tập tốt nghiệp.

.....

.....

.....

CÁN BỘ HƯỚNG DẪN ĐỀ TÀI TỐT NGHIỆP

Người hướng dẫn thứ nhất:

Họ và tên:.....

Học hàm, học vị:.....

Cơ quan công tác:.....

Nội dung hướng dẫn:.....

.....
.....
.....

Người hướng dẫn thứ hai:

Cơ quan công tác:.....

Nội dung hướng dẫn:.....

.....
.....
.....

Đề tài tốt nghiệp được giao ngày 02 tháng 4 năm 2012

Yêu cầu phải hoàn thành xong trước ngày 07 tháng 7 năm 2012

Đã nhận nhiệm vụ ĐTTN

Sinh viên

Đã giao nhiệm vụ ĐTTN

Người hướng dẫn

Hải Phòng, ngày tháng năm 2012

HIỆU TRƯỞNG

GS.TS.NGŨT Trần Hữu Nghị

PHẦN NHẬN XÉT TÓM TẮT CỦA CÁN BỘ HƯỚNG DẪN

1. Tinh thần thái độ của sinh viên trong quá trình làm đề tài tốt nghiệp:

.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....

2. Đánh giá chất lượng của đề tài (so với nội dung yêu cầu đã đề ra trong nhiệm vụ Đ.T. T.N trên các mặt lý luận, thực tiễn, tính toán số liệu...):

.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....

3. Cho điểm của cán bộ hướng dẫn (ghi cả số và chữ):

.....
.....
.....

Hải Phòng, ngày tháng năm 2012

Cán bộ hướng dẫn

(Ký và ghi rõ họ tên)

NHẬN XÉT ĐÁNH GIÁ
CỦA NGƯỜI CHĂM PHẢN BIỆN ĐỀ TÀI TỐT NGHIỆP
Tên đề tài: Âm thực chay Huế và khả năng khai thác trong du lịch

của sinh viên: Đỗ Thị Minh Huệ

Lớp: VHL401

1. Đánh giá chất lượng đề tài tốt nghiệp về các mặt thu thập và phân tích tài liệu, số liệu ban đầu; cơ sở lí luận chọn phương án tối ưu, cách tính toán chất lượng thuyết minh bản vẽ, giá trị lí luận và thực tiễn của đề tài.

2. Cho điểm của người chấm phản biện:

(Điểm ghi bằng số và chữ)

Ngày tháng năm
2012
Người chấm phản biện

MỤC LỤC

LỜI MỞ ĐẦU	1
CHƯƠNG 1. TỔNG QUAN VỀ ẨM THỰC CHAY	5
1.1. Lịch sử hình thành và phát triển của ẩm thực chay	5
1.1.1. Quan niệm về ăn chay	5
1.1.1.1. Quan niệm ăn chay của người phương Đông	5
1.1.1.2. Quan niệm ăn chay của người phương Tây.....	10
1.1.1.3. Quan niệm ăn chay của các tôn giáo khác ở Việt Nam	12
1.1.2. Các trường phái ăn chay	14
1.1.3. Ăn chay trong đời sống hiện nay	15
1.2. Đặc trưng, giá trị của ẩm thực chay	16
1.2.1. Đặc trưng.....	16
1.2.2. Giá trị	18
1.3. Tìm hiểu cơ sở lý luận về mối quan hệ giữa ẩm thực và ẩm thực chay với hoạt động du lịch.....	19
1.3.1. Khai thác ẩm thực trong phát triển du lịch.....	19
1.3.2.1. Ẩm thực chay với du lịch hành hương.....	20
1.3.2.2. Ẩm thực chay với các sự kiện, lễ hội tôn giáo.....	22
Tiểu kết chương 1	26
CHƯƠNG 2. TÌM HIỂU VỀ ẨM THỰC CHAY HUẾ	27
2.1. Vài nét về xứ Huế và con người Huế.....	27
2.1.1. Điều kiện tự nhiên	27
2.1.3. Con người xứ Huế	29
2.2. Giới thiệu chung về ẩm thực xứ Huế	31
2.2.1. Hương vị món ăn xứ Huế	31
2.2.2. Phong cách ẩm thực Huế	34

2.2.3. Khẩu vị của người Huế.....	36
2.3. Ẩm thực chay xứ Huế.....	43
2.3.1. Lịch sử hình thành của nghệ thuật ẩm thực chay Huế.....	43
2.3.1.1. Phong tục ăn chay ở Huế.....	43
2.3.1.2. Cách ăn chay của người Huế.....	46
2.3.2. Một số món ăn chay đặc trưng ở Huế.....	50
2.3.2.1. Cơm sen chay.....	50
2.3.2.2. Bún bò Huế chay.....	51
2.3.2.3. Các loại bánh đặc sản Huế có nguyên liệu chay.....	53
2.3.3. Phong cách ẩm thực chay Huế.....	55
Tiểu kết chương 2.....	58
CHƯƠNG 3. KHAI THÁC ẨM THỰC CHAY HUẾ.....	60
PHỤC VỤ PHÁT TRIỂN DU LỊCH.....	60
3.1. Thực trạng khai thác ẩm thực chay Huế hiện nay.....	60
3.1.1. Hoạt động kinh doanh của các nhà hàng chay.....	60
3.1.1.1. Nhà hàng chay Thiên Tâm.....	60
3.1.1.2. Bò Đề quán.....	61
3.1.1.3. Quán chay Loving Hut.....	62
3.1.2. Khai thác ẩm thực chay trong các hoạt động tôn giáo.....	63
3.1.2.1. Tại chùa.....	63
3.1.2.2. Khai thác trong các lễ hội Phật giáo.....	64
3.1.3. Khai thác trong các kỳ Festival ở Huế.....	65
3.1.4. Đánh giá thực trạng khai thác ẩm thực chay tại Huế.....	67
3.2. Một số giải pháp nâng cao hiệu quả kinh doanh.....	69
3.2.1. Chiến lược phát huy bản sắc của món ăn chay.....	70
3.2.2. Chiến lược đa dạng hóa sản phẩm ẩm thực chay.....	71

3.2.3. Chiến lược nâng cao chất lượng phục vụ	74
3.3. Khai thác ẩm thực chay trong du lịch	76
3.3.1. Xây dựng mô hình tuyến phố ẩm thực chay.....	77
3.3.2. Khai thác hiệu quả trong các lễ hội tôn giáo và Festival	79
3.3.3. Xây dựng các tour du lịch chuyên đề.....	81
3.3.3.1. Du lịch hành hương	81
3.3.3.2. Du lịch thiện nguyện.....	83
3.3.3.3. Tour ẩm thực chay Huế về đêm.....	85
3.3.4. Kết nối với các tuyến điểm và các loại hình du lịch.....	86
Tiểu kết chương 3.....	88
KẾT LUẬN.....	90
TÀI LIỆU THAM KHẢO.....	91
PHỤ LỤC	

LỜI MỞ ĐẦU

1. Lý do chọn đề tài

Ăn thực chay đã có từ rất lâu đời, xuất phát từ nguồn gốc Phật Giáo ở Ấn Độ và Trung Quốc là tôn trọng và bảo vệ sự sống của muôn loài. Ăn thực chay hiện nay đang trở thành xu hướng ăn thực được ưa chuộng trên thế giới. Ngày nay nhân loại ăn chay không chỉ vì tín ngưỡng, mà trên thực tế xuất phát từ kinh nghiệm dinh dưỡng của con người với đầy đủ cơ sở khoa học.

Quả thật nhờ những khám phá mới của khoa học, người ta đã chứng minh được ăn chay có đầy đủ dưỡng chất như ăn mặn, đảm bảo sức khỏe và thậm chí chữa trị được nhiều loại bệnh tật như: nhồi máu cơ tim, nghẽn mạch vành tim, xơ cứng động mạch, tai biến mạch máu não... Do đó, ăn chay ngày nay không những phát triển mạnh ở các nước Phương Đông, mà còn được phổ biến ở các nước Phương Tây. Với một chế độ dinh dưỡng hợp lý và tạo nên sức dẻo dai cho con người trong cuộc sống cũng như phòng chống được các loại bệnh tật, ăn thực chay đang là một trong những trường phái ăn thực tiên bộ được Việt Nam và thế giới công nhận.

Huế là kinh đô cuối cùng của các triều đại phong kiến Việt Nam, vẫn giữ được những thành quách xưa, đền đài cũ, những lăng tẩm và những chùa tháp thâm nghiêm, đặc biệt Huế còn lưu giữ trong mình nhiều nét văn hóa phi vật thể hết sức đặc sắc, mà một trong số đó phải kể đến là văn hóa ăn thực Huế.

Từ những món ăn, uống gắn liền với việc thanh tu của chư tăng, mang ý nghĩa “cuộc sống đạm bạc của người xuất gia vốn xem ăn thực chỉ là phương tiện để duy trì phần sống sinh học, thực hiện cứu cánh tu học trên con đường tiến tới sự giải thoát”, ăn thực chay dần không chỉ bó hẹp trong khuôn khổ giới hạn của nhà chùa mà đã thực sự lan tỏa và hòa lẫn vào dòng ăn thực dân gian tạo nên một nét đặc sắc của văn hóa ăn thực xứ Huế: văn hóa ăn thực chay ở Huế. Mối quan hệ giữa ăn thực chay với văn hóa Huế đã tô điểm thêm nhiều sắc thái cho đời sống văn hóa của cộng đồng cư dân nơi đây.

Đặc biệt trong tình hình hiện nay, khi nhu cầu ăn uống của con người đang có xu hướng thiên về những món ăn đảm bảo sức khỏe với chế độ dinh dưỡng chú trọng dưỡng sinh và điều hòa cơ thể bằng các loại thảo mộc thông qua ẩm thực thì việc nghiên cứu, tìm hiểu đặc trưng văn hóa ẩm thực chay Huế lại càng có một ý nghĩa quan trọng.

Trong một xã hội bận rộn với nhiều lo toan bộn bề, con người ta càng muốn hướng về một cái gì đó thanh tịnh, hiền hòa hơn và vì vậy ẩm thực chay càng trở nên phổ biến. Để đáp ứng tốt nhu cầu này nhiều nhà hàng, quán ăn chay ở Huế đã được ra đời. Và như thế, Huế - thành phố du lịch, thành phố của Festival lại có thêm một tài nguyên du lịch đầy tiềm năng để hấp dẫn du khách - ẩm thực chay xứ Huế. Với mong muốn giới thiệu một phần di sản văn hóa ẩm thực đặc sắc đó của Huế đến với du khách, người viết đã lựa chọn đề tài “Ẩm thực chay Huế và khả năng khai thác trong du lịch” cho bài khóa luận tốt nghiệp của mình.

2. Lịch sử nghiên cứu vấn đề

Viết về ẩm thực chay nói chung có nhiều công trình, nhiều tác phẩm quy mô, chủ đề của nhiều chuyên luận, bài nghiên cứu công phu từ trước đến nay. Trước tiên có thể kể đến những bài nghiên cứu của Giáo sư Atukorale thuộc Viện đại học Colombus như *“Is man created to eat meat?”* (Có phải con người được sinh ra để ăn thịt), *“Myths and facts about vegetarianism”* (Huyền thoại và sự thật về ăn chay), đã phân nào phác thảo quan niệm về ăn chay và khía cạnh tích cực của ăn chay đối với đời sống sức khỏe của con người.

Được xem là một bộ phận văn hóa gắn bó chặt chẽ với giáo lý của đạo Phật, ẩm thực chay cũng được giới thiệu sâu rộng thông qua những bài viết, bài giảng, tham luận trên các trang website hay qua các chương trình phát thanh truyền hình. Có thể kể tên một số bài viết như: *Ăn chay và quan niệm tôn giáo* của tác giả Trần Anh Kiệt, mới đây nhất là chương trình *“Ăn chay trong ngày tết”* do Đài truyền hình Việt Nam thực hiện, hay cuốn sách dạy nấu ăn của bà Hoàng Thị Kim Cúc đã thống kê những món ăn chay ở Huế. Tuy nhiên, hầu hết những bài viết hay công trình nói trên đều tập trung vào quan điểm ăn chay

trong Phật giáo hay thuần túy là kể tên, liệt kê các món ăn chay và cách chế biến món chay.

Riêng về ẩm thực chay Huế, trong số những nghiên cứu đã được công bố, thì đề tài cấp viện mang tên “*Hệ món ăn thường nhật trong ngôi chùa Huế xưa*” của tác giả Tôn Nữ Khánh Trang thuộc Viện Nghiên cứu Văn hóa Nghệ thuật Việt Nam tại Huế có thể xem là một tác phẩm cung cấp một cái nhìn hệ thống về ẩm thực chay tại Huế. Cụ thể, tác phẩm đã đề cập đến hệ món chay chế biến từ các loại cây trái đại quanh vùng gò đồi mà một thời gian gắn bó với sinh hoạt thường nhật của nhiều thế hệ tăng chúng trong chùa Huế và đã phân nào chỉ ra được những thay đổi của ẩm thực chay trong ngôi chùa Huế xưa và nay. Đây là đề tài tập trung khái quát một cách đầy đủ nhất diện mạo ẩm thực thường nhật trong ngôi chùa Huế dưới góc nhìn lịch đại: “sự vận động, biến chuyển xưa - nay, từ vấn đề xuất xứ, đặc trưng nguyên liệu, cho đến quy trình chế biến, giá trị dinh dưỡng cũng như tinh thần chuyên tải của món ăn...” trong ngôi chùa Huế xưa.[3]

Như vậy, có thể khẳng định, việc nghiên cứu toàn cảnh ẩm thực chay Huế mà cụ thể là trong cả chốn cửa thiền và trong dân gian vẫn chưa được thực hiện một cách hoàn toàn; mặt khác, phần lớn các nghiên cứu đi trước vẫn chưa xác định được sự biến đổi của ẩm thực chay Huế và đề xuất định hướng, giải pháp bảo tồn các giá trị văn hóa ẩm thực chay ở Huế phục vụ cuộc sống và phục vụ cho du lịch. Chính vì vậy, trên cơ sở kế thừa tư liệu của các học giả và các nhà nghiên cứu đi trước, người viết đã mạnh dạn đi sâu tìm hiểu về ẩm thực chay Huế, hi vọng được đóng góp một phần nào đó cho sự phát triển du lịch của thành phố Huế.

3. Mục đích và ý nghĩa của đề tài

Mục đích đầu tiên của đề tài là trình bày về những lợi ích và sự quan trọng của ẩm thực chay nói chung và ẩm thực chay Huế nói riêng trong đời sống tôn giáo, trong hoạt động du lịch, đặc biệt là trong việc bảo vệ sức khỏe con người.

Mục tiêu thứ hai, đề tài cố gắng đi sâu tìm hiểu những nhân tố góp phần hình thành văn hóa ẩm thực chay ở Huế, từ đó phân tích những nét độc đáo của

âm thực chay Huế và đề xuất giải pháp nhằm bảo tồn và phát huy những giá trị tích cực của nền nghệ thuật ẩm thực độc đáo này.

Ngoài ra bài viết còn có ý nghĩa quảng bá giá trị văn hóa, phong tục tập quán, cách thức ăn uống, thói quen sống của người dân miền Trung. Đó cũng là một cách quảng bá hữu hiệu cho hoạt động du lịch của thành phố Huế.

4. Đối tượng và phạm vi nghiên cứu

Nghiên cứu ẩm thực chay là một đề tài rất rộng, nhưng trong phạm vi nhỏ hẹp của một đề tài khóa luận tốt nghiệp, người viết xin dừng lại ở phạm vi nghiên cứu văn hóa ẩm thực chay của người Huế và trên địa bàn thành phố Huế.

5. Phương pháp nghiên cứu

Phương pháp thu thập và xử lý tài liệu là phương pháp chính được sử dụng trong suốt bài nghiên cứu. Đề tài có sử dụng các tài liệu số liệu liên quan đến ẩm thực chay nói chung, qua đó tổng hợp phân tích và chọn lọc những thông tin dữ liệu có liên quan.

Phương pháp quan trọng thứ hai là phương pháp điền dã - người viết đã đi thực tế để thưởng thức và nghiên cứu những món ăn chay Huế đồng thời đối chiếu tài liệu với thực tế một số vùng miền khác ở Việt Nam để có cái nhìn so sánh, phát hiện ra những tương đồng và dị biệt. Phân tích và so sánh cũng là một phương pháp nghiên cứu khoa học chủ yếu khác được sử dụng kết hợp trong đề tài.

6. Bố cục của tiểu luận

Ngoài phần mở đầu, kết luận, tài liệu tham khảo, khóa luận gồm có ba chương:

Chương 1: Tổng quan về ẩm thực chay sẽ trình bày khái quát về lịch sử hình thành, đặc trưng cũng như giá trị của ẩm thực chay nói chung.

Chương 2: Tìm hiểu văn hóa ẩm thực chay Huế sẽ đi sâu giới thiệu những nét đặc sắc của nghệ thuật ẩm thực chay Huế và cách chế biến một số món chay tiêu biểu của người Huế.

Chương 3: Khai thác ẩm thực chay Huế phục vụ phát triển du lịch: Trong chương này sẽ đề xuất những định hướng và giải pháp cụ thể vừa nhằm bảo tồn, phát huy giá trị của ẩm thực chay xứ Huế vừa hướng đến việc khai thác phục vụ cho hoạt động du lịch của Huế.

CHƯƠNG 1. TỔNG QUAN VỀ ĂM THỰC CHAY

1.1. Lịch sử hình thành và phát triển của ẩm thực chay

1.1.1. Quan niệm về ăn chay

1.1.1.1. Quan niệm ăn chay của người phương Đông

Ai cũng biết hiện nay trên thế giới có hai chế độ ăn uống, chế độ ăn mặn và chế độ ăn nhạt. Chế độ ăn mặn được xem là lối ăn uống tiêu biểu của người phương Tây, mà thực phẩm chính là thịt cá và các thức ăn chế biến từ thịt động vật. Chế độ ăn nhạt mà người Á Đông thường gọi là ăn chay, là một chế độ dinh dưỡng lấy từ các nguồn thực vật mà rau đậu và ngũ cốc là chính.

Thật sự chế độ ăn chay đã có từ rất lâu đời, chủ yếu bắt nguồn từ Phật Giáo. Phật khuyến khích người Phật tử ăn một tháng vài ngày hay nhiều ngày tùy theo hoàn cảnh và khả năng cho phép. Ngày nay có nhiều Phật tử cũng như không phải là Phật tử ăn chay để cho thể chất được mạnh khỏe, tinh thần an vui và tránh được nhiều bệnh tật.

Ở Ấn Độ, ăn chay đã có trong thời kỳ Phật còn tại thế và được phát triển mạnh mẽ vào thời đại Asoka, vị hoàng đế Ấn Độ trị vì từ năm 274 đến năm 232 trước thiên chúa giáng sinh, tức thế kỷ thứ III trước tây lịch.

Trong suốt thời gian trị vì vương quốc Ấn Độ, Ashoka đã trở nên một đại quân vương Phật tử, lấy những tinh hoa của Phật giáo và những lời giảng dạy của Đức Phật làm thành chính sách trị nước của ông. Tại nhiều nơi, ông ra lệnh xây các bia đá “pillars of life” ghi lại giới luật của Phật. Trên các bia này, ông đặc biệt nhấn mạnh đến lòng từ bi và tính cách bất khả xâm phạm của đời sống, cả con người và súc vật. Ông cho xây cất không chỉ những bệnh viện để săn sóc những người đau ốm mà còn xây bệnh viện săn sóc cho thú vật. Trên một bia đá có khắc những hàng chữ sau: “Không nên lấy sự sống nuôi sự sống. Cho đến rơm rạ, nếu còn còn trùng trong ấy, thì cũng không nên đốt”. [13]

Không những vua Ashoka ăn chay trường mà còn cổ vũ mọi thần dân đều ăn chay như ông. Trong Chi dụ số 1 khắc trên bia đá, ông đã ngăn cấm tất cả mọi hành động giết thú vật để tế lễ thần linh. Trong một sắc lệnh khác, Ông ngăn cấm mọi

hành động có thể làm đau đớn đến thú vật, tất cả việc săn bắt trên bộ, trên không và dưới nước tuyệt đối bị ngăn cấm. Và những sắc lệnh cấm làm thiệt hại đến thú vật đã hình thành nên tập quán ăn chay ở Ấn Độ lúc bấy giờ. [13]

Sau đó, đạo Phật được truyền qua Trung Hoa từ thế kỷ thứ I, lẽ dĩ nhiên việc ăn chay cũng được mang theo và thăng trầm theo sự thăng trầm của Phật giáo.

Phật giáo có hơn hai ngàn năm lịch sử ở Trung Quốc và vào Trung Quốc thời Lương Hán. Đời Hán Phật giáo chưa thích ứng với xã hội Trung Quốc nên chỉ có những người thuộc tầng lớp trên của xã hội mới tín phụng Phật giáo. Tầng nhân đời Hán chủ yếu là người nước ngoài, thời Hán ít có chùa chiền, cũng ít kinh Phật.

Thời Ngụy Tấn, Phật giáo bắt đầu được truyền bá rộng ở Trung Quốc. Triều đình nhà Ngụy bắt đầu có tầng nhân quốc tịch người Hoa, nhưng chùa và tầng nhân chưa có nhiều... Đến đời Lương Tấn, chùa chiền và tầng ni dần dần nhiều lên. Theo sử liệu thì thời Tây Tấn có 180 ngôi chùa với 3700 tầng ni. Thời Đông Tấn có 1768 ngôi chùa với 24000 tầng ni. Cuối đời Đông Tấn có 250 bộ kinh Phật dịch gồm 1300 cuốn. Kinh Phật dịch đời Hán thường phần lớn là những bộ nhỏ, những bộ lớn gồm mấy chục cuốn. Thời nay đã có tầng nhân đi về phía tây cầu pháp như Chu Sĩ Hành đến Tây Tạng, Pháp Hiển đến Ấn Độ và Srilanka...[13]

Thời Nam Bắc Triều, Phật giáo phát triển mạnh. Các vua đều sùng Phật, ăn chay. Theo sử liệu Phật giáo đời Lưu Tống có 1913 ngôi chùa với 36000 tầng ni; đời Tiêu Tề có 2015 ngôi chùa với 82700 tầng ni. Thời Nam Triều có khoảng 400 - 500 bộ kinh Phật gồm hơn 1000 cuốn. Ở Bắc Triều, đời Bắc Ngụy có 30000 chùa Phật, 200 vạn tầng ni, 100 bộ kinh dịch gồm hơn 300 cuốn. Thế lực chính trị và kinh tế của các chùa dưới thời Nam Bắc Triều cũng phát triển ngày càng mạnh mẽ. [13]

Thời Tùy - Đường là thời kỳ cực thịnh của Phật giáo. Thời Tùy có 4000 - 5000 ngôi chùa, hơn 20 vạn tầng ni, 2000 bộ kinh Phật gồm 5000 - 6000 cuốn. Thời Đường có hơn 40000 ngôi chùa, 30 vạn tầng ni, chùa Phật chiếm hơn 10 triệu khoảnh đất với 150000 công quả sống trong chùa, cùng với đó là 2000 bộ

kinh Phật với 67000 cuốn. Thời Đường, Phật giáo có nhiều tông giáo như Thiên Thai Tông do Trí Khải sáng lập; Duy Thức Tông do Huyền Trang sáng lập; Thiền Tông do Tuệ Năng sáng lập; Tịnh Độ Tông do Tuệ Viễn, Đạo Xước và Thiện Đạo sáng lập; Mật Tông do ba vị hòa thượng Thiện Vô Úy, Kim Cương Trí, Bất Không sáng lập. Trong các vị cao tăng danh tiếng đời Đường, Huyền Trang là người nổi tiếng khắp nơi trong nước, ông đi về phương tây thỉnh kinh; đi qua 138 nước và đến được Ấn Độ. [13]

Thời Tống Nguyên về sau, Phật giáo ngày một thu hẹp. Thời Bắc Tống có 40.000 ngôi chùa Phật với 458.000 tăng ni. Đời Nguyên có khoảng 42.300 ngôi chùa với hơn 20.000 tăng ni. Ruộng đất chùa chiếm hữu có nơi trên 5.000 mẫu. Đời Minh Phật giáo có ảnh hưởng lớn. Đến đời Thanh có khoảng 80.000 ngôi chùa lớn nhỏ với 800.000 tăng ni. Phật giáo truyền vào Tây Tạng từ thời Đường. Do tộc Tạng gọi tăng nhân là “lạt ma” cho nên người ta gọi Phật giáo Tây Tạng là lạt ma giáo. [13]

Về tư tưởng Phật giáo chia ra hai hệ thống lớn là tiểu thừa và đại thừa. Phật giáo tiểu thừa là Phật giáo thời kỳ đầu, còn giữ nguyên trạng thái nguyên thủy. Phật giáo đại thừa là thời kỳ sau mới có nguồn gốc tiểu thừa mà ra.

Giới luật của Phật giáo Trung Quốc hết sức phức tạp, gồm ngũ giới, bát giới, thập giới, giới tiểu thừa, giới đại thừa. Ngũ giới là những điều đặt ra cho các tín đồ nam nữ tại gia gồm: không sát sinh, không trộm cắp, không tà dâm, không nói dối, không uống rượu. Bát giới là những giới điều đặc biệt đặt ra cho tín đồ nam nữ tại gia gồm: không sát sinh, không ăn trộm, không dâm dục, không nói dối, không uống rượu, không đánh phấn tô son và đeo đồ trang sức, không nhảy múa hát xướng - diễn kịch, không ngồi trên giường cao. Ngoài ra còn có 250 điều quy định cho Tăng sĩ (hòa thượng), ni có 348 giới.

Trong các giới luật trên ta thấy giới luật không sát sinh đã hình thành nên tập tục ăn chay. Phật giáo đã rõ ràng bắt nhân dân Trung Quốc phải thừa nhận sự giết loài vật là một hành vi vô đạo đức. Đạo Phật khuyến khích ăn chay để nuôi dưỡng tình thương yêu đối với mọi loài nên người Phật tử ăn chay và tập tục ăn chay đã hình thành nên từ đó.

Trong những thời kỳ phát triển mạnh mẽ nhất của Phật giáo phải nói tới triều đại nhà Lương, Vua Lương đã cấm tất cả các thức ăn thịt cá tại các bữa tiệc trong hoàng cung và yêu cầu dân chúng ăn chay. Ông cũng ngăn cấm việc giết thú vật để tế lễ thần linh của Đạo giáo và cũng cấm không cho dùng thú vật như tác kê, rắn, nai, hổ... làm thuốc. [4]

Đến triều đại nhà Đường, việc ăn chay còn mạnh hơn nữa; chỉ riêng thủ đô Tràng An, kinh đô của Trung Hoa thời bấy giờ, có khoảng hai triệu dân mà có ít nhất là phân nửa dân số ăn chay.

Từ sau triều đại nhà Đường (618 - 907), Phật giáo suy thoái và việc ăn chay cũng ít phổ biến trong đời sống xã hội và trong dân chúng. Đến triều đại nhà Minh (1368 - 1644), Phật giáo Trung Hoa mới được phục hưng lại và hòa thượng Vân Thê - Châu Hoảng (1565 - 1615) là người cổ vũ mạnh mẽ nhất, không chỉ cho việc ăn chay mà còn bao gồm cả tục phóng sinh.

Đối với tín đồ Phật giáo Trung Quốc, thực ra, ăn chay là một phần của việc thực hành giáo pháp, thực hành hạnh từ bi của đạo Phật. Song song với quá trình truyền bá vào Trung Quốc, Phật giáo cũng được du nhập vào Việt Nam từ những năm đầu công nguyên. Sau khi tiếp xúc và giao lưu với tín ngưỡng dân gian bản địa, Phật giáo đã tự điều chỉnh và biến đổi theo xu hướng dân gian hóa và phong tục hóa để trở thành Phật giáo dân tộc mang đặc trưng, bản sắc của văn hóa Việt Nam.

Mâm cỗ chay hiện nay ở Việt Nam có thể xem là sự kế thừa quan niệm ăn chay của người theo đạo Phật. Đức Phật cho rằng trong mọi con người đều có Phật tính, con người vốn thiện lúc sinh ra, nếu không tu tâm tích đức giữ tâm trong sáng thì dễ bị thói tham lam độc ác trong cuộc đời làm vẩn đục cái tâm thiện vốn có của mình. Vì vậy người theo đạo Phật phải tuân theo ngũ giới (năm điều cấm kỵ):

1. Không được giết hại (sát sinh) người và các loài động vật
2. Không được trộm cướp
3. Không được tà dâm
4. Không được nói dối
5. Không được uống rượu

Do đó việc ăn chay xuất phát từ điều giới thứ nhất và thứ năm của đạo Phật. Ăn chay, uống sạch để nuôi dưỡng lòng từ bi và tinh thần bình đẳng. Đức Phật khuyên rằng con người không được giết hại (sát sinh) bao gồm cả con người và các con vật.

Theo quan niệm của đạo Phật thì mọi sinh linh đều có Phật tính; nếu sát hại sinh linh tức là làm tổn hại Phật tính. Khi tính mạng bị đe dọa thì từ con vật lớn như : voi, hổ, trâu, ngựa... đến các con vật nhỏ như : chim, cá, ong, kiến... đều tìm cách tự vệ để thoát khỏi sự tiêu diệt. Ai đó nhẫn tâm giết một con vật, làm cho nó phải đau đớn, giãy giụa trước khi chết là tự mình đánh mất lòng từ bi và mất dần Phật tính. Cho nên đức Phật chủ trương ăn chay một cách thường xuyên. Người theo đạo Phật ăn chay có thể xuất phát từ thuyết nhân quả, luân hồi của Phật giáo, cho rằng khi chúng sinh (người và vật) chết đi sẽ được đầu thai vào kiếp khác, nếu kiếp trước làm điều ác thì kiếp sau phải chịu hình phạt quả báo. Sống kiếp người làm điều tốt đẹp thì khi chết đi, luân hồi đến kiếp sung sướng, giàu sang phú quý; khi còn sống kiếp người gây nhiều tội ác, thì lúc chết phải chịu kiếp tàn tật, nghèo nàn và đói khát. Luân hồi ở đây được hiểu rằng thân xác này chết đi, thì hình thức sống khác lại tiếp tục ở mức độ cao hơn (được lên cõi trời), hay thấp hơn là loài cầm thú; hoặc là loài ngạ quỷ (quỷ đói). Chỉ có đức Phật và các vị A La Hán là được giải thoát không tái sinh. Do tin vào thuyết luân hồi mà người ta cho rằng nếu sát sinh thì không tránh khỏi trường hợp con cái giết kiếp sau của ông bà, cha mẹ mình. Như vậy chủ trương ăn chay của đạo Phật về mặt nào đó có ý nghĩa tích cực giáo dục lòng từ bi hỉ xả, bình đẳng, bác ái, không sát sinh súc vật một cách tùy tiện, không vì miếng ăn của mình mà làm cho người khác hoặc súc vật phải chết chóc đau khổ. Do nhu cầu của thực tế cuộc sống mà hiện nay ở các chùa vẫn duy trì ăn chay (theo Phật giáo Bắc tông) hoặc ăn mặn (ăn thịt, cá), (Phật giáo Nam Tông - Nguyên Thủy) nhưng có những nguyên tắc như không thấy, không nghe, không biết...

Ngoài ra, đạo Phật qui định ăn chay có hai loại: ăn chay trường và ăn chay kỳ. Việc ăn chay trong khi tu hành đạo Phật cũng phải biết cách ứng dụng sao cho phù hợp với hoàn cảnh và sức khỏe từng người, có thể nói đó cũng là một

cách tu rèn tâm tính theo đạo Phật. Tuy ăn chay là một cách tu hành của Phật tử, song người ăn chay nên học hỏi kinh nghiệm ăn chay của nhau để thực hiện được việc ăn chay mà vẫn đảm bảo đủ chất, thì mới có thể khỏe mạnh và tu hành đắc đạo. Vì vậy cách chọn thức ăn chay và chế biến món ăn chay cũng cần phải học hỏi kinh nghiệm mới thành công. Từ những món ăn chay được nấu từ các loài thực vật như: rau xanh, đậu phụ, lúa gạo (lương thực, thực phẩm) gọi là cơm chay ăn hàng ngày. Một bữa ăn trong nhà chùa thường có bát canh rau cải nấu, đĩa đậu phụ kho, tương với cà chua, đĩa dưa cà và bát nước rau, đĩa đậu phụ nướng, chাম muối vắt chanh và đĩa lạc rang... Nói chung là những món ăn bình dân trong dân chúng vẫn sử dụng ăn hàng ngày; chỉ khác là không có món ăn bằng thịt cá mà thôi. Ăn chay trường (hay trường trai) là những người đã phát nguyện ăn chay đến hết đời, sống cuộc đời hoàn toàn chay tịnh. Ăn chay kỳ là chọn một số ngày nhất định trong tháng hoặc trong năm và tiến hành ăn chay. Thông thường ăn chay kỳ bao gồm các hình thức sau (tính theo âm lịch).

Tứ trai: 1-14-15-30

Lục trai: 1-8-14-15-23-30

Bát trai: 1-8-14-15-18-23-24-30

Thập trai: 1-8-14-15-18-23-24-28-29-30

Nhất ngoại trai: ăn chay trọn tháng giêng

Tam ngoại trai: ăn chay trọn tháng giêng, tháng bảy, và tháng mười

Tứ ngoại trai: ăn chay trọn tháng giêng, tháng tư, tháng bảy và tháng mười

Và ăn chay lần cho đến trường chay.

1.1.1.2. Quan niệm ăn chay của người phương Tây

Ai cũng biết hiện nay trên thế giới có hai chế độ ăn uống, chế độ ăn thịt cá và chế độ ăn thực phẩm rau đậu. Chế độ ăn thịt cá được xem là lối ăn uống tiêu biểu của người Tây phương, mà thực phẩm chính là thịt cá và các thức ăn biến chế từ thịt động vật. Tuy nhiên, ở phương Tây trước đây cũng đã có nhiều người ăn chay trong đó có những nhà khoa học và những danh nhân văn hóa nổi tiếng, tiêu biểu như:

Cách chúng ta hơn 3000 năm, Pythagore, nhà toán học Hy Lạp lừng danh trên thế giới đã từng khuyên nhủ: “Này bạn, xin đừng làm nhor nhóp thân thể của mình bằng những thức ăn tội lỗi. Chúng ta đã có bắp, táo, lê, rau trái thừa thãi, sữa và mật ong ngọt lịm. Quả đất này đã cung ứng cho chúng ta những thức ăn vô tội một cách dồi dào, đã khoản đãi chúng ta bằng những bữa tiệc không can dự vào máu. Chỉ có loài thú này mới ăn thịt loài thú khác vì bản năng tự nhiên và vì đói. Nhưng không phải tất cả loài thú nào cũng vậy. Bởi vì trong số đó cũng có các loài như bò, ngựa và cừu... đều ăn cỏ”. [18]

Léonard Da Vinci (1452 - 1519), nhà danh họa và điêu khắc gia người Ý, đồng thời cũng là một thi sĩ nổi tiếng trên thế giới quan niệm ăn chay là đạo đức của con người, sự ăn chay sẽ tránh được những tội ác về sát sinh. Ông còn nhấn mạnh rằng những ai không biết quý trọng sự sống của những sinh vật khác là những kẻ không đáng sống. [18]

Cùng chung quan điểm, nhà kinh tế học người Anh, Adam Smith (1723 - 1790), trong quyển *The Wealth of Nations* xuất bản vào năm 1776 đã khuyến khích loài người ăn chay và đã thuyết minh về lợi ích của việc thọ trì trai giới. Ông bảo rằng việc ăn mặn xét ra không cần thiết cho nhu cầu dinh dưỡng của con người. Chúng ta đã có ngũ cốc, rau quả, phó mát, dưa và dầu thực vật. Đó là những thức ăn cung cấp cho chúng ta những chất dinh dưỡng dồi dào. Thịt đối với chúng ta sẽ không nghĩa lý gì nếu chúng ta ăn chay đầy đủ và đúng cách. [18]

Khoa học ngày nay đã minh chứng rằng các căn bệnh nhồi máu cơ tim và tai biến mạch máu não (stroke) cũng như nhiều loại ung thư là hậu quả của việc ăn quá nhiều thịt và các sản phẩm có nguồn gốc từ thịt như trứng bơ sữa và ăn quá ít rau đậu trái cây. Nhìn vào những lý do tử vong tại các nước ăn nhiều thịt động vật, người ta bắt đầu xét lại chế độ ăn uống này. [19]

Chế độ dinh dưỡng bằng thực phẩm rau đậu đã và đang được khuyến cáo áp dụng bởi hầu hết các cơ quan có thẩm quyền về sức khoẻ như Tổ chức Y Tế Quốc Tế Liên Hiệp Quốc, Bộ Y Tế Hoa Kỳ, Bộ Y Tế Anh Quốc, Viện Tim Mạch Quốc Gia Hoa Kỳ và Viện Ung Thư Quốc Gia Mỹ. Những công trình nghiên cứu khoa học đã so sánh hai chế độ ăn uống nêu trên và tìm ra rằng chế

độ dinh dưỡng bằng các thực phẩm rau đậu có nhiều sức khoẻ và ít bệnh tật hơn là chế độ ăn thịt cá.

Thực tế, chế độ ăn thực phẩm rau đậu đã du nhập vào Hoa Kỳ từ năm 1817 bởi những người Thiên Chúa Giáo Bible-Christians, những người đã tách rời khỏi Giáo Hội Anh quốc. Họ tin tưởng rằng Hoa Kỳ là một quốc gia tự do, rất tốt cho việc hành đạo, trong đó có việc ăn chay của họ. Bible - Christians không còn nhưng việc làm tốt của họ đã ảnh hưởng đến việc cải cách chính sách sức khỏe của quốc gia này về sau.

Trước khi những người ăn chay đầu tiên này đến Hoa Kỳ, chế độ ăn thực phẩm rau đậu đã có ở các lục địa khác như Ấn Độ, Châu Á, Châu Phi và Châu Âu. Một cuộc thăm dò khác do công ty Bruskin Goldring Research cũng cho kết quả tương tự. Khi so sánh những con số này với những con số của kỳ thăm dò trước, họ đã khám phá ra rằng mỗi năm Hoa Kỳ tăng khoảng một triệu người ăn chay và vào năm 2005 Hoa Kỳ đã có khoảng 25 triệu người ăn thực phẩm rau đậu. [19]

Những người ăn chay ở Mỹ không thuộc về một nhóm dân số nhất định mà thuộc về mọi lứa tuổi và mọi giai cấp xã hội: người già, người trẻ, phi công, nhân viên quân sự, tài tử màn bạc, thể thao, y sĩ và các cựu thành viên ban nhạc Beatle... Một số ăn chay một vài năm, những người khác ăn nhiều thập niên.

Theo cuộc thăm dò Yankelovich thì khoảng phân nửa những người ăn chay đã ăn hamburger một lần và thề là sẽ không bao giờ ăn thịt nữa, phân nửa số kia thay đổi từ từ, từ chế độ ăn thịt qua chế độ ăn thực phẩm rau đậu. [25]

1.1.1.3. Quan niệm ăn chay của các tôn giáo khác ở Việt Nam

Chịu ảnh hưởng của Công giáo La Mã, tại Việt Nam, đạo Công giáo cũng có quan niệm về ăn chay nhưng cách thức ăn chay lại tương đối khác với cách ăn chay của các tôn giáo khác như Phật giáo, Cao Đài. Ăn chay theo Công giáo là ăn lạt, ăn ngũ cốc, kiêng khem chất thịt mỡ, đồng thời ăn chay theo luật Công giáo là ăn khắc khổ, thiếu thốn với mục đích: Nhắc nhở tín đồ rằng loài người yếu đuối và hay sa ngã, nên phải khiêm tốn với Chúa và tha nhân, nhắc nhở tín đồ rằng phải khắc khổ để đền tội, nhắc nhở ta rằng phải rèn luyện ý chí ngỗ hầu có thể đương đầu với các cám dỗ.

So với các tôn giáo khác thì Công giáo ăn chay ít do: Sinh hoạt căn bản của đạo không phải là ăn chay, mà là yêu Chúa, yêu tha nhân. Ăn chay được áp dụng tùy tiện cho từng người trong từng hoàn cảnh. Người lao động nặng, người phụ nữ mang thai và nuôi con bằng sữa mẹ được khuyến cáo thận trọng trong việc ăn chay và được khuyên nhủ nên làm việc bác ái từ thiện thay cho việc ăn chay.

Tại Việt Nam hiện nay số ngày ăn chay trong năm đối với tín đồ Công giáo thường chỉ là 2, vì Việt Nam qua một giai đoạn chiến tranh lâu dài, và lại qua một giai đoạn kế tiếp lâm cảnh nghèo nàn lạc hậu, dân chúng thiếu chất dinh dưỡng, nên Giáo hội không muốn thấy luật ăn chay làm cho tín đồ Việt Nam đã thiếu dinh dưỡng lại thiếu thêm nữa, nên đã kêu gọi tín đồ ít ăn chay vì sức khỏe rất cần cho việc sản xuất.

Đối với các tín đồ của đạo Cao Đài và Hòa Hảo là những tôn giáo chịu nhiều ảnh hưởng của quan niệm và tư tưởng Phật giáo, ăn chay giúp tín đồ giữ được Ngũ Giới cấm dễ dàng: không sát sanh, không trộm cắp, không tà dâm, không nói dối, không dùng chất gây nghiện (rượu, thuốc). Ăn chay để thanh lọc bản thể, làm tinh khiết chân thân: các loài động vật chỉ bổ dưỡng cho thể xác con người, vì thể xác con người cũng là huyết nhục.

Còn các thức ăn chay có hai tác dụng bổ dưỡng: bổ dưỡng xác thân nhờ những chất khoáng hấp thu trong đất và đạm khí trong không khí; bổ dưỡng chân thân nhờ hấp thu ánh sáng và dưỡng khí.

Ăn chay là luyện tập Bi, Trí, Dũng: không giết hại thú vật để ăn thịt nên tâm từ bi; không dùng thịt máu làm quấy động tâm can nên trí sáng; không bị lôi kéo vào đam mê dục vọng nên trí dũng.

Ăn chay còn để kiềm chế lục dục thất tình. Lục dục gồm: Sắc dục (nhãn - mắt), Thính dục (nhĩ - tai), Hương dục (tỷ - mũi), Vị dục (thiệt - lưỡi), Xúc dục (thân - da thịt), Pháp dục (ý - tư tưởng). Thất tình gồm: Hỷ, Nộ, Ái, Ố, Ai, Cù, Dục (mừng, giận, thương, ghét, buồn, sợ, muốn).

Đối với các tín đồ Phật giáo, Cao Đài, Hòa Hảo, họ còn tin rằng ăn chay sẽ giúp họ tránh được quả báo luân hồi vì vậy họ xem ăn chay như một cách cơ bản để tu luyện bản thân. Về tâm sinh học, quả thực việc ăn chay đem lại nhiều

kết quả tốt đẹp cho đời sống thể chất cũng như tinh thần, giúp người ta đi vào đời sống tôn giáo một cách thanh tịnh và thuần khiết hơn.

1.1.2. Các trường phái ăn chay

Có rất nhiều lý do để người ta ăn chay: vì niềm tin tôn giáo (Phật giáo, Ấn Độ giáo), vì đạo đức (bảo vệ súc vật), do tư tưởng triết học, sinh thái (sự thống nhất hài hòa của tự nhiên), tính kinh tế (ăn chay thường rẻ hơn ăn mặn) hay vì lý do sức khỏe (dị ứng, khả năng tiêu hóa,...). Do đó có nhiều trường phái ăn chay khác nhau:

Trường phái thứ nhất gọi là *Ovo Lacto Vegetarian* (Ăn chay một phần - thức ăn có trứng, sữa). Trường phái này được coi là phổ biến nhất, phần lớn những người ăn chay tại Tây phương (46%) chọn lối ăn này. Sức khỏe là lý do chính yếu. Lối ăn chay này bao gồm ăn rau, đậu, hạt, trái cây, và gồm cả trứng (ovo), sữa bơ (lacto), hầu hết mọi thứ ngoại trừ thịt động vật. Bởi vì ovo-lacto cho phép chọn lựa nhiều thứ thực phẩm, những người ăn lối này không bao giờ thấy trở ngại khi đi nhà hàng, đi du lịch, hay đi công tác xa nhà. Nó cũng có thể dễ dàng tìm thấy trong các tiệc buffet tại tư gia (family buffet) hay những bữa ăn tiệc chiêu đãi, gặp gỡ đối tác (business luncheon). Lối ăn này là lối ăn chay dễ nhất và hầu như thỏa mãn mọi người. Nó cũng rất lành mạnh trừ khi bạn lạm dụng bằng cách ăn quá nhiều trứng, bơ và sữa.

Trường phái thứ hai gọi là *Lacto Vegetarian* (Ăn chay một phần - thức ăn có sữa). Sự chọn lựa lối ăn này cũng tương tự như ovo-lacto vegetarian ngoại trừ người ăn chay không ăn trứng. Hai lý do chính để người dân Hoa Kỳ theo đuổi lối ăn lacto - vegetarian là để giảm cholesterol, ngăn ngừa bệnh dị ứng và các bệnh do nhiễm vi khuẩn salmonella và campylobacter. Bên cạnh đó, cũng có những người không ăn trứng vì thương súc vật phải đau đớn sống trong những môi trường tàn bạo, một số người khác nữa từ chối không ăn trứng vì lý do tôn giáo, xem trứng như một sinh linh có đời sống. [18]

Trường phái thứ ba gọi là *Vegan*: không ăn sữa, trứng hoặc bất kỳ một sản phẩm nào từ động vật kể cả mật ong. Trường phái này không phổ biến lắm. Khoảng 4% những người ăn chay ở Hoa Kỳ thuộc loại này. Tại sao họ chọn lựa

như vậy? Phần lớn là vì lý do đạo đức. Họ không muốn tiếp tay giết hại sinh mệnh các súc vật. Tôn trọng mạng sống, nói theo quan niệm của Bác sĩ Albert Schweitzer, người đã đoạt giải Nobel về Hòa Bình thì "không giết sinh vật kể cả côn trùng", "không ăn bất cứ cái gì mà trước kia đã từng sống". [18]

Trường phái thứ tư có thể gọi là *Ăn chay khoa học*, nội dung ăn chay tập trung chủ yếu đến việc xem xét cơ sở khoa học dinh dưỡng của khẩu phần chay. Thực hành ăn chay khoa học bao gồm từ thực hành chọn lựa thực phẩm đến xây dựng khẩu phần chay đủ dinh dưỡng và hợp lý.

Đa số các phương pháp ăn chay đều có nguồn gốc từ tôn giáo. Chính vì vậy trên thế giới có nhiều trường phái ăn chay khác nhau dựa trên loại thực phẩm được sử dụng. Phần lớn các trường phái ăn chay đều cho phép dùng các loại thực vật, vì vậy nhiều người nghe nói đến ăn chay là nghĩ đến ăn thực vật, nhưng thật ra các trường phái rất khác nhau. Ví dụ ăn chay đối với Công giáo là không ăn các thực phẩm từ thịt gia súc, nhưng vẫn được ăn cá, hải sản; đối với Phật giáo là không ăn các thực phẩm có máu thì vẫn có thể uống sữa và ăn trứng gà công nghiệp, nhưng cũng có khi sữa và trứng cũng không được ăn.

Ở Ấn độ, Nhật hay Trung Á, có những trường phái ăn chay cực kỳ nghiêm ngặt, chỉ ăn ngũ cốc, cấm cả trái cây... Ngay cả uống cũng vậy, chất còn thường được chế biến từ ngũ cốc, nhưng chế độ ăn chay thì có khi cho uống, có khi không. Nhìn chung ăn chay là cách ăn không đầy đủ các loại thực phẩm trong tự nhiên, bắt đầu từ nguyên nhân tôn giáo, nhưng càng về sau thì càng phổ biến hơn vì người ta nhận ra lợi ích của ăn chay với sức khỏe.

1.1.3. Ăn chay trong đời sống hiện nay

Ngày nay, ăn chay đang trở thành một trào lưu trên thế giới, nhất là trong giới trí thức và các chuyên gia. Nhà hàng và quán ăn chay ngày càng phát triển và thu hút đông đảo số lượng người ăn chay cho thấy việc ăn chay không những mang lại lợi ích về vật chất mà còn đưa đến những lợi ích lớn lao về mặt tinh thần. Trước đây nhiều người không thích ăn chay vì sợ rằng sẽ bị thiếu chất và không đủ sức khỏe để làm việc và sinh hoạt. Tuy nhiên, nhờ sự tiến bộ của khoa học với những nghiên cứu về món ăn chay và hàm lượng dinh dưỡng trong các

món ăn chay đã chứng minh điều ngược lại, ăn chay có lợi cho sức khỏe. Đặc biệt ăn chay có thể ngăn ngừa được một số bệnh hiểm nghèo như: bệnh ung thư, bệnh tim, bệnh loãng xương, bệnh đái tháo đường, bệnh viêm thấp khớp, các bệnh truyền nhiễm khác....

Ăn chay không những có lợi cho sức khỏe mà còn giúp môi trường được bảo vệ. Các nhà xã hội cho rằng: ăn chay không những lợi ích cho cá nhân, mà còn cho xã hội, nhân loại và chúng sinh.

Do đó, hiện nay ăn chay đang trở thành trào lưu ở các nước phát triển. Giới công nghệ sản xuất thực phẩm cũng phải nghiên cứu để có những sản phẩm phù hợp theo thị hiếu của người ăn chay. Chẳng hạn, hiện nay trong cửa hàng Mc Donald's đã có món chay Mc vegetarian, công ty Nestle thì cho ra đời sản phẩm patê Raviolis chay, các siêu thị có bán nhiều thức ăn chay làm sẵn, ở các thành phố lớn cũng có nhiều nhà hàng chay sang trọng.

Trong xã hội phương Tây hiện nay, rau quả được xem là một biểu tượng của sự tươi mát, tinh sạch, được xem như là thứ “thuốc giải” cho chế độ dinh dưỡng quá dư chất đạm, quá ngọt và quá béo. Rau quả tự nó đã là biểu tượng của vẻ đẹp thiên nhiên, từ lâu nó cũng là nguồn cảm xúc, sáng tạo trong hội họa... Rau quả còn dùng làm chất liệu nghệ thuật như trong các cuộc triển lãm các sản phẩm nghệ thuật chỉ làm bằng các loại rau củ... Ngay cả các hãng mỹ phẩm cũng đang quảng bá rầm rộ những loại nước hoa, mỹ phẩm chiết xuất từ hoa quả thiên nhiên như cam, chanh, lê, táo, dưa chuột, bạc hà, long tu...

Nói chung, ăn chay hiện nay không chỉ phát triển ở phương Đông mà còn thịnh hành ở các nước phương Tây, không phân biệt giai cấp, giới tính, nghề nghiệp, tôn giáo, tín ngưỡng...

1.2. Đặc trưng, giá trị của ẩm thực chay

1.2.1. Đặc trưng

Nguyên liệu chủ yếu để chế biến món ăn chay là thực vật. Chọn các loại rau củ chứa nhiều chất xơ, các nguyên tố vi lượng, nhiều vitamin, không hề có các nguyên liệu từ động vật như thịt, cá,... mà vẫn đảm bảo các chất bổ dưỡng cung cấp cho cơ thể con người là yêu cầu đầu tiên đối với thực phẩm chay.

Theo nghiên cứu, thành phần chất đạm là đạm thực vật thường dễ tiêu hóa, dễ hấp thu hơn đạm động vật. Lượng rau xanh, quả tươi nhiều, cung cấp đầy đủ lượng chất xơ cần thiết hàng ngày cùng với các vitamin tan trong nước như B, C, các chất chống oxy hóa giúp duy trì sự trẻ trung và khỏe mạnh của tế bào. Ngoài ra chất béo của thực vật không có cholesterol, có lợi cho người bị bệnh lý rối loạn chuyển hóa, tim mạch, tiểu đường, huyết áp.

Đối với các món ăn chay cũng có rất nhiều cách chế biến từ đơn giản đến cầu kỳ không thua gì món mặn. Qua thời gian, người ta cũng đúc kết ra nhiều kinh nghiệm để có thể tăng cường dinh dưỡng của thức ăn thông qua cách chế biến chẳng hạn như nên dùng nồi, chảo gang trong chế biến [thức ăn](#) nhằm tăng lượng sắt.

Tất cả các chất dinh dưỡng đều có trong thực vật. Các thực phẩm chay cung cấp cho con người đủ các dinh dưỡng cơ bản nhất, bao gồm chất bột, chất béo, chất đạm, chất xơ cũng như các muối khoáng, đồ ăn chay có ít cholesterol, ít axit béo, nhiều vitamin, có tác dụng chống ôxy hóa...

Tuy nhiên bên cạnh những giá trị dinh dưỡng kể trên, thức ăn chay cũng có một số hạn chế nhất định như:

Chất đạm thực vật tuy dễ tiêu hóa và sử dụng, nhưng không đủ các thành phần axit amin thiết yếu, vì vậy không đủ đáp ứng cho sự tăng trưởng, phát triển của cơ thể trong những giai đoạn quan trọng của quá trình phát triển tâm sinh lý. Chế độ ăn chay thường rất nhiều chất béo, do các thực phẩm hay được chế biến bằng phương pháp chiên, nhất là thói quen dùng nước cốt dừa, có nhiều axit béo no, nên mặc dù không có cholesterol từ thức ăn, nhưng lại kích thích cơ thể tạo ra cholesterol nhiều hơn. Chế biến thức ăn bằng cách chiên cũng làm tăng các gốc oxy hóa trong cơ thể.

Ngoài chất béo, thành phần chất bột trong bữa chay cũng thường rất cao, do các món chay thường chế biến khô, đặc, nên tổng năng lượng cũng tăng lên. Chế độ ăn chay thường thiếu các chất khoáng vi lượng như kẽm, sắt... do các chất này trong thức ăn thực vật khó hấp thu hơn thức ăn động vật; ăn chay dễ bị loãng xương do không đủ lượng canxi theo nhu cầu; lượng rau và chất xơ nhiều cũng có thể làm ảnh hưởng đến quá trình hấp thu các chất dinh dưỡng quý.

Vì vậy, cần kết hợp linh hoạt các loại thực phẩm chay với nhau để khắc phục những điểm yếu trên. Có không ít người e ngại vì ăn chay không đủ chất, họ luôn cảm thấy đói bụng sớm hơn so với ăn mặn. Điều này là do người ăn chay chưa quen với chế độ ăn uống mới cũng như chưa nắm rõ nguyên tắc cơ bản của việc ăn chay, phải biết kết hợp các loại thực phẩm, kết hợp càng nhiều rau đậu thì sẽ đáp ứng đầy đủ chất [dinh dưỡng](#) cho bữa ăn.

Hiện nay, các cơ quan chuyên trách về thực phẩm đã báo động về việc lạm dụng các chất bảo quản và thuốc trừ sâu. Trong khi chờ đợi để có những nguồn cung cấp rau quả sạch, để hạn chế sự tác hại, trước khi sử dụng chúng ta nên ngâm rửa thật kỹ, nếu không, việc ăn chay tưởng là tốt cho sức khỏe mà thay vào đó là nạp vào một lượng thuốc bảo quản và thuốc trừ sâu rất độc hại cho cơ thể. Lựa chọn thực phẩm chay không chỉ thể hiện sự hiểu biết về thực phẩm mà còn thể hiện cách sống và tính cách con người.

1.2.2. Giá trị

Theo Phật giáo, ý nghĩa của ăn chay là vì lòng từ bi, vì tránh ác báo, vì lìa trần nhiễm, vì thuận ích cho đường tu. Với việc ăn chay theo tinh thần tu tập của Phật giáo, mỗi người ăn chay là phát triển lòng bi mẫn của mình với sinh linh muôn loài hữu tình. Khi cơ thể không thực sự có đòi hỏi ăn chay, mà người ta vì những lý do nào khác tự bắt cơ thể phải dung nạp các món chay, nếu quá ép, sẽ sinh bệnh. Ngược lại, khi cơ thể có nhu cầu đòi hỏi phải ăn chay, tự khắc thấy việc ăn chay là nhẹ nhàng, thấy vui và ngon miệng khi ăn, cơ thể phát triển tốt, sức khỏe tăng trưởng, bệnh tật thối lui khi ăn chay.

Ăn chay có lợi cho sức khỏe. Ăn thực phẩm rau đậu, dù bạn ăn trường chay hay ăn chay kỳ, không những làm thân thể bạn khỏe mạnh, tinh thần vui tươi mà sẽ làm thế giới trở nên tốt đẹp hơn. Chế độ dinh dưỡng chay sẽ giúp cho việc phòng ngừa các bệnh liên quan đến tim mạch, trước hết là bệnh tăng huyết áp và bệnh mạch vành, những người ăn chay có chỉ số xơ vữa mạch máu thấp. Vì vậy, ăn chay với nhiều người trước hết để phòng chống các bệnh mạn tính. Khoa học cũng đã chứng minh người ăn chay có khả năng dẻo dai và sức chịu đựng tốt hơn người ăn thịt. Người ăn chay thường có tuổi thọ cao hơn người ăn mặn.

Ăn chay là một hành động đẹp. Cuộc sống sẽ nhẹ nhàng và thanh tịnh hơn khi bữa ăn gia đình xa rời các món thịt và không đem hình ảnh các con vật bị giết vào trong từng món ăn của mình. Sẽ là một cuộc sống an bình, khi từng món ăn mang hương vị thiên nhiên, mang hình ảnh của hoa đồng cỏ nội, có sự hòa đồng với cội cây gần gũi, và biến cuộc sống của mình thành một phần trong chuỗi sinh tồn tự nhiên. Người ăn chay, vì thế mà cũng tự tập cho mình thói quen yêu quý thiên nhiên, yêu quý từng phút giây mình được sống, thấy mình là một phần của vạn vật... Và từ đó, người ta hướng những việc làm, những tạo tác của mình sao cho hài hòa với thiên nhiên, phấn đấu để lòng đam mê công việc của mình chuyển dịch từ ham thích thỏa mãn bản thân sang ham thích làm đẹp cho đời. Từ việc nhìn nhận bữa ăn chay đạm bạc nhưng vẫn có thể đủ chất, sẽ dần dần hình thành nhận thức về nhu cầu cá nhân: thực ra người ta hoàn toàn có thể giảm thiểu nhu cầu bản thân để phục vụ tốt hơn cho cộng đồng, cho môi trường sống xung quanh. Và đó chính là giá trị lớn nhất của việc ăn chay, nó từng bước hướng con người ta đến gần thêm với những giá trị Chân - Thiện - Mỹ.

1.3. Tìm hiểu cơ sở lý luận về mối quan hệ giữa ẩm thực và ẩm thực chay với hoạt động du lịch

1.3.1. Khai thác ẩm thực trong phát triển du lịch

Ẩm thực, trong đó có ẩm thực chay là một trong những nguồn tài nguyên du lịch nhân văn đầy tiềm năng để góp phần phát triển du lịch. Hiện nay nhu cầu đi du lịch trở thành nhu cầu không thể thiếu đối với con người. Đi du lịch cũng đồng nghĩa với việc phải bỏ ra một khoản chi phí không nhỏ cho lưu trú, ăn uống, dịch vụ... tại nơi mình đến. Khi khách du lịch đến với nước ta cũng như các quốc gia khác trên thế giới, họ không thể không một lần thưởng thức những món ăn đặc trưng. Bởi lẽ, ẩm thực đóng vai trò quan trọng trong việc đem lại cảm giác sảng khoái, mới lạ cho con người.

Và hòa nhịp với sự phát triển của ngành du lịch Việt Nam, trong những năm qua lượng khách nước ngoài vào Việt Nam du lịch và sinh sống ngày càng gia tăng. Đây là một lượng khách hàng tiềm năng rất lớn để nước ta phát huy hết khả năng khai thác du lịch của mình. Như vậy, du lịch Việt Nam đã và đang có

những bước chuyển mình mang tính đột phá dựa vào các tài nguyên du lịch sẵn có, mà trong đó văn hóa ẩm thực nói chung và ẩm thực chay nói riêng đã trở thành nguồn tài nguyên du lịch nhân văn phi vật thể rất có sức hút đối với khách du lịch.

Đã có rất nhiều du khách nước ngoài đến nước ta sau khi thưởng thức các món ăn ngon đều tấm tắc khen ngợi và còn thưởng thức nhiều lần mỗi khi có cơ hội trong chuyến du hành của họ chứ không phải là “ăn cho biết”.

Như vậy văn hóa ẩm thực đã ngẫu nhiên giới thiệu với bạn bè quốc tế phần nào bản sắc văn hóa của Việt Nam cho dù là một đất nước nhỏ bé, nhưng bề dày lịch sử văn hóa Việt Nam lại là “kho báu vô tận” để các nhà nghiên cứu và những du khách ham hiểu biết muốn thử sức mình và thỏa mãn trí tò mò của họ.

Văn hóa ẩm thực nói chung và ẩm thực chay nói riêng không chỉ mang những nét đặc trưng của bản sắc văn hóa Việt Nam mà còn là một trong những hoạt động du lịch mang lại phân lợi nhuận không nhỏ cho ngành Du lịch Việt Nam. Có thể nói lợi nhuận từ việc kinh doanh các nhà hàng ăn uống trong nước cũng như ngoài nước mang phong cách Việt Nam là hoàn toàn không nhỏ.

Nằm trong gia tài văn hóa ẩm thực của dân tộc, văn hóa ẩm thực chay cũng đã đóng góp một phần quan trọng trong việc thu hút khách du lịch quốc tế và đây cũng được coi là nguồn tư liệu đáng quý để tiếp cận với bản sắc văn hóa của Việt Nam.

Không chỉ có vậy, tham gia vào các tour du lịch ẩm thực còn giúp du khách nhanh chóng phục hồi sức khỏe sau một cuộc hành trình dài. Và trong cuộc sống hối hả đầy căng thẳng như hiện nay, một không gian của sự thanh thản và trong lành thật sự cần thiết. Ẩm thực chay kết hợp với các loại hình du lịch đang là một sự chọn lựa của nhiều du khách muốn tìm về sự thanh tịnh của đạo pháp và sự thanh khiết của tâm hồn.

1.3.2. Những loại hình du lịch gắn liền với ẩm thực chay

1.3.2.1. Ẩm thực chay với du lịch hành hương

Du lịch hành hương là một loại hình du lịch đặc thù nhằm thỏa mãn nhu cầu củng cố các giá trị tâm linh, giải tỏa mọi căng thẳng, chuyển hóa mọi phiền

não trong thân tâm thông qua chuyến đi thiêng liêng đến những địa điểm thiêng liêng mà người hành hương mong muốn. Chính vì yếu tố đặc thù như vậy nên trong cuộc sống bận rộn ngày nay, hành hương ngày càng thu hút thêm nhiều đối tượng, tín đồ. Những năm gần đây, có nhiều công ty lữ hành chuyên về du lịch hành hương ra đời, trong đó đại đa số là du lịch hành hương Phật giáo. Điều này đã phần nào đánh thức tiềm năng của loại hình du lịch hành hương nói chung và du lịch Phật giáo nói riêng.

Ngoài ý nghĩa của một chuyến đi đến các chùa để chấp tay lạy Phật, bày tỏ mong ước về những điều tốt đẹp của cuộc sống và sự bình an cho tất cả những người thân thuộc thì hành hương còn mang cái thú của việc tham quan chiêm bái kiến trúc chùa, thưởng thức ẩm thực chay và còn là cuộc hội ngộ thường niên của những người vốn không có dịp gặp nhau trong một năm...

Về cơ bản, du lịch hành hương là sự kết hợp nhuần nhuyễn giữa Phật pháp và du lịch, có các vị sư cùng theo trên đường tour để giảng giải, tổ chức nhiều hoạt động ý nghĩa nên có thể chia du lịch hành hương của các công ty thành 2 dạng, một là hành hương theo yêu cầu và hai là hành hương theo tour. Tour theo yêu cầu sẽ do khách hàng tự chọn địa điểm, thời gian dừng lại các địa điểm hành hương, đơn vị lữ hành sẽ đảm bảo về đi lại, dịch vụ ăn uống, nghỉ ngơi... Còn hành hương theo tour có sẵn sẽ đưa khách đến các địa điểm nổi tiếng, thường là dưới hình thức đi thăm nhiều chùa, tổ chức làm việc thiện, thả chim phóng sinh... Loại tour này còn có các loại hình đi kèm thêm như ẩm thực chay, trà đạo, thuyết pháp... Bên cạnh các hoạt động tín ngưỡng như chiêm bái, lễ Phật cầu an..., du khách khi tham gia vào các tour hành hương còn được công ty lữ hành phối hợp cùng nhà chùa tổ chức hướng dẫn nấu các món chay, thưởng thức trà đạo, tham gia tọa thiền... theo từng chủ đề và từng mùa trong năm.

Có thể nói, hành hương là một hoạt động văn hóa đem đến cho du khách những cảm nhận tích cực, những giây phút nghỉ ngơi an lành hướng về tâm linh. Đó là một nhu cầu chính đáng và các dịch vụ đáp ứng nhu cầu đó xuất hiện cũng là việc bình thường.

Do thu hút như vậy nên ngày càng nhiều công ty du lịch lữ hành đứng ra tổ chức các tour du lịch hành hương nhằm phục vụ cho du khách. Tour được các sư thầy kết hợp tổ chức, khách hành hương còn được các chùa đón tiếp, nghe những lời chúc tốt lành, được lì xì lấy hên đầu năm và còn được thưởng thức những món ăn chay hết sức đặc trưng.

Khi được thưởng thức món chay du khách sẽ rất cảm kích vì cách tiếp đón khách thập phương nhiệt tình và chu đáo. Rất nhiều món ăn chay với nhiều phong vị khác nhau như các món cơm, bún riêu, bánh xèo, bánh tét, trái cây... được đưa ra để du khách thưởng thức. Rồi khỏi bàn ăn còn được các sư cô mời dùng nước sâm vị thơm ngon, cho nên khi đi du khách sẽ cảm thấy lưu luyến không muốn rời chân. Và đó là những hình ảnh khó quên cho một tour du lịch hành hương có sự kết hợp tổ chức giữa các công ty du lịch và nơi hành hương.

1.3.2.2. Ăn thực chay với các sự kiện, lễ hội tôn giáo

Ăn thực chay không chỉ gắn liền với các hoạt động du lịch hành hương mà còn là một phần không thể thiếu trong các sự kiện, các lễ hội tôn giáo, đặc biệt là lễ hội Phật giáo, có thể kể đến một số sự kiện lớn sau:

Đại Lễ Phật đản Liên Hợp Quốc 2008 tại Việt Nam

Lễ Phật đản được công nhận là một ngày lễ chính thức tại Việt Nam bắt đầu từ năm 1958 do chính phủ [Đệ nhất Cộng hòa](#) của chính thể [Việt Nam Cộng hòa](#) thông qua. Đại lễ Phật đản Liên Hợp Quốc lần đầu tiên được tổ chức ở [Việt Nam](#) vào năm 2008, tại [Trung tâm Hội nghị Quốc gia](#) từ ngày 13 đến [17 tháng 5](#), tức ngày 9 đến 13 tháng 4 [âm lịch](#). Bên cạnh đó các đại biểu cũng tham gia các hoạt động Phật giáo khác như dự lễ khánh thành [chùa Bái Đính \(Ninh Bình\)](#) và tham quan [Vịnh Hạ Long \(Quảng Ninh\)](#).

Chủ đề của đại lễ Phật đản VESAK 2008 bao gồm nhiều nội dung như: Tam Hợp trên cơ sở Tình Thương, Hòa Bình và Hòa Hợp; Sự cống hiến của Phật giáo trong việc xây dựng một xã hội công bằng, dân chủ và văn minh; Sự thay đổi khí hậu toàn cầu; Những mâu thuẫn trong gia đình; Chiến tranh và hàn gắn; Những thay đổi của xã hội; Giáo dục của Phật giáo; Phật giáo nhập thế; Phật giáo trong giai đoạn kỹ thuật số.

Đại lễ Phật đản là sự tập hợp của đông đảo những người có cùng đức tin vào Phật giáo, tin vào tương lai tốt đẹp của con người là hòa bình, hữu nghị, an lạc. Bằng tinh thần từ bi, trí tuệ và đạo đức nhân bản, Giáo hội Phật giáo Việt Nam, những nhà lãnh đạo Phật giáo thế giới, những nhà làm công tác tôn giáo, xã hội, học giả, trí thức, khoa học... đã cùng góp sức mang thông điệp của Đức Phật đến tất cả chúng sanh trên thế gian... Đại lễ chính là một trong những biểu hiện sinh động tình hữu nghị giữa nhân dân Việt Nam và nhân dân thế giới, giữa Phật tử Việt Nam với cộng đồng Phật tử trên thế giới.

Văn hóa ẩm thực chay là một nét văn hóa không thể thiếu của văn hóa Phật giáo nên tại đại lễ Phật đản Liên hợp quốc - Vesak 2008 tại Việt Nam đã khai mạc hội chợ ẩm thực chay. Hội chợ thu hút đông đảo tăng ni, Phật tử và khách du lịch đến tham dự, thưởng thức các món chay đặc sắc tạo nên không khí hết sức ấn tượng trong mùa Đản sanh.

Trong thời gian phục vụ ẩm thực chay, bằng tâm nguyện của mình để tôn vinh giá trị văn hóa ẩm thực truyền thống của Phật giáo và dân tộc, một không gian vô cùng độc đáo cùng với các loại thực phẩm chay được giới thiệu do các Sư cô chế biến, vừa đảm bảo nét đẹp truyền thống của dân tộc, vừa giới thiệu phương pháp chế biến đảm bảo vệ sinh an toàn thực phẩm. Ẩm thực chay mùa Phật đản phục vụ tất cả mọi người những món chay truyền thống tạo thêm chút thanh đạm và thiềm vị giúp chúng ta có một cảm giác đầy thú vị và hoan hỷ nhân ngày lễ Phật Đản. Có thể nói trong một không gian đầm ấm thanh tịnh với những món chay truyền thống từ trong chốn thiền môn và dân gian của nhiều địa phương khác nhau, không gian càng chứa đựng nhiều tâm linh sâu lắng, hiến tặng cho khách đi đường một nơi dừng chân lý tưởng và thưởng thức ẩm thực để tiếp tục tham gia các công việc Phật sự.

Từ sau Đại lễ Phật Đản Vesak 2008, ngày lễ này ngày càng được Giáo hội [Phật giáo Việt Nam](#) tổ chức long trọng trên cả nước với nhiều hoạt động phong phú như diễu hành, rước xe hoa, văn nghệ mừng sự ra đời của Đức Phật và các hoạt động từ thiện khác. Những năm gần đây, ngày Phật Đản được coi là một ngày lễ hội quan trọng, thu hút sự tham gia không chỉ của [Phật](#) tử mà còn là của người dân trên mọi miền của đất nước. [10]

Lễ hội “Âm thực chay mùa báo hiếu”

Ý tưởng về việc tổ chức một lễ hội âm thực chay vào tháng 7 âm lịch hằng năm - cũng là mùa Vu lan báo hiếu theo quan niệm của đạo Phật đã chính thức được thực hiện từ năm 2009 tại thành phố Hồ Chí Minh. Trong thời gian lễ hội đã diễn ra nhiều hoạt động mang ý nghĩa tôn vinh công đức người mẹ như: nhắc nhở lòng tri ân của con cháu đối với công ơn sinh thành dưỡng dục của Mẹ Cha; hướng dẫn cách báo hiếu Cha Mẹ theo chính pháp đối với Cha Mẹ còn sống hoặc đã mất. Đây có thể coi là ngày hội của những tấm lòng hiếu thảo; tưởng nhớ công ơn và tặng quà các Bà mẹ Việt Nam Anh hùng, các Bà mẹ vượt khó nuôi con. Lễ hội còn là dịp giúp cho mọi người tiếp cận trực tiếp và hiểu rõ hơn về một chế độ dinh dưỡng mới với phương châm: ăn chay thật dinh dưỡng, thật ngon, thật tiết kiệm, tiện lợi, “Ăn chay để có một trái tim từ bi”; hưởng ứng lời kêu gọi của Tổ chức WHO-LHQ, tuyên truyền cổ động việc ăn chay để giữ gìn sức khỏe, bảo vệ môi trường, tiết kiệm nguyên liệu tự nhiên, ăn chay “vì một thế giới hòa bình”; tạo điều kiện cho mọi người biết được các địa chỉ của các nhà hàng chay, quán ăn chay, cơ sở chế biến chay, các nguyên vật liệu, gia vị nấu ăn chay, hướng dẫn cách nấu các món chay. [20]

Nhiều ý kiến cho rằng Ngày hội âm thực chay mùa Vu Lan báo hiếu nên tổ chức hằng năm để ăn chay trở thành truyền thống âm thực của dân tộc Việt Nam. Vì vậy duy trì ngày hội âm thực chay như một lễ hội truyền thống hằng năm với ý nghĩa không chỉ của riêng Phật giáo mà là truyền thống văn hóa tốt đẹp của đất nước. Tiêu biểu như:

Sáng ngày 20/8/2009, Lễ hội “Âm thực chay mùa báo hiếu” đã chính thức khai mạc tại Nhà Thiếu nhi thành phố mở đầu cho mùa Vu lan báo hiếu. Buổi sáng khai mạc, hơn 2.000 người gồm Chư Tôn đức Tăng Ni, Phật tử, đại diện các ban ngành đoàn thể và người dân TP.HCM đã tới tham dự. Lễ hội có khoảng 60 gian hàng âm thực chay của các quán ăn chay với các món chay tinh khiết, phong phú và đa dạng. Lễ hội âm thực chay mùa báo hiếu nhằm đền đáp tứ trọng ân của người con Phật, ngoài ra còn phổ biến cách ăn chay khoa học để người dân giữ gìn sức khỏe và góp phần với cộng đồng quốc tế đang khẩn thiết

kêu gọi ngăn chặn sự biến đổi khí hậu toàn cầu. Từ sau lễ hội năm 2009, Ngày hội ẩm thực chay Vu lan đã được tổ chức hằng năm để đưa ẩm thực chay hòa mình vào truyền thống văn hóa ẩm thực của dân tộc Việt Nam.

Tiếp đó, lễ hội ẩm thực chay 2010, diễn ra từ ngày 26 đến 29-8, tại Công viên 23-9 (TPHCM) cũng đúng vào mùa Vu lan báo hiếu. So với năm 2009, lễ hội được tổ chức với quy mô lớn hơn, với hơn 100 món ăn chay đặc sắc đã được giới thiệu, quảng bá.

Ngày hội đã diễn ra với nhiều hoạt động như: hội thi sắc màu ẩm thực chay, đêm tri ân mẹ, vào bếp cùng người nổi tiếng, đêm hoa đăng, con yêu mẹ... Với chủ đề vì sức khỏe và môi trường, lễ hội ẩm thực giới thiệu đến công chúng sự phong phú của các món chay cũng như lợi ích của việc ăn chay đối với sức khỏe và thiên nhiên. Bên cạnh đó là các buổi nói chuyện chuyên đề: *Ăn chay những điều chưa biết* với sự tham gia của nhiều chuyên gia uy tín trong lĩnh vực dinh dưỡng, sức khỏe, ẩm thực, môi trường... Tất cả các chương trình đều nhằm giúp người dân hiểu hơn về lợi ích của việc ăn chay. Ngoài giá trị văn hóa, lễ hội ẩm thực chay TPHCM cũng đã góp phần đưa Việt Nam vào danh sách một trong số ít các nước trên thế giới có hành động cụ thể, thiết thực, kêu gọi ý thức bảo vệ môi trường của người dân thông qua việc giảm tiêu thụ thịt động vật. [20]

Cùng với thành phố Hồ Chí Minh, thủ đô Hà Nội cũng đã tiến hành tổ chức Đại Lễ Vu Lan Báo Hiếu và Lễ hội ẩm thực chay lần thứ nhất từ ngày 4/9 - 6/9/2010, với thông điệp “ăn chay để có một trái tim từ bi - vì một thế giới hòa bình”. [20]

Với Lễ hội Ẩm thực chay 2010, ngoài việc giới thiệu với cộng đồng lợi ích của việc ăn chay đối với sức khỏe và môi trường, còn mong muốn xây dựng một hoạt động văn hóa độc đáo thu hút du lịch hàng năm và tạo cơ hội giao lưu và quảng bá sản phẩm cho các doanh nghiệp Việt Nam hoạt động kinh doanh về ẩm thực chay, qua đó thúc đẩy xuất khẩu, hạn chế nhập khẩu thực phẩm chay, đồng thời hưởng ứng phong trào người Việt Nam dùng hàng Việt Nam.

Trong lễ hội có những hoạt động văn hóa đặc sắc, độc đáo thu hút sự quan tâm chú ý của nhiều người như các buổi hướng dẫn chế biến các món chay. Với

sự tư vấn của khách mời là những chuyên gia dinh dưỡng và môi trường, du khách sẽ biết thêm nhiều thông tin về thực phẩm chay, địa điểm bán món chay ngon, đồng thời biết cách chế biến thực phẩm chay, phân chia chế độ dinh dưỡng trong các buổi ăn chay cho hợp lý.

Diễn đàn “Xu hướng ẩm thực chay hiện đại” với sự tham gia của nhiều chuyên gia uy tín hàng đầu Việt Nam về môi trường, sức khỏe và ẩm thực cũng đã giúp người nghe nhận thức rõ hơn về lợi ích của việc ăn chay đối với sức khỏe và môi trường.

Tiểu kết chương 1

Xét trên mọi phương diện, ăn chay có lợi ích rất nhiều cho sức khỏe, môi trường và cho cuộc sống của con người, do đó cho dù là Phật tử hay không con người cũng nên hướng dẫn tới việc ăn chay. Chúng ta ăn chay không chỉ vì tiết kiệm mà cao hơn hết là vì lòng từ bi, bình đẳng và tôn trọng sự sống của muôn loài, và cũng chính là đang bảo vệ môi trường và sự sống của chúng ta. Đức Phật từng dạy rằng: Mỗi chúng sinh được sinh ra trên thế giới đều có quyền bình đẳng và được tôn trọng, bởi vậy ăn chay khiến cho tinh thần bình đẳng được lan tỏa. [19]. Ăn chay tạo cho cơ thể được khỏe mạnh, tinh thần được phấn chấn, an vui, trí tuệ được minh mẫn hoạt bát... và cũng chính là để cân bằng môi trường và sinh thái. Muốn thực hiện được việc ăn chay có phương pháp và mang lại lợi ích thiết thực cho mỗi người quả thật là điều không hề đơn giản, tuy nhiên chỉ cần có hiểu biết và quyết tâm chúng ta sẽ hóa giải được những khó khăn.

Từ những lợi ích lớn lao của việc ăn chay nói trên, có thể nói việc đưa ẩm thực chay vào khai thác trong hoạt động du lịch chính là một cách để ẩm thực chay ngày càng được giới thiệu sâu rộng trong xã hội, ngày càng đến được với nhiều người và đó cũng là một cách để góp phần đem lại doanh thu cho đất nước cũng như sự an lạc cho mỗi người.

CHƯƠNG 2. TÌM HIỂU VỀ ẨM THỰC CHAY HUẾ

2.1. Vài nét về xứ Huế và con người Huế

2.1.1. Điều kiện tự nhiên

Thừa Thiên Huế là một tỉnh thuộc miền Trung Việt Nam, phía Bắc giáp Quảng Trị, phía Nam giáp thành phố Đà Nẵng, phía Tây giáp Lào, phía Đông là biển. Với diện tích đất liền 5065.93 km², dân số năm 2006 ước là 1150 nghìn người, chiếm 1,5% về diện tích và 1,4% về dân số so với cả nước Huế là trung tâm văn hóa, chính trị, kinh tế của tỉnh. Nơi đây đã từng là cố đô của Việt Nam thời phong kiến dưới triều nhà Nguyễn.

Về tổ chức hành chính, Thừa Thiên Huế có 8 huyện và thành phố Huế có 152 xã, phường, thị trấn.

Tỉnh Thừa Thiên Huế có một vị trí chiến lược quan trọng, là ngã tư đường, nằm trên trục giao thông Bắc Nam và trục hành lang Đông Tây nối Thái Lan - Lào - Campuchia - Việt Nam qua các đường bộ (đường 9 qua cửa khẩu Lao Bảo - Quảng Trị, cửa khẩu A Dớt - Tà Vàng, Hồng Vân - CuTai, Bờ Y của huyện A Lưới). Cảng Chân Mây là một trong những cửa ngõ chính thông ra biển Đông, sân bay quốc tế Phú Bài nằm ở phía nam tỉnh, chỉ cách thành phố Huế 15km. Huế còn có đảo Sơn Chà cách mũi Khém (trong dãy núi vươn ra biển Đông) khoảng 600m, diện tích 160ha, đóng vai trò quan trọng trong phát triển kinh tế xã hội, bảo vệ an ninh quốc phòng đối với nước ta nói chung và tỉnh Thừa Thiên Huế nói riêng.

Thừa Thiên Huế nằm giữa “khúc ruột miền Trung” nối liền với phía Nam và phía Bắc của Tổ Quốc, là nơi có địa hình đa dạng (núi, đồi, đồng bằng duyên hải, đầm phá, biển) tương phản và độc đáo vào loại bậc nhất nước ta. Thừa Thiên Huế còn là nơi có đặc trưng ranh giới chuyển tiếp khí hậu Bắc - Nam, có mưa lệch pha với hai đầu đất nước, với lượng mưa trung bình lớn nhất cả nước. Hằng năm từ tháng 8 đến tháng 12 là mùa mưa, nhiệt độ trung bình mùa đông là 20⁰C, mùa nắng kéo dài từ tháng 1 đến tháng 7, nhiệt độ trung bình là 29⁰C.

Thừa Thiên Huế là nơi giao thoa, hội tụ các luồng động vật và thực vật của hai miền Nam - Bắc. Có thể nói điều kiện địa hình đa dạng đã tạo ra sự đa dạng sinh học với nhiều loại động thực vật quý hiếm được ghi vào sách đỏ Việt Nam và thế giới, ví dụ cá chình hoa (*Anguilla marmorata*) bậc R, rùa hộp (*Coura galbinifrons*), gà lôi lam mào trắng (*Lophura edwardsi*)...

Với vị trí đặc điểm địa lý như trên, Thừa Thiên Huế trở thành tiền đồn bảo vệ biên cương, kinh đô của nước Việt Nam trong thời phong kiến và ngày nay là tỉnh kết nối, chuyển tiếp quan trọng trong chiến lược phát triển kinh tế trọng điểm miền Trung, là trung tâm văn hóa khoa học, giáo dục lớn của cả nước. Đó cũng chính là điều kiện thuận lợi cho Thừa Thiên Huế phát triển sản xuất hàng hóa và giao lưu kinh tế - xã hội với các tỉnh trong nước và quốc tế.

2.1.2. Điều kiện lịch sử

Theo sử sách ghi chép lại, từ thời Văn Lang (2879 TCN - 258 TCN), lúc vua Hùng dựng nước, Thừa Thiên Huế là phần đất thuộc bộ Việt Thường. Từ sau năm 179 TCN cho đến cuối thế kỷ II SCN, vùng Thừa Thiên Huế là đất của quận Nhật Nam dưới ách thống trị của phong kiến phương Bắc. Sau khi nhà Hán suy yếu (cuối thế kỷ II), nhân dân Champa, một bộ tộc anh em của nhân dân Việt giành được độc lập từ người Trung Hoa, lập ra nước Lâm Ấp, rồi Vương quốc Champa, Thừa Thiên Huế thuộc vùng đất phía bắc của nước này. Như vậy, “...trước thời Lý, Trần, vẫn là bờ cõi của nước Chiêm Thành” [1; 34]. Đến năm 1306, Châu Ô, Châu Lý là món quà sinh lễ của vua nước Champa khi hợp hôn với công chúa Đại Việt và Thừa Thiên Huế đã trở thành một bộ phận lãnh thổ của đất nước với tên mới là Thuận Hóa. Từ đó đến nay lịch sử Thừa Thiên Huế vừa tròn 700 năm.

Trong cuộc kháng chiến chống quân Minh xâm lược, Thừa Thiên Huế là vùng “biên viễn”, vùng “phên dậu phía Nam của tổ quốc” và đã góp phần tích cực vào thắng lợi trong cuộc kháng chiến chống Minh của nghĩa quân Lam Sơn (1427). Tiếp sau đó mấy thế kỷ, vùng đất này được xây dựng và phát triển trù phú trong phủ Triệu Phong, lộ Thuận Hóa, là nơi “Dân đều thuần hóa, thời hòa tốt tươi, bờ cõi vững bền, thâu gồm phong cảnh...”, “...lâu thành Hóa Châu

trắng dọi, trong sương lính thú rúc kèn, trường học phủ Triệu như mây, gió thoảng đưa tiếng mõ tỵ trường”, “ dần dần xấp xỉ với vùng thượng quốc” (vùng thượng quốc là Trung Quốc) [7, 33].

Năm 1558, Nguyễn Hoàng vào trấn thủ Thuận Hóa. Trên con đường Nam tiến của các chúa Nguyễn, bắt đầu từ năm 1626 đã chọn Thừa Thiên Huế là đất để dung thân lâu dài, năm 1636 đã dời thủ phủ từ Phước Yên về Kim Long và năm 1687 xây dựng đô thành Phú Xuân, từ đó Huế trở thành trung tâm chính trị và văn hóa của Đàng Trong và sau này trở thành kinh đô của nước Đại Nam thống nhất dưới triều Nguyễn (1802 - 1945). Vua Gia Long sở dĩ chọn Phú Xuân là nơi định đô vì coi đó là vùng đất đắc địa “...là nơi miền núi, miền biển đều họp về, đứng giữa miền Nam miền Bắc, đất đai cao ráo, non sông phẳng lặng, đường thủy thì có cửa Thuận An, cửa Tư Hiền sâu hiểm, đường bộ thì có Hải Vân, Hoành Sơn ngăn chặn, sông lớn giang phía trước, núi cao giữ phía sau, rộng cuộn, hổ ngồi, hình thế vững chãi, ấy là do trời đất xếp đặt...” [14, 13].

Với thắng lợi của cách mạng tháng Tám năm 1945, lịch sử dân tộc và lịch sử Thừa Thiên Huế đã sang trang mới: Kỷ nguyên của độc lập tự do và chủ nghĩa xã hội bắt đầu. Từ sau năm 1975, đất nước thống nhất, Thừa Thiên Huế cũng như người dân Huế tiếp tục xây dựng và phát triển kinh tế văn hóa xứng đáng là một trung tâm văn hóa của đất nước trong thời đại mới - thời đại Hồ Chí Minh quang vinh, trong đó bao gồm cả sự nghiệp bảo tồn và phát huy các di sản văn hóa đã tồn tại trong suốt chiều dài lịch sử đất nước.

2.1.3. Con người xứ Huế

Trong đời sống tinh thần của người Việt, Huế là một trung tâm văn hóa có thực với cộng đồng dân cư không lớn lắm với khoảng 10 vạn người nhưng đã tạo ra một truyền thống văn hóa nghệ thuật riêng, một hệ thống các quan niệm nhân văn biểu hiện qua các tập quán ứng xử, ăn mặc, giải trí... Người Huế có những khát vọng và những mê tín riêng, đó là những giá trị mang bản sắc Huế hay nói cách khác là tính cách Huế. Những thế hệ đầu tiên (thế kỷ 14) vào chiếm lĩnh Châu Hóa xuất phát từ Nghệ Tĩnh; đến thế kỷ 16, đợt di dân thứ 2 đại bộ phận là gốc Thanh Hóa. Thanh Nghệ Tĩnh là đất việt cổ cội từ thời dựng nước,

ở đó nhân dân vẫn bảo trì rất bền bỉ những giá trị văn hóa Việt cổ, họ mang theo vốn liếng Việt cổ này làm chỗ dựa tinh thần trên đất mới, lưu giữ trong cộng đồng người Huế cho tới bây giờ. Vì thế dù trải qua mấy thế kỷ, người Huế vẫn lưu giữ nhiều phong tục tập quán cổ xưa có nguồn gốc từ văn hóa Mường như tập quán hay ăn rau dại (rau tập tàng). Cũng từ cội rễ Thanh Nghệ Tĩnh, văn hóa làng là yếu tố căn bản tạo nên tính cách Huế. Có thể nói từ bản chất người Huế là một nhà thơ đồng nội hơn là một cư dân đô thị. Từ nhiều thế kỷ Châu Hóa là địa bàn giao thoa giữa hai nền văn hóa Việt - Chăm. Chính sự giao thoa ấy tạo nên những đặc trưng mới trong lối sống của cộng đồng người Việt, gọi là bản sắc văn hóa. Đó là những yếu tố mới trong lối sống của văn hóa Nam Á mà trước đây chưa biết đến, như cách trồng giống lúa chiêm, cách trị bệnh bằng thuốc Nam, sự thờ cúng cá voi và các nữ thần phương Nam với các lễ hội kèm theo, kể cả khẩu vị cay của người Huế... [11, 56]

Phật giáo vốn đã tồn tại lâu đời trong đời sống tinh thần của người Việt, đã được các chúa Nguyễn sử dụng như một quốc sách về văn hóa từ đầu thế kỷ 17, đó là một yếu tố quan trọng của văn hóa Huế, di sản và con người Huế. Đặc biệt là sự ảnh hưởng của chay đến ẩm thực Huế trong các món chay. Tình yêu thiên nhiên là một tình cảm lớn trong tâm hồn người Huế, sự hòa hợp giữa thiên nhiên và con người Huế là yếu tố căn bản trong kiến trúc Huế. Theo một tác giả người Pháp nói rằng người Huế cảm nhận sự vật bằng trực giác hơn bằng lý tính, tâm hồn Huế thiên hơn là thực, vì thế tính cách Huế thiên hơn là nho nhưng không vì thế mà con người Huế hành động bị loại khỏi từ tính cách Huế. Ở người Huế, con người hành động luôn dẫn thân rất quyết liệt trong những hoàn cảnh thúc bách của lịch sử nhưng sau đó họ lại quay về sống với tự do nội tâm của mình. Trong quan hệ với người khác, người Huế lấy “cái tâm” làm gốc. Cái tâm gồm tình thương, sự nhường nhịn, bao dung... cái tâm đó chứa đựng lòng tốt muốn đem tâm hồn mình làm quà tặng, mà người Huế gọi là “của ít lòng nhiều”, cái tâm chỉ để sống với người khác, chỉ để cho mà không cần nhận lại chút gì cả. Một tính cách nữa trong con người Huế đó là tính sành ăn và kiên định lập trường ăn uống của mình, bởi người Huế rất thanh lịch, thích sống văn

hóa hơn là hưởng thụ, thích sống đẹp hơn là sống giàu. Đặc biệt là người phụ nữ Huế rất khéo tay, họ luôn dành tình cảm của mình vào các bữa ăn cho gia đình. Nhưng trong tính cách Huế, bên cạnh những cái đẹp, người Huế còn có tính bảo thủ về văn hóa, họ khó chấp nhận những thử nghiệm, sự thay đổi trong lối sống và ý thức văn hóa của mình. Có lẽ vì thế những thế hệ người Huế sinh ra đều trung thành với sứ mệnh cao quý là bảo vệ di sản văn hóa trên mảnh đất chôn rau cắt rốn của mình.

2.2. Giới thiệu chung về ẩm thực xứ Huế

2.2.1. Hương vị món ăn xứ Huế

Từ muôn đời nay trong cuộc sống hàng ngày chuyện ăn uống luôn chiếm nhiều thời gian. Người ta thích thú với việc ăn hoàn toàn không chỉ vì đói mà còn vì những niềm vui tinh thần nữa. Đối với người Huế, chuyện ăn uống được coi là một nghệ thuật và là một lạc thú ở đời.

Huế đã từng có mấy thế kỷ là trung tâm của Đàng Trong thời chúa Nguyễn, đến thế kỷ XIX là đất kinh kỳ phồn hoa đô hội, với non một thế kỷ rưỡi là kinh đô nước Việt, nơi quy tụ của một triều đình với biết bao quan lại, nho sĩ. Vì thế, ngoài chốn vương triều còn có các tầng lớp quý tộc và thượng lưu, trí thức, đa số các tao nhân mặc khách đều tụ họp về đây. Điều đó đòi hỏi người Huế phải giỏi chế biến các món ăn cực kỳ tinh tế chỉ dùng trong chốn vương phủ. Ngày nay tuy không còn giữ vai trò của một trung tâm kinh tế - chính trị lớn hàng đầu đất nước, nhưng Huế vẫn là nơi duy trì những bóng dáng xưa cũ của một triều đại với tất cả lối sống của một thời vàng son. Và dĩ nhiên, trong những đặc trưng văn hóa lâu đời của Huế, vốn văn hóa về ăn uống góp một phần không nhỏ trong việc hình thành nét văn hóa và phong cách con người xứ Huế.

Huế là một vùng đất được khai phá muộn, phần đông là dân tứ xứ theo chúa Nguyễn vào nam lập nghiệp. Vì thế món ăn cũng phong phú, hội tụ được tinh hoa của các nơi khác, biến thành món ăn riêng mang bản sắc độc đáo địa phương. Món ăn Huế vừa có sang trọng, cao lương mỹ vị, vừa có món mộc mạc nhưng do khéo tay, biết chế biến, biết cách thức nêm nấu nên vẫn trở thành món ăn thi vị.

Các món ăn quý tộc được triều Nguyễn cho phép hãn hoi trong sách Khâm định Đại Nam hội điển sự lệ quy định cho từng loại tiệc: tiệc tiếp sứ bộ với ba loại cỗ: loại một mâm gồm 50 món, loại hai có 7 mâm gồm 40 món, loại ba có 25 mâm gồm 30 món... Những món đó được bày trong 1080 bát, đĩa quý chỉ dùng trong chôn vương phủ. [5]

Ngày nay dù không còn phải lặn lội đi tìm những đặc sản quý để nấu những món ăn “ngự thiện” như nem công, chả phượng, da tây ngu, bàn tay gấu, gân nai, môi đười ươi, thịt chân voi... phục vụ cho vua chúa nhưng những loại đặc sản có bốn mùa của địa phương, người nội trợ Huế có thể nấu tới 300 món ăn vừa dân dã lại vừa sang trọng.

Món ăn dân dã và khó quên nhất là cơm hến. Đó là một món ăn giản dị, đượm đầy hương vị đồng quê được làm từ một sản vật nằm trong lòng con sông thi vị của xứ Huế. Cơm hến ngon nhờ tài pha chế một tổ hợp nhiều thành phần các loại gia vị: rau thơm, bắp chuối, cọng bạc hà thái nhỏ, tương ớt, mắm, muối, me, đậu phụng giã mịn, nước mắm tỏi, tóp mỡ và cơm trắng để nguội, đặc biệt là sự góp mặt của ruốc sống, cơm hến ngon ngọt cũng chính nhờ vị ruốc này.

Món ăn Huế giản dị, phong phú, mang hương vị, mùi ngon đậm thắm của sản phẩm nơi đồng ruộng, đầm phá, núi sông xứ cụ đô. Chỉ từ cây sả và muối, người nội trợ thêm vào một ít tôm thịt băm nhỏ cùng các gia vị khác như tỏi, đường, ruốc, tiêu qua bàn tay mềm mại và khéo léo của các bà, các cô nội trợ có thể thành món muối sả mà bạn được ăn với cơm vào mùa đông xứ Bắc thì e rằng chẳng bao giờ quên được. Bữa cơm ở Huế thường khi chỉ đơn giản vài ba món, như cá bóng thệ kho rau răm với nước dứa, một món canh rau tập tàng mà vườn nhà ai cũng có sẵn, với vài ba lá bông ngọt (lá rau ngót), lá mồng tơi, ngọn sần, búp hoa bí ngô, đọt cây bát ngát, ít măng vòi...; sang một chút thì nấu với tôm thịt, còn không thì lấy cá long hội (loại cá nhỏ) rút xương, thêm chút nước mắm ngon, một tí ruốc, ít hồ tiêu phi thơm hành mỡ, xào qua là được bát canh rau tập tàng ngọt lịm. Bữa ăn nào của mọi gia đình Huế cũng đều có đĩa rau sống và một chén nước mắm phù hợp với món ăn. Có người cho rằng, đĩa rau sống ở Huế là một vũ trụ thu nhỏ với những lát cà chua đỏ xếp xung quanh tượng trưng

cho mặt trời, những lát khế hình ngôi sao thay cho những vì tinh tú, lát vả hình trăng khuyết màu tím phớt, lát chuối chát hình tròn điểm hạt tượng trưng cho mặt đất bao la, một chút rau thơm xanh và vài sợi rau muống, ớt tươi xoắn xít phía trên như những mảng mây xanh, mây hồng bông bành trên nền trời của các màu xanh, đỏ, tím, vàng...[5]

Ngoài các món ăn dân dã mà tinh tế ở ngoài dân gian, những món ăn ngon lúc đầu chỉ dành cho giới quý tộc trong các vương phủ, dần cũng theo chân người nội trợ ra phục vụ cho những gia đình khá giả trong các dịp lễ, tết, cúng kỵ, hay thiết đãi bạn bè. Mọi người có thể biết tới nem chua An Cựu, chả lụa Thành Hân và nhiều món ăn khác.

Thật là thiếu sót nếu nói nhiều về món ăn Huế mà không nhớ đến món ăn chay. Vì xưa nay ai cũng biết đến Huế đã từng có một thời gian dài, thời các chúa Nguyễn, Phật giáo được coi là quốc giáo. Tầng lớp quý tộc thời Nguyễn rất chuộng ăn chay nên các món chay ở Huế rất phong phú (có khoảng 125 món). Các món ăn chay được làm cầu kỳ và ngon không kém món ăn mặn. Đối với các gia đình Phật tử ở Huế mà mời bạn bè ăn một bữa cơm chay, thì đó là một cách bày tỏ sự quý mến và trân trọng người bạn lắm.

Cùng với các món ăn trong bữa cơm gia đình, Huế còn có những món ăn đặc sản như bún bò, giò heo, mà nổi tiếng nhất là bún Gia Hội, chợ Tuần. Huế còn nổi tiếng với hàng chục loại bánh mặn, bánh ngọt mà ai đã một lần nếm thử, hẳn không quên được những món quà ăn vặt đặc sắc chốn cựu kinh. Đó là các loại bánh nổi tiếng gắn liền với các địa danh: bánh khoái Đông Ba, bánh bèo Ngự Bình, bánh canh Nam Phổ, bánh ướt thịt nướng Kim Long...

Chè Huế cũng phong phú không kém gì các loại quà bánh. Có thể kể ra hàng chục loại chè khác nhau, đủ sức hấp dẫn trong buổi tối mùa hè nóng nực đi dạo mát hai bên bờ sông Hương: chè bột lọc bọc thịt quay, chè hạt sen bọc long nhãn, chè đậu ván, chè đậu xanh đánh, chè đậu ngự, chè đậu huyết..., món nào cũng đem tới cho ta sự thích thú đặc biệt. Hoa quả xứ Huế tập hợp được nhiều loại của ba miền, đặc biệt còn có những thứ là đặc sản địa phương như quýt Hương

Cần, thanh trà Nguyệt Biều... Tóm lại, ngay cả trên phương diện ăn uống, Huế cũng xứng đáng là một trong những trung tâm ẩm thực đặc sắc nhất của cả nước.

2.2.2. Phong cách ẩm thực Huế

Món ăn Huế thể hiện đậm nét giá trị văn hóa, lịch sử, phong tục tập quán, nghệ thuật và có hương vị rất riêng, đã trở nên một thương hiệu hấp dẫn trong nền văn hóa ẩm thực Việt Nam. Đồ ăn Huế với tất cả tính chất đặc sắc của nó thể hiện qua hương vị riêng biệt, nhiều món ăn cay và mặn, màu sắc được phối trộn phong phú, rực rỡ, thiên về màu đỏ và nâu sậm. Huế rất nổi tiếng với mắm tôm chua và các loại mắm ruốc. Đặc biệt, ẩm thực Huế do ảnh hưởng từ phong cách ẩm thực hoàng gia, cho nên rất cầu kỳ trong chế biến và trình bày. Mặt khác, do địa phương không có nhiều sản vật mà ẩm thực hoàng gia lại đòi hỏi số lượng lớn món, nên mỗi loại nguyên liệu đều được chế biến rất đa dạng trong nhiều món khác nhau.

Món ăn Huế vị đậm đà và rõ rang. Trải qua nhiều thế kỷ tích lũy những yếu tố nhân văn của cả nước, bếp ăn Huế chứa đựng đầy đủ khẩu vị của mọi miền, từ mặn, ngọt, béo, bùi đến chua, chát, đắng, cay. Người Huế thích tất cả các vị, nhưng vị nào rõ vị ấy. Muốn mặn có vài chục vị ruốc, ngọt thì một chuỗi các loại chè (chè xanh đánh, chè đậu ván...), béo thì có bún bò, đắng thì có cháo nấm tràm, cay dùng com hén. Sự đậm đà tạo nên hương vị đặc trưng trong món ăn Huế.[5]

Món Huế còn đậm màu sắc và tính phối mùi hấp dẫn. Đồ màu giữ chức năng hòa sắc trong món ăn Huế, tỉ mỉ nhưng chính xác, quan trọng không kém gì thịt, cá, vì thế tạo ra vị giác hoàn toàn khác lạ của một món ăn giống như một tác phẩm mỹ thuật của mùi và vị. Nhà văn Nguyễn Tuân nhận xét rằng “người Huế ăn bằng mắt, bằng mũi trước khi ăn bằng mùi vị”. Ví dụ món tôm kho cần ớt màu cho đỏ mặt “như hoa”; canh chua cần tạo ớt màu để màng đỏ nổi lên mặt cho đẹp. Về mùi, trong ẩm thực Huế không phải tất cả món nước đều được người Huế nêm ruốc và nước mắm. Muốn đạt đến trình độ cao, người nội trợ phải có kiến thức và tay nghề trong kỹ thuật chế biến món ăn để tạo ra mùi đặc trưng cho mỗi món. [5]

Món ăn Huế rất chú trọng về hình thức; hình thức món ăn Huế thể hiện trong sự trang trí món ăn. Món ăn có được trang trí đẹp mắt thì mới tăng thêm sự hấp dẫn với người ăn, ví dụ các món gỏi vả hình rồng, nem công, chả phụng, cơm sen... đều được người nấu ăn tỉa rau củ thành những tác phẩm nghệ thuật.

Hình thức còn được chú trọng qua sự cầu kỳ trong chén bát, mỗi món ăn đều có một loại chén bát phù hợp, chén bát phải đẹp mắt và sang trọng. Nếu ăn cơm Hên, người ta dọn vào tô đất; khi ăn bánh bèo thì đổ từng chén đất nhỏ xíu, mỏng tanh, chèo bánh bằng tre; riêng chè hạt sen, hạt sen bọc nhãn lồng, chè đậu ngự thì dọn vào chén sứ cao cấp.

Trong cách thưởng thức đồ uống cũng vậy. Huế là kinh đô mấy trăm năm, nên phong thái uống rượu, uống trà từ cung đình ảnh hưởng đến dân gian, tạo nên sự cầu kỳ, lịch lãm và tao nhã. Phòng trà có hòn non bộ, có đôi giò phong lan, có vài bức thư pháp, có lư trầm hương, đôi chậu cây cảnh bon sai... Dụng cụ uống trà gồm chiếc hỏa lò bằng đồng, chiếc siêu đun nước, chiếc chậu để rửa tay trước khi thưởng trà và bộ đồ trà với những chiếc ấm, chén cổ nhỏ xinh, những chiếc tong để chuyên trà, chiếc đũa bằng ngà để đảo trà. Nước pha trà phải là nước mưa hứng giữa trời hoặc nước sương đọng trên lá sen. Tất cả được sắp đặt bày biện cầu kỳ, động tác pha trà từ tốn, nghiêm cẩn càng làm tôn vinh khách chủ, tôn vinh hương vị trà. Khách chủ nhấp ngụm trà rồi bình văn, ngâm thơ hay bàn chuyện thế sự là thú vui quý phái sang trọng của người Huế.

Về phương pháp nấu, người Huế rất tỉ mỉ và chú trọng từng giai đoạn chế biến món ăn và quan tâm đến sự kết hợp chất và cảm quan, điều hòa cân bằng nhiệt theo những nguyên tắc cơ bản là: nấu sôi nhanh, thả nguyên liệu và tắt lửa ngay; điều chỉnh lửa (lửa cao, lửa dụi, lửa liu riu) khi kho các loại cá, thịt và chiên xào; vận dụng nhiều cách kho như kho nước, kho rặc, kho rim, um, tao; vùi lửa tro, vùi trấu; nấu ăn theo luật âm dương cân bằng, hàn nhiệt điều hòa, chẳng hạn vịt, hến, ốc mát nên dùng gừng để điều hòa, thịt luộc ăn kèm với chuối chát, khế chua, vả và các thứ rau thơm, rau mùi khác chấm với mắm tôm.

Trong món ăn Huế, vị thuốc chiếm tỷ lệ đáng kể như tía tô để chữa bệnh cảm nóng, hành tím chữa cảm lạnh, trái vả có chất tamin để tiêu mỡ, chữa bệnh

tiêu chảy...Theo sách Khâm định Đại Nam hội điển sự lệ và Thực phủ bách thiên của bà Trương Đặng Thị Bích xuất bản năm 1915, sau này là Nghệ thuật nấu món Huế của cô Hoàng Thị Kim Cúc thì Huế có 1.300 món ăn và hiện còn lưu truyền trong dân gian 700 món. Cũng cần biết rằng Việt Nam có tổng cộng khoảng 1.700 món (theo tài liệu của nhà nghiên cứu Trần Đình Gián).

Có thể xếp món ăn Huế thành các hệ: hệ món mặn, hệ món chay, hệ cháo xúp, hệ dưa mắm, hệ nem chả, hệ bánh mặn, hệ bánh ngọt, hệ mứt, hệ món ăn bài thuốc, hệ món ăn cung đình. [5]

2.2.3. Khẩu vị của người Huế

Nói tới “khẩu vị” là nói tới món ăn mà mình thích ăn, nói tới món ăn mà mình ăn thấy vừa miệng. Mỗi khi ăn món ăn nào mà mình thấy món đó ngon và lại còn muốn ăn thêm nữa thì người Huế bảo đó là “món ăn hợp khẩu vị”. Có những món ăn hợp với khẩu vị người này mà không hợp với khẩu vị người khác. Mỗi người lại còn có thể có nhiều khẩu vị khác nhau chứ không phải bắt buộc chỉ có một khẩu vị duy nhất mà thôi.

Nghiên cứu văn hóa ẩm thực của người Huế, chúng ta thấy người Huế có một số khẩu vị khác hẳn với người Việt ở các địa phương khác. Những khẩu vị của người Huế thường không phải là những khẩu vị đất tiền, tuy nhiên, những khẩu vị người Huế thường có gốc gác lịch sử, mang tính phản ánh những quan niệm về văn hóa ẩm thực.

Vài đặc điểm về khẩu vị của người Huế

Do thói quen: Khẩu vị thường do thói quen mà sinh ra. Món ăn nào mà mình được ăn nhiều ngày từ thuở còn nhỏ thì mình sớm có khẩu vị đối với món ăn đó. Tổ tiên người Huế đã học theo cách ăn uống của người Chăm khi vào ở đất Thuận Quảng, tức vào ở đất Châu Ô, Châu Lý ngày xưa. Theo hiện tượng “tiếp biến văn hóa” (Acculturation), họ đã học được cách ăn mướp đắng và nấm tràm của người Chăm. Con cháu họ ngày nay cũng thích ăn những món đó và cho là khoái khẩu. Nói một cách khác, mướp đắng và nấm tràm là những thức ăn hợp với khẩu vị của những người Huế hôm nay.

Do nhu cầu cơ thể: Khẩu vị còn do những đòi hỏi ngấm ngấm của cơ thể mà sinh ra, nhất là khi cơ thể cảm thấy thiếu một thức ăn cần thiết nào đó. Nằm giữa khúc ruột miền Trung, chịu ảnh hưởng của gió Lào và tiếp giáp với biển nên người Huế cảm thấy cơ thể của mình thiếu đường và mỡ quanh năm vì vậy bất kỳ lúc nào họ cũng muốn ăn thêm hai chất này. Thế nên, đường và mỡ là hai thức ăn rất hợp với khẩu vị của họ. Họ rất thích ăn cơm chiên, thứ “cơm chiên Huế” lóng lánh ánh mỡ ánh dầu là vì vậy. “Cơm chiên Huế” là một thứ cơm chiên đặc biệt, rất béo và cũng rất cay. Họ thích ăn chè vì luôn luôn cảm thấy thèm đường. Chúng ta đừng lấy làm ngạc nhiên khi biết rằng người Huế có đến “64 thứ chè” trong thực đơn hàng ngày của họ.

Do lối sống văn hóa: Văn hóa Huế chú trọng đến hai chữ “thanh cảnh” nên người Huế cũng thích ăn các thức ăn nhẹ nhàng và thanh cảnh. Do đó, họ thích được ăn các món ăn “đặc biệt Huế” như các món “Mít trộn” hay “Vả trộn” là những món ăn nhẹ nhàng thanh cảnh mà xưa kia ông bà của họ cũng đã vì quan niệm văn hóa “Ăn lấy hương lấy hoa” đó mà chế biến ra.

Khẩu vị liên quan đến màu sắc các thức ăn: Người Huế còn thích được ăn những thức ăn với màu sắc hòa hợp, những thức ăn đã được “trang điểm” đẹp đẽ. Chẳng hạn như đĩa rau sống Huế với màu xanh của các lá rau đi cùng với màu đỏ của trái ớt để trên mặt đĩa và rau sống được sắp đặt gọn gàng trong đĩa và quanh vành đĩa luôn là một trong những thức không thể thiếu trong bữa ăn hàng ngày của người Huế.

Khẩu vị liên quan với tình nghĩa: Các món ăn “được gọi là ngon” của người Huế thường là những món ăn mà họ được ngồi ăn chung với những người hợp ý hợp tứ với họ, những người cùng một tâm tính với họ hoặc những người mà họ thương yêu. Vì thế mà người Huế thường hay rêu rao: “Với người hợp với mình thì ăn chi cũng ngon!”, cũng như đã nhiều lần họ đã phải than thở “Ngồi gần thằng nó ăn mất ngon!”. Họ ăn ngon hơn nếu được cùng ăn với người mà họ thương. Như vậy, món ăn ngon hay không cũng còn tùy thuộc vào người cùng thưởng thức với mình.

Khẩu vị liên quan với khứu giác: Các cảm nhận về vị giác cũng còn cần phải có thêm các cảm nhận về khứu giác hỗ trợ. Món thịt nướng của người Huế sẽ ngon hơn, nếu người sắp ăn có dịp được ngồi gần người đang nướng thịt để có thể thu nhận trước khi ăn cái mùi của thịt nướng đang tỏa ra trong không gian. Vì vậy, người Huế thường ghép hai chữ “hương vị” hay “mùi vị” đi với nhau khi nói đến cái “vị” của món ăn là vị vậy. Nếu vừa ăn vừa ngửi được mùi thơm của món ăn thì chắc chắn người ăn món đó sẽ có được khẩu vị ngon.

Những khẩu vị đặc trưng của người Huế

Với đặc điểm đa dạng về địa hình, đa dạng về hệ động thực vật, với vị trí địa lý tiếp giáp biển và nằm trong vùng khí hậu chuyển tiếp giữa 2 miền Nam - Bắc nên có thể nói khẩu vị của người Huế cũng rất đa dạng và phong phú. Tuy nhiên tùy theo từng món ăn, tùy theo tính chất của bữa ăn cũng như tùy thuộc vào nguyên liệu dùng để chế biến món ăn mà sẽ có những khẩu vị nổi trội làm bật lên mùi vị và hương vị độc đáo của món ăn.

Do tính chất giáp biển nên người Huế có xu hướng thích ăn mặn. Bữa ăn nào họ cũng đòi hỏi nhà bếp phải dọn thêm cho họ “một chén nước mắm mặn” trên mâm cơm để họ ăn cho “mặn miệng”. Các món mắm Huế thường rất mặn nhưng họ lại thích “ăn mắm với cơm” trong các bữa cơm. Đó là các món ăn thường xuyên của họ: mắm nêm, mắm thính, mắm cà pháo, mắm trứng... Họ lại còn “nung muối sống” trong các lò gạch hay lò nung sứ để được thứ muối “vừa mặn vừa thanh” cho hợp với “khẩu vị mặn thanh” của người Huế. Khẩu vị ăn mặn này còn được thấy rõ trong khi họ ăn các thứ “bánh ăn chơi” của họ. Bánh bột lọc, bánh ít, bánh nậm, bánh gói... là món “ăn chơi” nhưng họ cũng đòi hỏi phải chấm bánh bèo với “nước mắm mặn”. Họ lại còn có xu hướng dầm bánh bèo trong chén “nước mắm mặn” của họ “hơi lâu một chút” để ăn cho thấm thía, cho hợp với khẩu vị. Khi vớt chiếc bánh lên sau khi đã được dầm nước mắm, họ đưa ngay lên miệng thật nhanh để nước mắm không rót lại xuống làm “hao hu” cái “khoái khẩu”, làm giảm hương vị của món ăn. Ăn xong bánh bèo trong đĩa, họ vẫn còn “thòm thòm”, bung vôi chiếc đĩa lên miệng húp cho kỳ hết phần nước mắm còn sót lại trong đĩa. Và đó cũng là một tiêu chí về cách ăn của cái

thứ bánh bèo ngon đặc biệt của xứ Huế này. Những món ăn “dặm” buổi chiều khác như bánh nậm, bánh lá, bánh ít và bánh bột lọc cũng đều được chấm với nước mắm mặn để ăn. Và đó là tục lệ ăn các thứ “bánh ăn chơi” lúc buổi chiều của người Huế, một tục lệ đã trải qua bao nhiêu đời mà không suy suyển.

Trái ớt trên mâm cơm cũng đã trở nên quan trọng trong mỗi bữa ăn ở Huế đến nỗi người Huế đã xem trái ớt như là “một món ăn” và làm như một tục lệ, họ bắt buộc người dọn cơm phải để trái ớt lên trên một cái đĩa nhỏ vừa cho thêm phần trịnh trọng vừa xem như một món ăn của mâm cơm và là một thành phần của bữa ăn. “Ăn cay” đã trở thành một “khẩu vị” ưa thích của người dân Huế. Những người dân phương xa thường nói vui là người dân Huế “ăn ớt thế cơm”.

Vị đắng cũng là một vị chủ đạo trong món ăn của người Huế. Tổ tiên người Huế đã học cách ăn các đồ ăn đắng của người Chăm chẳng hạn như trái mướp đắng (mà người Việt gọi nôm na là “ô qua”, nhưng tên thật là “hồ qua”) và nấm tràm. Hai món ăn này dần dà đã trở thành hai món ăn đặc biệt của người Huế. Họ nấu “canh mướp đắng” với tôm thịt và họ làm “gỏi mướp đắng” để ăn cho mát về mùa hè, ngày nay họ rất thích ăn vì “mướp đắng” tức “trái khổ qua” còn có công dụng chữa trị bệnh tiểu đường (Diabetes).

Vào mùa hè “sau trận mưa dông đầu mùa”, nấm tràm mọc rất nhiều ở Huế. Người Huế nhặt lấy thứ nấm tràm này và dùng để nấu “cháo nấm tràm”. Món cháo do người Huế chế biến ra là một món ăn đặc biệt do vị đắng của nấm tràm mà có và không nơi nào khác có cùng thứ cháo đó. Thứ cháo này nếu muốn cho ngon hơn thì người nấu có thể cho thêm vào nồi cháo nấu một ít tôm tươi và chén cháo sẽ có mùi vị đậm đà hơn. [5]

Ngoài ra, người Huế cũng còn thích dùng thứ lá “cải đắng” để làm món “hồ lớn”. Về mùa đông, người Huế thường có tục lệ ăn món “hồ lớn” bằng cách cho tất cả các món ăn đã nguội lạnh vào trong một nồi nước xúp nóng bắc trên bếp lửa đặt ngay giữa bàn. Dụng cụ đó, họ gọi là “lò hỏa thực”. Món ăn “hồ lớn” đó khi cho thêm cải đắng vào, mùi vị béo ngậy của thịt mỡ sẽ giảm bớt rất nhiều.

Ngoài ăn cay và ăn đắng ra, người Huế còn biết “ăn chát”. Cả ba khẩu vị “cay, đắng và chát” này của người Huế đều do ảnh hưởng của người Chăm

xưa kia mà có. Người Huế ngày nay đã có thêm khẩu vị “ăn chát” cũng do tập tục mà tổ tiên họ truyền lại. Một trong số đó là khẩu vị ăn “trái vả”, “ăn chuối chát” và “bông quân chát”.

Bên cạnh đó, người Huế rất “sính ăn chua” và cũng rất sành ăn chua. Ở Huế, họ có “trái khế”, “trái bứa”, “trái cóc”, “trái bòn bon”, “trái xoài non” và “trái dâu truôi”. Tất cả các thứ trái này đều chua, không ít thì nhiều nhưng đối với dân Huế thì họ cho là “ngọt”. Chua nhất là trái khế cho dù là khế ngọt. Ở Huế có hai thứ khế: khế chua và khế ngọt. Cả hai thứ đều chua, hơn nhau “một chín một mười” mà thôi. Muốn cho cây khế trở thành ngọt, họ thường đổ vôi dưới gốc cây dưới dạng “dĩ hạ” và họ mong là chất vôi trong “dĩ hạ” sẽ làm cho cây khế dần dần trở nên ngọt, “không đời nay thì vào đời cháu đời chắt” của họ. Tuy nhiên, tương truyền ở trong Đại Nội nơi vua ở, có trồng cây “Khế Ngự” rất xưa và rất ngọt do địa phương tiến cống. Nghe đâu sau này, cũng đã có người ở Huế “chiết cành” được cây “Khế Ngự” đó.

Thật ra, người Huế lúc nào cũng đã để sẵn một “gói muối ớt” để đề phòng khi gặp phải thứ trái cây chua thì chấm vào gói muối ớt đó mà ăn cho đỡ chua. Chất muối làm nhẹ vị các chất chua. Trường hợp điển hình là trong các cặp da đi học của cô gái Huế nào vào tuổi mới lớn lên cũng đều có “gói muối ớt cứu cái” này. Dân Huế đúng là dân “thích ăn chua”!

Văn hóa Huế là một thực thể đa dạng, ở đó tích hợp nhiều luồng văn hóa, nhiều nền văn hóa, nhiều tính cách văn hóa khác nhau và âm thực cũng không loại trừ. Trong khẩu vị của người Huế bộc lộ rõ tính cách con người xứ Huế, đó là sự tổng hòa pha trộn giữa sự mềm mại, dịu dàng và sự mạnh mẽ quyết liệt, những tính chất đó tương phản nhau nhưng không bài trừ nhau, trái lại bổ sung cho nhau để tạo nên một Huế rất kiêu kỳ và đài các. Thích ăn các vị tính dương nhiều như cay, chua, chát, đắng nhưng người Huế lại cũng rất thích ăn đồ ngọt - một vị điển hình cho âm tính. Chẳng thế mà dân cư xứ Huế không có bao nhiêu người mà lại có trên 64 thứ chè. Cũng có người cho rằng họ đã đếm được gần 100 thứ chè ở Huế. “Đường” đối với họ rất quan trọng.

Thật ít ai nghĩ với tính cách thanh lịch của con người đất thần kinh, với dáng vẻ yếu điệu, dịu dàng của các cô gái Huế, rất khó hình dung rằng người Huế cũng thích ăn đồ béo. Người Huế luôn luôn thấy “thiếu chất béo” trong cơ thể họ. Họ thích ăn đồ chiên hoặc đồ xào và rất thích tóp mỡ. Ăn gì họ cũng có thể thêm một chút “mỡ nước” mà họ để sẵn trong “cùi đồ ăn”. “Cơm chiên Huế” khác với cơm chiên các xứ khác là vì người Huế đã chiên cơm của họ với rất nhiều mỡ. Họ để cho cơm chiên mỡ đó vàng ra rồi mới duông xuống. Trong “cơm chiên Huế”, ngoài tiêu muối và thịt hay tôm ra, họ còn cho thêm tóp mỡ và ớt vào cho đúng khẩu vị. Đĩa cơm chiên của họ hình như “loang loáng” nhiều mỡ hơn là cơm chiên các xứ khác.

Bên cạnh việc ăn riêng từng hương vị, người Huế còn thích kết hợp các hương vị lại với nhau để tạo nên những món ăn mang đặc trưng riêng của xứ Huế. Chẳng hạn như kết hợp vị béo với các vị chua, cay và mặn để làm nên món thịt luộc chấm tôm chua. Người Huế thích ăn “thịt heo phay” đi cùng với “Tôm chua xứ Huế” hay với “mắm Huế” hoặc với “nước mắm Thuận An” ngon lành của họ. Thịt phay thường có nhiều mỡ nhưng với họ, phải là thứ thịt heo ba chỉ có cả thịt, có cả da và có cả mỡ. Tuy mời nhau và gắp bỏ cho nhau nhưng chỉ thoáng một cái là cả mâm thịt phay và cả mâm xôi đựng trên các tàu lá chuối đều đã trống trơn. Sau khi ăn, khuôn mặt người nào cũng đầy vẻ thỏa mãn. Họ đã có “đầy đủ chất mỡ” trong cơ thể ít nhất cũng đủ năng lượng làm việc lao động cho nhiều ngày sắp tới.

Món “bánh bèo Huế” thường là món ăn chơi vào buổi chiều của người Huế. Mỗi khi người nội trợ Huế đổ bánh bèo xong, họ thường chày một lớp mỡ nước lên trên mặt của đĩa bánh. Mục đích của “chày bánh bèo” là để cho những chiếc bánh không thể dính vào nhau khi lấy rời ra. Cũng chưa hết, họ còn cho lên trên mặt bánh thật nhiều hành lá cắt ngắn, thứ hành lá đã được ngâm với mỡ nước trong chiếc chén chày bánh bèo. Và đó là một trong những tiêu chuẩn của một đĩa bánh bèo Huế ngon [5]. Do đó, bánh bèo rất hợp với khẩu vị của người Huế vì bánh bèo làm bằng bột gạo có thể ăn độn bụng, có mỡ béo chày lên trên mặt, có cả tóp mỡ ăn giòn và lại có cả tôm chấy để “gợi nhớ” mùi vị của biển cả.

Ngoài ra người Huế còn thích ăn ngọt trộn với béo: Trong gia tài văn hóa ẩm thực của họ, ta thấy có món “Chè bột lọc bọc thịt quay”, “Chè cá thu” là những thứ chè vừa có cái ngọt của đường vừa có thêm cái mùi béo của các chất thịt mỡ. Họ lại còn có “Kẹo thèo lèo” cũng vừa ngọt vừa béo mà trẻ con ở Huế rất ưa thích. Thật ra, khẩu vị ăn “ngọt và béo” này phát xuất từ những người Huế xa xưa nhưng hiện nay thì các món ăn thuộc loại này đã mất dần dấu vết và ít còn được người Huế chế biến ra.

Gần biển nên người Huế cũng có xu hướng thích ăn hải sản với mùi tanh tào. Họ thích ăn đồ biển tươi sống, và còn thích ăn những đồ biển đã được phơi khô như cá khô, tôm khô và mực khô, tanh tào gấp bội. Cầm một con mực khô trên tay, đồ ai không khỏi nhăn cái mũi đôi chút để tỏ ra cái mũi mình cũng đã cảm nhận được thứ đồ ăn “tanh tào” đó rồi.

Tuy nhiên, có thể nói, cái chất thần kinh trong ẩm thực Huế được thể hiện rõ nét nhất trong khẩu vị thích ăn thanh và ăn cho đẹp của người Huế. Người Huế thích ăn những món “thanh tào” như món “Chè hột sen hồ Tịnh nấu với đường phèn” hoặc ăn “Chè nhãn lồng bọc hột sen”. Sen “Hồ Tịnh Tâm” là một thứ hạt sen rất ngon, rất bở ở Huế, chẳng khác gì các thứ hạt sen quý hiếm khác trong lăng các vua nhà Nguyễn.

Đồ ăn tuy nhiều, ngon và hợp với khẩu vị nhưng nếu dọn lên trên đĩa một cách hồ lớn thì chắc chắn người Huế nào cũng không thấy thích, xem là thứ đồ ăn không mấy hấp dẫn. Món đồ ăn ngon hợp khẩu vị còn phải là một món đồ ăn dọn lên trên mâm cơm một cách thanh cảnh. Đĩa thịt phay tuy là một món ăn ngon nhưng phải là đĩa thịt phay đã được sắp thứ lớp trên đĩa. Trên mặt đĩa thịt, người Huế còn trang điểm thêm một nắm ngò xanh và một trái ớt đỏ cho thêm phần hấp dẫn. Cũng vậy, đĩa rau sống của người Huế là cả một tác phẩm trang trí. Chuối xanh cắt lát để bên ngoài, bên trong là rau sống, ngay chính giữa là vài lát khế, vài lát vả và cũng thêm cả trái ớt đỏ để tô điểm thêm đĩa rau cho đẹp, một đĩa rau hầu như không có bao nhiêu năng lượng này. Nhưng người Huế ăn đĩa rau sống này lại thấy ngon, hợp với khẩu vị của họ. Có cả cái chua của khế, cái chát của vả, chuối non và cái mùi vị của các thứ rau sống cộng lại. Đó là một

bản hòa tấu đầy nhạc điệu màu sắc. Nhìn các món ăn “dọn ra mâm” đã được người Huế sửa soạn trang điểm trước, chúng ta có cảm tưởng đó là những cô dâu đã được trang điểm trong ngày trọng đại, sẵn sàng chinh phục tất cả những người chung quanh mình. Và từ đĩa rau sống điển hình, ta thấy người Huế thích ăn “các thức ăn đẹp”, các thức ăn đã được trình bày vừa đẹp vừa gọn gàng, sắp đặt ngay ngắn, với màu sắc hài hòa dọn ra trên mâm ăn và đặt để ngay ngắn giữa bàn và đợi chờ các thực khách khó tính nhất.

Như vậy, cay - chua - mặn - đắng - ngọt, không chỉ là khẩu vị Huế riêng biệt mà chung cho cả Việt Nam, sự khác nhau nằm ở cường độ, nằm ở phẩm chất. Người [Huế](#) đãi “ăn bằng mắt” trước khi ăn bằng miệng. Mặc dù cũng sử dụng các loại [gia vị](#) ớt, hành, tỏi, gừng, nghệ... vào chế biến món ăn, nhưng người [Huế](#) đã kỳ công hóa việc sử dụng này như một nghệ thuật.

Có thể nói, người Huế đến với ẩm thực không theo cái nghĩa sinh học giản đơn, mà thưởng thức bằng cả khứu giác, thị giác và cả thính giác. Nhưng dù huy động toàn bộ giác quan cho việc hấp thụ dinh dưỡng, người Huế cũng chỉ cốt “ăn lấy hương lấy hoa”, như họ thường tự nói về mình.

Đó là những khẩu vị ngày hôm nay của người Huế. Họ có nhiều đặc điểm về văn hóa ẩm thực, về khẩu vị mà trên các vùng của đất nước không nơi nào có. Gia tài văn hóa ẩm thực của họ cũng rất phong phú với những “khẩu vị khác người”. Các khẩu vị đó của họ đã kinh qua nhiều đời, phát triển và duy trì cho đến ngày hôm nay - một gia tài “văn hóa ẩm thực” của xứ sở mà chắc chắn người Huế nào cũng trân trọng.

2.3. Ẩm thực chay xứ Huế

2.3.1. Lịch sử hình thành của nghệ thuật ẩm thực chay Huế

2.3.1.1. Phong tục ăn chay ở Huế

Huế là thành phố của chùa chiền, với hơn 400 ngôi chùa và 230 Niệm Phật đường và gần 2/3 dân số là Phật tử. Vì thế số người ăn chay hàng tháng không phải là ít. Món chay Huế phát triển thịnh hần lên từ thời Chúa Sãi Nguyễn Phúc Nguyên (1563 - 1635) và đã trở thành bản sắc văn hóa vùng miền. Nếu như tư tưởng và văn hóa Phật giáo thâm nhập vào Việt Nam và chia làm 3

giai tầng: cung đình, quý tộc và dân gian thì món chay cũng chia làm 3 nhóm: chay cung đình, chay quý tộc và chay dân gian. Thời gian gần đây, tuy đời sống kinh tế khá giả, có nhiều cao lương mỹ vị nhưng đối với nhiều người, nhiều gia đình, ăn chay vẫn là thực đơn chính. Bữa chay của người bình dân thường rất đơn giản, dễ làm. Riêng đối với tầng lớp quý tộc giàu sang thì ăn uống không thể đạm bạc nên người ta phải chế biến thêm những món ăn độc đáo, công phu và cao cấp hơn. So với món mặn, số lượng món chay nhiều hơn vì xuất phát từ tinh thần trí tuệ, từ kết quả của sự thăng hoa trí tuệ trong nghệ thuật ăn uống. Nếu như bạn có dịp ghé thăm Huế vào những dịp lễ, đến các ngôi chùa ở nơi đây, bạn sẽ được thưởng thức cỗ chay mà nhà chùa thường làm để tiếp đãi phật tử bốn phương. Mâm cỗ chay rất đơn giản chỉ gồm tương, muối, rau, dưa... đều là những sản vật do các vãi cùng những phật tử trồng ngay trong vườn chùa. Bữa cơm đạm bạc là thế nhưng lúc nào cũng thu hút rất nhiều người.

Người Huế không chỉ ăn chay vào ngày rằm, ngày mùng một hay ngày lễ, họ ăn chay như một thói quen thường nhật. Dường như quanh năm, cơm chay đều thường xuyên xuất hiện trong bữa ăn của những gia đình người Huế. Họ định ngày ăn chay trong tháng gọi là trai kỳ; ăn chay hai ngày rằm, ngày ba mươi gọi là nhị trai; ăn chay bốn ngày gọi là tứ trai. Và cứ ngày mười bốn và cuối tháng âm lịch hay ngày Phật đản, phần lớn các quán bún bò của Huế đều đổi món bán bún chay.

Tại sao khi nói đến ẩm thực chay, Huế lại được nhắc đến đầu tiên. Lễ đơn giản, Huế là một trong những cái nôi của Phật giáo, là nơi đầu tiên ăn chay trở nên phổ biến và trở thành nét văn hóa độc đáo. Việc ăn chay đã thịnh hành từ cuối thời Trần cho đến đời chúa Nguyễn Phúc Chu (1691-1725).

Hầu như mọi nhà đều có Phật tử, chính vì thế mà đa số người Huế rất thích ăn chay. Một số đông người ăn chay kỳ theo phát nguyện từ 2 đến 6 ngày, cũng có khá nhiều người tâm nguyện ăn trường trai, nghĩa là ăn chay quanh năm suốt tháng. Thời gian gần đây do đời sống kinh tế ngày càng cao, cao lương mỹ vị dư thừa nên có nhiều người khá giả tham gia ăn chay như là một kiểu đổi thực đơn cho lạ miệng, nhẹ bụng và thấy lòng thư thái hơn.

Phụ nữ Huế đa phần đều biết nấu món chay. Đặc biệt, người Huế có một cách bày tỏ sự quý mến và tấm tình chân thành với bạn bè bằng cách mời khách dùng bữa cơm chay thanh đạm. Nét văn hóa độc đáo này có lẽ duy nhất chỉ có ở Huế.

Ở Huế có phủ Tùng Thiện Vương là nơi làm bánh chay nổi tiếng và phủ Tuy Lý Vương là nơi nấu cơm chay rất ngon. Các món chay ở chùa Từ Đàm, Diệu Đế cũng khá nổi tiếng. Ở các chùa vào những ngày bình thường, bữa cơm chay thường rất đơn giản, chỉ gồm đậu phụ, dưa, rau và muối mè. Nhưng nếu đến chùa vào các dịp lễ, chúng ta sẽ gặp những đại tiệc chay thật đặc biệt, đủ các món với sự kết hợp hài hòa của rau, đậu, hoa quả đã được xào nấu bằng dầu thực vật và những món rau tươi sống từ khế chua, quả vả... tạo thành một bức tranh đẹp mắt và hấp dẫn.

Ăn chay hiện nay không chỉ tồn tại trong các ngôi chùa mà đã phổ biến rộng rãi trong mọi tầng lớp nhân dân. Hàng chay Tịnh Bình (phường Thuận Thành) 30 năm trước được biết đến với những món chay ngon và rẻ nổi tiếng như bún khô, bún nước và bánh lọc. Hơn 10 năm trở lại đây quán chay xuất hiện ngày càng nhiều vì người ăn chay ngày càng đông, trong đó chiếm số lượng không nhỏ du khách đến Huế. Khách du lịch đến Huế đều biết nhà hàng Tịnh Tâm trên đường Phạm Ngũ Lão, Quán chay Bồ Đề trên đường Lê Lợi, quán chay Liên Hoa trên đường Lê Quý Đôn... là những quán chay đã có được danh tiếng từ lâu. Ở phía Tây thành phố, các quán cơm chay san sát nhau trên đường Điện Biên Phủ, Phan Bội Châu được người mộ đạo đi chùa yêu thích. Nhắc đến các quán cơm chay để thấy rằng ăn chay đang dần trở nên phổ biến tại Huế. Nó như phép “tùy duyên” của chay bám rễ sâu trong lòng mỗi người, dù đó có phải là tín đồ chay hay không? Âm thực của đạo Phật đã dung hòa được giữa đạo và đời.

Nấu món chay thực sự đã trở thành một nghệ thuật đòi hỏi sự tinh tế và hấp dẫn từ những bàn tay khéo léo làm ra nó cũng như “kén” người thưởng thức. Việc “mặn hóa” các món ăn là một “cuộc cách mạng” trong chế biến món chay ở Huế. Nhờ vậy mà món chay ở Huế thu hút được những thực khách không quen ăn chay. Dù sao, cơm chay vẫn mang nặng triết thuyết nhà Phật đã và đang sống giữa lòng xã hội vốn xô bồ. Đó cũng là một nét đặc trưng mà âm thực xứ Huế có được.

2.3.1.2. Cách ăn chay của người Huế

Ăn chay trong quan niệm của Phật giáo là nuôi dưỡng pháp thiện, tăng trưởng căn lành và phát triển tình thương rộng lớn đối với mọi loài. Trong tất cả mọi giá trị giữa cuộc đời thì sự sống là cái có giá trị nhất và cần được trân trọng nhất. Vì thế ăn chay là một cách để biểu hiện lòng tôn quý và trân trọng sự sống.

Khoa học cũng chứng minh, nhờ ăn chay mà con người khỏe mạnh và sống lâu, trị được nhiều chứng bệnh nan y mà y học hiện đại chưa tìm ra được phương pháp đặc hiệu. Vì ăn chay, cơ thể con người được tiếp một lượng sinh tố và khoáng chất ở trong thảo mộc, tốt hơn nhiều so với những thực phẩm chế tạo. Chất bổ lấy từ thảo mộc tinh khiết hơn các chất bổ trong thịt súc vật. Do đó, ngày nay vấn đề ăn chay đã rất phổ biến, việc nhiều người ăn chay, nhiều giới ăn chay không còn là mới nữa. Tuy nhiên cách ăn chay như thế nào lại là chuyện khác.

Và cách mà người Huế ăn chay không chỉ là ăn lấy no, ăn lấy vui mà còn ẩn chứa trong đó cá tính và triết lý sống của người Huế. Mâm cơm chay của người Huế không cần quá sang trọng, không cần phải giả gà giả heo mà càng đơn giản càng đậm bạc càng tốt nhưng phải hội đủ các yếu tố âm dương, hội đủ thiên tịnh ở trong mâm cơm chay.

Trước hết bởi Huế là thủ phủ của Phật giáo, người Huế đậm chất Phật nên trước đây từ trong cung vua phủ chúa đến các gia đình quan lại và dân gian đều chịu ảnh hưởng lớn từ nếp sống văn hoá truyền thống Phật giáo do vậy việc ăn chay ở Huế cũng có từ lâu đời và có mặt rộng rãi từ trong cung vua phủ chúa đến các gia đình của quan lại thứ dân.

Nói đến cơm chay Huế trước hết phải nói đến cách ăn chay tại các chùa ở Huế. Các chùa ở Huế thường chùa nào cũng có các gì vãi (người phát nguyện nấu ăn cho chùa) - những gì vãi này có nhiều kinh nghiệm nấu chay, những món chay trong chùa không cầu kỳ, chỉ đậm bạc muối tương rau vãi, mít, hạt bùi... toàn là những sản vật thảo mộc trong vườn chùa được các gì chế biến nên mà rất ngon.

Nhà chùa hàng tháng thường có nhiều ngày kỵ, ngày giỗ: kỵ giỗ quý Tăng, Ni trong chùa, kỵ giỗ Phật tử bốn đạo quy y ký tự (thờ) trong chùa... Mỗi dịp chùa kỵ giỗ thường có rất nhiều bà con Phật tử đến giúp việc và tham dự

cùng ăn chay. Nhân một ngày kỵ (giỗ) ở chùa, Phật tử đến cúng mời thêm một vài người bạn cùng đến và ở lại dùng cơm chùa, cả khách thập phương đến viếng cũng có thể lưu lại dự bữa cơm chay “tương rau” đạm bạc do nhà chùa làm nhưng được thưởng thức trong khung cảnh thiên môn với nếp sống thiên vị của nhà chùa thì thật không gì bằng.

Trong dân gian xứ Huế, hầu hết những gia đình theo đạo Phật, hay đạo hữu Phật tử đều có truyền thống ăn chay vào hai kỳ rằm và mùng 1 âm lịch hàng tháng cũng như rất nhiều các bà các cụ phát nguyện ăn thập trai (10 ngày ăn chay/tháng).

Đối với các gia đình Phật tử ăn chay kỳ như thế thường những bữa ăn này đơn giản chỉ nấu bằng khuôn đậu (đậu phụ) và các loại rau, đậu xào nấu bằng dầu phụng và nước tương mua trên các chùa, nhiều khi chỉ là đĩa rau muống luộc với chén nước tương mua từ chùa Hoằng Mai là đã thấy thấm thía lắm rồi.

Người Huế có truyền thống theo đạo Phật từ nhiều đời, nên mỗi khi trong gia đạo có kỵ giỗ ông bà cha mẹ dẫu là có mời thầy hay không mời thầy trong nhà cũng thường tổ chức cúng kỵ và mời bà con ăn chay để cầu nguyện cho hương linh được nhẹ nhàng siêu thoát.

Ngày nay, phần nhiều các gia đình Huế đều tự tay nấu các món chay, món mặn có gì thì món chay có nấy. Các gia đình Phật tử ở Huế thường tiếp đón và mời bạn bè bằng những bữa cơm chay đạm bạc, vừa thể hiện được lòng quý mến và trân trọng bạn bè vừa thể hiện được nét thanh đạm của người Huế. Đó là cơ hội để những người nội trợ trong nhà trình diễn tài khéo léo của mình với thực khách, bạn bè. Cái tài của các bà, các cô ở đây là với tất cả sản vật thảo mộc của thiên nhiên, đơn thuần bằng phù trúc, đậu khuôn, đậu xanh, bánh tráng, nấm mèo, nấm rơm, vĩa, mít, chuối chát... đều có nguồn gốc từ thực vật nhưng đã tạo nên những món ăn bắt mắt với hương vị độc đáo, khó quên. Đặc biệt ở Huế có trái vả thường dùng để chế biến thành nhiều món chay khác nhau. Ngoài ra Huế còn có món mít trộn làm bằng mít non, tré chay làm bằng củi mít, nem chay làm bằng củi bưởi... Cái lạ, cái hay và cái ngon ở đây là tính triết lý trong các món chay - ăn để đoạn tham phá si, ăn để tâm hồn nhẹ nhàng thanh thản...

Ăm thực chay xứ Huế còn được thể hiện trong mâm cỗ chay ngày Tết. Khác với các vùng miền ăn Tết với rất nhiều đặc sản, thịt cá thì nét độc đáo của Tết Huế chính là mâm cỗ chay. Ngày nay, mặc dù truyền thống đó đã có phần mai một song trong mâm cỗ Tết của người Huế, món chay vẫn hiện diện như một phần không thể thiếu. Với bàn tay tài hoa, tấm lòng phúc hậu và sự đam mê tận tụy, người phụ nữ Huế chế biến các món ăn chay từ những nguyên vật liệu bình dị giản đơn nhưng rất phong phú về chủng loại và vô cùng hấp dẫn về mùi vị, màu sắc, chỉ thoáng trông một bàn tiệc chay ta sẽ thấy ngon và đẹp không thua gì nem công chả phụng!

Thực đơn chay “quý tộc” trông rất sang trọng, nào là chả phù chúc, mì căn giả thịt bò, thịt gà, món xào, bún, xúp, phở, mì xào dòn... Độc chiêu của thức ăn chay có món chao - được người sành ăn ví von là ngon, béo và bổ dưỡng hơn pho mát của Pháp.

Ăn chay đơn giản của người bình dân chỉ cần có vị tâm (xì dầu), muối mè đậu phộng, muối sả, ít rau quả nữa là đủ chất, vừa đơn giản vừa gọn nhẹ và ít tốn tiền. Người khá giả ăn uống đàng hoàng hơn thì bữa cơm có món canh, món mặn, món xào...; một ít màu đỏ của cà rốt, xanh của cải bắp, trắng của bắp su và khuôn đậu chín, vàng vừa ngon lành vừa đủ chất dinh dưỡng. Công việc chuẩn bị bếp núc nấu ăn chay thật vô cùng công phu, đòi hỏi sự tỉ mỉ, chu đáo, chịu khó bởi một thức một ít, một thứ một chút... mới có một mâm cơm hoàn hảo. Các bà nội trợ khéo tay hơn thì làm thêm bánh bèo, bánh nậm, bánh bột lọc, bánh hời (chất bột giống bánh mặn, chỉ khác ở chỗ nhân chay), mỗi món bánh có hương vị riêng, tất cả đều ngon tuyệt. Món độc đáo mà bao nhiêu người, nhất là người Huế xa quê và du khách luôn thấy thòm thèm là món mít trộn, và trộn xúc bánh trắng ai đó sẽ nhớ mãi và mong ước được thêm một lần trở lại để có cơ hội nhâm nhi cho thỏa thích. Buổi sáng bắt đầu một ngày mới, điêm tâm bằng tô bún chay sẽ mang theo niềm vui suốt ngày, thú vị hơn là được ăn vào bữa lỡ hoặc bữa tối một tô cháo nóng hổi thơm phức có khuôn đậu, nấm rom, cà rốt, khoai tây hạt lựu thật ấm lòng, mát dạ.

Điểm đặc sắc của cơm chay là dù ăn thật no nhưng vẫn có cảm giác thân thể nhẹ nhàng, tâm hồn thanh thản, điều dễ hiểu là tại món ăn toàn rau quả, hơn nữa có lẽ lúc ăn chay tâm con người hướng thiện hơn, lòng nghĩ về những điều tươi vui và làm việc tốt đẹp cho cuộc đời.

Trong những năm trở lại đây, ở xứ Huế đã xuất hiện nhiều quán bán thức ăn chay và được thực khách ủng hộ nhiệt tình, quán nào cũng luôn tấp nập khách, nhất là vào các ngày rằm, mùng một.

Mâm cơm chay là nghệ thuật ẩm thực, vừa là nghệ thuật tạo hình, rực rỡ sắc màu, tất cả bắt nguồn từ hoa, quả, thực vật. Những quán chay ở Huế bây giờ không chỉ chú ý đến nấu ăn ngon mà còn chú ý đến không gian của quán nữa.

Những người khách đến Huế không chỉ được thưởng thức các món chay Huế mà còn có cơ hội tiếp cận cách ăn chay và triết lý sống của người Huế. Tại những quán cơm chay có truyền thống cũng được các bà nội trợ đặc chất Huế phục vụ, ví dụ như quán chay tại đường Hàn Thuyên trong Thành Nội, hoặc ai thích hiện đại hơn một chút thì có quán cơm chay Bồ Đề, quán cơm chay Liên Hoa...

Nhưng sẽ thú vị hơn và có không khí chay hơn vẫn là được thưởng thức một bữa cơm chay thân mật ở trong các gia đình Phật tử, hoặc trong các chùa. Bởi ở đó mới mang nét đặc trưng của cơm chay Huế. Bạn có thể đến bất kỳ chùa nào cũng sẽ được mời một bữa cơm chay nhẹ nhàng đạm bạc nhưng tốt hơn cả là chùa Ni như chùa Kiều Đàm, chùa Diệu Đức, chùa Hồng Ân, chùa Diệu Viên... vì ở đây là các chùa sư nữ nên có nhiều ni cô nấu cơm chay ngon nổi tiếng.

Huế là thành phố tâm linh, núi không cao, sông không sâu nhưng lòng người thì thâm trầm sâu lắng bởi người Huế có tu, người Huế biết cách ăn chay để cho tâm hồn được tĩnh tại, thư thái, hướng nhân tâm đi vào cõi thiện. Cũng nhờ đó mà người Huế hiền từ chất phát, nếp sống người Huế nhẹ nhàng thiên vị.

Để được tận hưởng một chút cuộc sống đạm bạc, thanh cao của người Huế, bạn hãy tìm đến nếp sống và cùng người Huế thưởng thức bữa cơm chay đạm bạc cùng các gia đình Phật tử hoặc các chùa Huế bạn sẽ thấy tâm hồn mình được thanh thản nhẹ nhàng hơn lên rất nhiều.

2.3.2. Một số món ăn chay đặc trưng ở Huế

Nhìn chung, từ trước đến nay, nghệ thuật nấu món chay luôn khá tinh tế và cầu kỳ, đòi hỏi phải có sự chọn lọc nguyên liệu, kết hợp các nguyên liệu với nhau và sử dụng gia vị phù hợp để có được những món chay vừa ngon, vừa đảm bảo đầy đủ dưỡng chất.

Thực đơn chay Huế cũng như thực đơn chay của nhiều vùng miền khác, phần lớn là giống nhau, nguyên liệu cũng đều lấy từ thiên nhiên, đều có nguồn gốc từ thực vật. Song điều làm cho món chay Huế trở thành nghệ thuật ẩm thực độc đáo, chính là sự kết hợp hài hòa của nhiều yếu tố: cái tài của người nội trợ; cái tâm cái tình của người nấu và người thưởng thức; sự hội tụ thiên địa linh khí của nguyên vật liệu đất cô đô... Trong gia tài ẩm thực chay Huế, có thể kể tên một số món đã làm nên thương hiệu của món chay xứ Huế, mà từ tên gọi cho đến cách chế biến đều mang đậm chất Huế, vừa giản dị vừa cầu kỳ mà lại không kém phần thanh tao.

2.3.2.1. Cơm sen chay

Trong văn hoá ẩm thực Huế, không thể không kể đến món cơm lá sen thanh tao, tinh tế được sắp vào hàng ngự thiện dưới thời các vua triều Nguyễn. Người [Huế](#) yêu hoa sen, thưởng thức cái đẹp thanh tao mà hoa vốn có, hưởng những tinh hoa từ hạt sen, củ sen mà nguồn dinh dưỡng phong phú giúp thêm sức khỏe để sống với đời. Cơm sen là một món ăn có thể nói là hội tụ nét tinh hoa trong ẩm thực xứ Huế nói chung và ẩm thực từ sen nói riêng cũng như thể hiện nét tài hoa độc đáo của người nghệ nhân, bởi cơm sen không chỉ đòi hỏi sự tỉ mỉ trong chế biến mà còn cầu kỳ trong cách trang trí, bày biện... Món cơm lá sen không chỉ là món ăn ngon miệng mà còn là một món ăn đem lại nhiều chất dinh dưỡng rất tốt cho cơ thể. Ngày nay, hầu như mọi người đều biết đến cơm lá sen như một món ăn sang trọng trong các dịp Tết, đám tiệc, cúng giỗ... vào cuối những bữa tiệc hoặc liên hoan thay vì phải dùng cơm trắng như thường lệ. Vì những lợi ích và sự tinh tế, hấp dẫn của món cơm sen mà người Huế chế biến món sen chay không thua kém gì. Cơm sen chay sẽ tạo cho bạn một cảm xúc dịu dàng rất Huế. Để chế biến những món này cần sự khéo léo của bàn tay đầu bếp

sao cho hài hòa để tạo hương vị nhẹ nhàng mà tinh tế. Thường thức món sen chay Huế để nhớ về đạo Phật và đối với các gia đình Phật tử ở Huế mà mời bạn bè ăn một bữa cơm sen chay, thì đó là một cách bày tỏ sự quý mến và trân trọng người bạn lắm.

Cách chế biến và thưởng thức:

Nguyên liệu: Gạo non 300g, đậu hũ chiên 200g, chả chay quay 100g, trứng gà 1 quả, củ cải 59g, tôm chay 100g, dưa leo 100g, hạt sen Huế 200g, rau thơm (rau bạc hà) 100g, cà rốt 50g, lá sen 2 lá, hoa sen 2 hoa, poarô 50g, ớt sừng 1 quả, nước mắm chay, đường, tiêu, muối, dầu ăn.

Chế biến: Nấu cơm, để nguội rồi trộn với trứng. Đậu hũ chiên thái hạt lựu, ướp gia vị, đảo qua với dầu. Tôm chay chiên giòn và chả lụa thái hạt lựu. Dưa leo, cà rốt, củ cải, ớt sừng chần qua nước sôi 5 phút, thái hạt lựu. Hạt sen luộc chín.

Lá sen nhúng nước sôi cho dịu, để gói cơm. Rau thơm thái sợi. Phi poarô với dầu, cho vào đảo trong 3 phút, sau đó cho tiếp vào đảo 5 phút. Nêm gia vị vừa ăn, cho vào trộn đều. Gói cơm trong lá sen: Đặt lá sen vào trong tô, tạo thành miệng giếng vào cho hỗn hợp cơm đã trộn vào, ép chặt và gọn. Xếp phần lá sen còn lại thật đều đều kín đáy. Hấp cách thủy cơm gói vào lá sen 10 phút: hoàn thành cơm sen chay. Cho cơm lá sen ra đĩa, trang trí hoa sen trên nắp lá.

Thưởng thức: Ăn nóng với nước tương, cơm sen chay có vị bùi của hạt sen và thơm đậm hương sen.

2.3.2.2. Bún bò Huế chay

Huế có rất nhiều loại bún, nào bún bò, bún hến, bún mắm nêm, bún thịt nướng, bún chả cá..., nhưng trong ngày rằm hay mùng một, người Huế thường không ăn các loại bún trên mà thay vào đó bằng bún chay. Đây cũng là một cách để người Huế thay đổi khẩu vị và làm cho tâm hồn mình được tĩnh tại, thư thái. Tuy là bún chay nhưng nó vẫn có vị ngọt đặc biệt, đó không phải là vị ngon ngọt của xương bò hay xương heo mà là tổng hòa của những thứ nguyên liệu từ rau củ quả như bí đỏ, thơm, củ cải, bắp su, cà rốt...

Cách chế biến và thưởng thức:

Nguyên liệu: 1 gói bún sợi lớn, đậu hũ ki cọng: 2 cái chiên xắt miếng, nấm đông cô ngâm lấy nước và nấm xắt miếng, 1 miếng đậu hũ chiên xắt miếng, xả, ớt khô: 2 trái hạt điều, màu, gừng. mì căn cây: 1 miếng, bắp cải, cà rốt, su su, ngò, chanh, rau sống, rau thơm, giá dùng làm rau ghém xắt mỏng.

Chế biến: Bắc soong, cho dầu ăn vào, dầu nóng cho đậu hũ, măng vào xào, nêm cho vừa ăn, cho nước dừa và 3 lon nước + xả vào đun sôi, để lửa vừa phải, nêm lại cho vừa ăn. Lấy chảo phi ớt màu, đổ vào nồi nước lèo, bỏ lá chanh vào (nếu không có lá chanh bỏ lá thơm vào) đậy nắp, để lửa riu riu. Bún trụng nước sôi vớt ra để ráo nước, cho vào tô, múc nước lèo đổ lên.

Thưởng thức: Dùng nóng với rau sống và các thứ rau thơm.

Nấu bún chay là cả một nghệ thuật, đòi hỏi tài khéo léo của những người phụ nữ đảm đang. Trước hết, phải biết chọn những thực phẩm còn tươi ngon, vỏ sáng, lá xanh, không bị sâu, bị úng. Rau củ quả được rửa sạch, cắt thành từng khúc hoặc từng miếng bản to. Thời gian hầm rau củ vừa phải nếu quá ít sẽ không lấy được hết các chất, nhưng nếu quá lâu, rau củ sẽ nát và không ngon. Nước dùng phải trong, có vị thanh đậm mới đạt yêu cầu chất lượng. Khi nồi nước dùng đã chín tới, thêm các loại thực phẩm như đậu phụ tươi (hoặc chiên) cắt lát, nấm mèo, nấm rom, phù chúc, bơ rô... để tăng thêm hương vị. Tùy theo sở thích của người dùng mà thêm chút muối, ớt, tiêu tạo sự hấp dẫn cho món ăn. Tất cả nguyên liệu đều được xuất phát từ tự nhiên nên rất giàu chất dinh dưỡng và tốt cho sức khỏe.

Từ những thực phẩm đơn giản nhưng qua bàn tay chế biến tinh tế của người phụ nữ Huế, bún chay đã trở thành một trong những đặc sản của vùng đất Cố đô được du khách gần xa biết đến. Màu xanh của bơ rô, màu đỏ của ớt, màu nâu của nấm và màu trắng của sợi bún đã tạo nên một tô bún đa sắc màu rất riêng của Huế.

2.3.2.3. Các loại bánh đặc sản Huế có nguyên liệu chay

Bánh canh Nam Phổ

Bánh canh Nam Phổ hấp dẫn người ăn vì cách chế biến công phu và hương vị đặc biệt của nó. Huế có rất nhiều làng nấu bánh canh nổi tiếng như Nam Phổ, Thanh Thủy, An Cựu... Bánh canh Nam Phổ bắt đầu được rao bán từ khoảng 13 giờ chiều trở đi. Bánh canh do một phụ nữ gánh đi bán dạo, xuất phát từ Nam Phổ lên Vỹ Dạ, qua chợ Đông Ba vào Thành Nội...

Cách chế biến và thưởng thức:

Nguyên liệu: bột gạo cao cấp, dầu, màu thực phẩm, mì chính, muối, ớt tương, ớt trái, tiêu, hành.

Chế biến: Nước đã đun sôi, bột nhào xong cán thật mỏng được quăn quanh một ống nhôm hoặc ống tre tròn làm thớt, dùng dao xắt thành từng con nhỏ rồi cho vào nồi nước nóng; khi bột vừa chín tới thì vớt ra tô, chế nước dùng, thêm gia vị vào.

Thưởng thức: Ăn nóng.

Bánh Bèo chén

Đến Huế, ấn tượng nhất trong ẩm thực là rủ nhau đi ăn các loại bánh: bánh Nậm, bánh Bèo, bánh Lọc... Thuở ban đầu xa xưa, bánh Huế là món ăn mà dân gian làm để ăn nước lợ (tức ăn vặt, ăn nửa bữa), lâu ngày thành món ăn sang trọng thâm nhập vào tận chốn cung đình. Du khách đến Huế thường được thết đãi một bữa tiệc bánh thịnh soạn nhớ đời. Tiệc dọn theo thứ tự từng loại bánh với loại nước chấm đặc hiệu (thứ nước chấm nào của Huế cũng có ớt cay) và que ăn, đũa, muỗng. Người Huế ăn bánh gì cũng phải hít hà, xuýt xoa mới khoái cái miệng. Người ta thích ăn nóng các loại bánh nên vừa làm vừa ăn, dọn từng món mới đảm bảo độ nóng và hương vị đậm đà.

Cách chế biến và thưởng thức:

Nguyên liệu: bột gạo, bột năng, chanh, ớt, tỏi, mắm, muối, gia vị dầu, hàn the (hoặc boa-rô).

Chế biến: Bột gạo khuấy với nước lạnh, cho thêm tí dầu và muối, tí hàn the (hoặc boa-rô) rồi bắc lên bếp khuấy cho khỏi sít. Sau đó múc từng thìa đổ vào chén rất nông, đường kính miệng chén không quá 5 phân. Từng chén nhỏ này được xếp sẵn trong nồi, hấp từ 20-50 chén. Bánh chín được xếp ra đĩa, bôi qua một lượt dầu ăn, rắc nhụy và vài miếng tóp dầu rang, cắn vào miệng nghe thơm giòn. Sau đó làm nước chấm. Hòa đường, nước cốt chanh với nước rồi thêm chút nước mắm cho vừa miệng. Ớt, tỏi băm ra rồi khi ăn hòa chung với nước mắm.

Thường thức: Bánh Bèo dùng que tre nhỏ vót nhọn ăn nóng với nước chấm ngọt. Nước chấm có mùi vị đặc biệt, ăn bánh bèo với chấm nước ấy sẽ không bao giờ có cảm giác chán.

Bánh Chợ Cầu

Cách chế biến và thường thức:

Nguyên liệu: bột gạo, nước, muối, dầu, lá chuối khô, đậu xanh.

Chế biến: Một chén bột gạo, hai chén nước khuấy đều. Thêm vào một chút muối và một muống nhỏ dầu rồi khuấy cho thật đều. Xong, đổ vào song, đem bắc lên bếp, rồi lại khuấy cho đều tay, đừng để bị đóng cục. Thấy bột đặc vừa, nhắc xuống khuấy cho sệt cho đến khi nguội. Dùng lá chuối lau khô, bỏ bột rồi cho nhân đậu xanh đã làm vào bên trong rồi gói bánh sao cho có nóc như hình tam giác.

Phần lớn các loại bánh nói trên đều có nguồn gốc từ bánh mận, các Phật tử đã cải chế thành bánh chay, bằng cách thay nhân nhụy và gia vị. Đây chính là nét độc đáo của văn hoá ẩm thực Huế.

Thực đơn của một buổi tiệc chay, một bữa bánh chay đòi hỏi cả nghệ thuật nêm, nấu và trình bày khéo léo, đẹp đẽ, sang trọng, mỗi món dọn một ít. Chính sự ít ỏi, nhỏ nhoi đó đã tạo cho người ăn có cảm giác thòm thèm, muốn được ăn thêm chút nữa. Đã có không ít du khách đến Huế rồi ra về mà lòng vẫn còn quyến luyến như có cái gì níu kéo lại, trong đó một phần vì những món ăn dân dã, những món bánh chay bình dị mà ngọt ngào, thơm nồng, đậm đà chất Huế như tâm lòng hiếu khách của con người đất văn vật Cố đô.

2.3.3. Phong cách ẩm thực chay Huế

Ngoài những danh lam thắng cảnh nổi tiếng, văn hóa Huế chính là điểm hấp dẫn thu hút sự khám phá của khách du lịch. Trong đó, ẩm thực chay xứ Huế không chỉ khiến khách du lịch quốc tế ngạc nhiên mà ngay cả nhiều người Việt đến mảnh đất này cũng phải trầm trồ, thán phục. Đến Huế, nếu không có dịp thưởng thức bữa cơm chùa mộc mạc, thực khách có thể cảm nhận hương vị món chay tại các hàng quán xuất hiện rất nhiều trên các đường phố. Điều đặc biệt là, đa phần những cửa hiệu cơm chay ở Huế đều do người Huế mở và chính người phụ nữ Huế tận tâm nấu món ăn. Chính vì thế, du khách thưởng thức cơm chay bên cạnh việc cảm nhận hương vị của từng món ăn, còn có cơ hội thấy được sự đảm đang, dịu dàng của người con gái Huế.

Nhắc đến đất Huế thơ mộng với những nét văn hóa ẩm thực phong phú và tinh tế sẽ thật là thiếu sót nếu không nhắc đến ẩm thực chay xứ Huế. Thời các chúa Nguyễn, Phật giáo được xem là quốc giáo chính vì thế các món chay ở Huế cũng phong phú và cầu kỳ không kém gì món mặn. Nghệ thuật thẩm mỹ ăn uống Huế không dừng lại trong chật hẹp khuôn viên ẩm thực đơn thuần mà đã vươn lên tới đỉnh cao nếp sống văn hóa cổ truyền đầy ắp tính triết lý sâu xa. Chính vì cái lẽ dung dị ấy mà món ăn Huế, cách ăn Huế đã trở nên danh tiếng, định hình như một tiêu chí chuẩn mực về công nghệ chế biến món ăn và phong cách thưởng thức miếng ngon. Để khẳng định lại chính mình, người Huế luôn hướng về cội nguồn nên vẫn không quên cố đô Huế vốn là nơi phủ chúa cung vua, nơi đã bao thế kỷ hội tụ đủ mọi tinh hoa vật chất khắp miền đất nước nên mới đạt tới đỉnh điểm của nền văn hóa ẩm thực Huế. Nền ẩm thực ấy có bề dày bền vững rất riêng và cũng rất chung nhưng lại không thể lẫn lộn với bất kỳ nơi nào khác kể cả Thăng Long - Đông Đô - Hà Nội, đất kinh kỳ ngàn năm của xứ Bắc. Trong thế giới ẩm thực Huế muôn màu muôn vẻ, ẩm thực chay ở Huế đóng vai trò quan trọng tạo thành một dòng chảy triết lý hiện thực trong môi trường văn hóa cố đô.

Với trên 100 món ăn được chế biến từ những bàn tay khéo léo của các chuyên gia ẩm thực Huế, bên cạnh những món chay cung đình như nem công,

chả phượng là những món ăn chay dân dã như các loại bánh Huế, cháo nấm, cơm chiên thập cẩm, chả bắp, mít trộn, lẩu nấm... Đặc biệt, một số món ăn chay của nhà hàng có một đặc điểm chung đó là có lợi cho sức khỏe được chế biến từ gạo lứt hay các món ăn chế biến từ mè đen, đậu phụng... nên đã thu hút khá đông du khách và người dân Huế thưởng thức. Có thể nói kiểu cách cầu kỳ là đặc điểm nổi bật nhất của ẩm thực chay Huế. Nói cách khác, người Huế ăn không chỉ cầu no (khẩu thực) mà phải đẹp (nhãn thực), không chỉ đẹp mắt mà còn đẹp cả tâm hồn (tâm thực). Không chỉ ẩm thực cung đình với nem công chả phụng mới cầu kỳ mà ẩm thực chay cũng kiểu cách không kém.

Huế là cái nôi Phật giáo, là nơi đầu tiên ăn chay trở nên phổ biến và trở thành nét văn hóa độc đáo. Người Huế từ bình dân đến quý tộc đều có truyền thống ăn chay. Triết lý nhân sinh của người Huế xem sự sống như là một nghệ thuật, vì vậy phải luôn sống đẹp, và muốn được như thế phải không ngừng làm đẹp cuộc sống trong bất cứ hoàn cảnh nào. Ẩm thực chay Huế chính là biểu hiện sinh động, cụ thể nhất của triết lý đó.

Có thể nói người Huế ăn chay nhiều nhất trong năm so với mọi vùng miền đất Việt. Ăn chay với thực phẩm rau, đậu, củ, hoa, trái đã tạo cho tính khí, cốt cách của con người trầm tĩnh hiền hòa hơn, tâm hồn như bình yên, tao nhã và phong phú hơn nhiều.

Nghệ thuật ẩm thực chay vẫn còn hiện diện rõ nét trong đời sống của người dân Huế. Người Huế ăn chay không đơn giản là ăn những món không có thịt cá, mỡ động vật mà kèm theo đó là cả triết lý hội tụ các yếu tố âm dương, thiên tịnh, thể hiện lòng tôn quý và trân trọng sự sống. Mâm cơm không cần phải thiết kế nhiều món giả gà, giả heo như người dân ở nhiều thành phố nhằm kích thích thị giác mà bữa cơm chay càng đạm bạc càng tốt.

Khác với không khí ồn ào, náo nhiệt như các nhà hàng thông thường, khi bước chân vào các nhà hàng, quán ăn phục vụ ẩm thực chay ở Huế thực khách sẽ cảm thấy thật thanh tịnh và thư thái. Trong thực đơn các món chay có đủ các món sơn hào hải vị từ nem công, chả phượng, giò lụa, thịt gà đến tôm hùm, cá rán, trông thật đẹp mắt, nhưng đây không phải là thịt cá thật, mà tất cả đều được

chế tác từ... thực vật. Vậy mà khi thưởng thức vẫn cảm nhận chúng có mùi vị ngon lành như là những món thịt cá thật. Đây là cái tài chế tác từ những bàn tay nội trợ điệu nghệ xứ [Huế](#), đó là các nghệ nhân ẩm thực được thừa hưởng sự truyền nghề tiếp nối từ thế hệ đi trước. Nấu được một bữa tiệc chay "mặn hóa" như vậy thật công phu, nhưng khi bày lên mâm đĩa còn là cả một sự phô diễn tài trang trí tuyệt vời. Dụ một bữa tiệc chay như thế quả thú vị hơn hẳn những bữa tiệc mặn quen thuộc. Bữa [ăn chay](#) bình thường không có gì phức tạp mà vừa ngon miệng lại vừa đầy đủ chất bổ.

Lâu nay người Huế luôn nâng niu gìn giữ và không ngừng phát huy giá trị các loại hình ẩm thực riêng của mình. Việc phát triển văn hóa du lịch địa phương là một trong những điều kiện tốt để kho tàng ẩm thực Huế, trong đó có ẩm thực chay được khai thác quảng bá, trong các nhà hàng chay, tại các ngôi chùa, tại các lễ hội Phật giáo và tại các kỳ Festival... Nghệ thuật ẩm thực chay Huế được quảng diễn qua bàn tay khéo léo tinh tế của nghệ nhân với những kỹ thuật nấu bậc cao làm mê hoặc khách du lịch, trong đó có không ít khách đến từ nước ngoài cùng được chiêm ngưỡng, thưởng thức.

Ẩm thực chay Huế tiêu biểu cho sự đa dạng gần với ẩm thực Huế. Đó là nền ẩm thực hiếm thấy ở Việt Nam cũng như thế giới phong phú, tinh tế, thanh tao ở cách chọn nguyên vật liệu, cách chế biến, cách ăn, nơi ăn, dụng cụ ăn uống... Người Huế nấu ăn và ăn với cả tâm hồn, quan tâm đến cân bằng âm dương, có lợi cho sức khỏe con người.

[Ẩm thực chay](#) đang là một trong những trường phái ẩm thực tiên bộ được Việt Nam và thế giới công nhận. Ăn chay trong Chay đại diện cho sự hướng thiện, mong mỗi đạt được một thế giới trong sạch và từ bi hơn, giảm nghèo đói và ngoài ra còn cải thiện sức khỏe cá nhân. Người đầu bếp ở Huế rất khéo léo lựa chọn nguyên liệu cùng các gia vị phù hợp để làm cho món chay thêm hấp dẫn và ẩm thực chay ở Huế càng khẳng định được vị trí của nó trong thế giới ẩm thực Huế muôn màu muôn vẻ. Ẩm thực chay đang càng trở nên gần gũi hơn bao giờ hết với người dân Huế. Nó không chỉ tốt cho sức khỏe mà còn khiến cho con người cảm thấy thanh lọc, thanh thản, nhẹ nhàng trong lòng.

Ẩm thực chay sẽ là một trong những tài nguyên du lịch hấp dẫn và mới lạ để du khách thưởng thức và khám phá nét độc đáo trong cách chế biến cũng như những nét riêng của loại ẩm thực này. Ẩm thực xứ Huế đang phong phú hơn khi trong menu cho thực khách có thêm “cơm chay”. Ăn chay ở một khía cạnh nào đó là “ăn” lấy sự nhu hòa, tránh được sát sinh không đáng có. Đó là điều lôi cuốn du khách trong và ngoài nước vì khám phá điều lạ từ thưởng thức cơm chay luôn là điều thú vị với họ. Với nguồn nguyên liệu chế biến dồi dào, sẵn có cộng với bàn tay nấu ăn tinh tế và điều luyện của các cô, các mẹ, các chị, các bà, cơm chay xứ Huế đã thu hút rất nhiều du khách khi du lịch đến Huế. Cải biến món ăn nhưng phải thận trọng và giữ gìn cách ăn uống tuy hơi cầu kỳ nhưng có phần thanh lịch và quý phái của đất cố đô là một việc làm để phong vị Huế trong ăn chay mãi còn với thời gian.

Tiểu kết chương 2

Tiền đề của văn hóa ẩm thực chay ở Huế được hình thành dựa trên sự kết hợp giữa ba yếu tố thiên thời, địa lợi và nhân hòa. Văn hóa ẩm thực chay mà khởi nguồn là những quy định về cái ăn mang đầy tính triết lý của nhà Phật khi du nhập vào Huế đã có sức lan tỏa rất lớn, ẩm thực chay không chỉ xuất hiện ở chốn thiền môn và trong các gia đình Phật tử tại gia mà còn hiện hữu ở trong dân gian cũng như tại chốn cung đình.

Văn hóa ẩm thực chay ở Huế được biểu hiện thông qua quan niệm về ẩm thực, qua những quy định về cách ăn uống ở chốn cửa thiền, trong dân gian, qua cách sắp xếp, bày biện món chay, qua nghệ thuật chế biến... đã góp phần hình thành nên những nét đặc thù trong đời sống văn hóa cũng như đời sống xã hội của người dân xứ Huế, mà hàm chứa trong đó là những giá trị lịch sử, văn hóa vùng miền, giá trị nghệ thuật... của xứ sở và con người vùng đất này.

Du khách đến đây thường rất kinh ngạc trước khả năng chế biến món chay của người [Huế](#). Món chay không chỉ thể hiện cái lạ, cái ngon ở món ăn mà còn thông qua đó thể hiện khả năng sáng tạo, [quan niệm](#) sống hài hòa của người [Huế](#). Nguyên liệu vẫn là của [thực phẩm](#) chay, nhưng thực khách được nếm các món ăn với hình thức hấp dẫn như trong đời sống dân dã như mì xào

thập cẩm, [hoành thánh](#), thịt heo quay kho, gà xé phay, bít tết, nem nướng, chả lụa hoặc tôm kho tàu, cháo gà... Đây thực sự là những món ăn luôn mang lại sự ngạc nhiên và niềm thích thú của thực khách trước tài sáng tạo của đầu bếp [Huế](#).

Như vậy đến Huế, nếu không có dịp thưởng thức bữa cơm chùa mộc mạc, thực khách có thể cảm nhận hương vị món chay tại các hàng quán xuất hiện rất nhiều trên các đường phố. Điều đặc biệt là, đa phần những cửa hiệu cơm chay ở Huế đều do người Huế mở và chính người phụ nữ Huế tận tâm nấu món ăn. Ngoài ra, nếu ai đã từng thưởng thức một bữa cơm chay Huế chắc chắn sẽ không bao giờ quên được hương vị tinh khiết tuyệt vời của những món ăn Huế. Chính vì thế, du khách không chỉ đang thưởng thức cơm chay mà chính là đang được thưởng thức cả tâm hồn và tấm tình của con người xứ Huế.

CHƯƠNG 3. KHAI THÁC ẨM THỰC CHAY HUẾ

PHỤC VỤ PHÁT TRIỂN DU LỊCH

3.1. Thực trạng khai thác ẩm thực chay Huế hiện nay

3.1.1. Hoạt động kinh doanh của các nhà hàng chay

Tại các con phố lớn ở Huế như Đinh Tiên Hoàng, Hàn Thuyên, Bến Nghé, Chu Văn An, Lê Quý Đôn, Lê Lợi..., hàng chục quán chay thuộc các doanh nghiệp, nhà chùa hay hộ tư nhân mọc lên khắp nơi đã tạo thêm sự phong phú và đa dạng cho ẩm thực Huế. Từ những cái tên quen thuộc như Bồ Đề của Công ty CP Du lịch Hương Giang, Liên Hoa thuộc Tuệ Tĩnh đường Liên Hoa đến các quán chay của các hộ tư nhân như Tịnh Tâm, Thiên Tâm, Thiên Phú, Bồ Đề Quán, Cát Tịnh..., có thể nói, ẩm thực chay đã trở thành một trong những hương vị không thể thiếu trong đời sống của người dân Huế cũng như khách du lịch.

3.1.1.1. Nhà hàng chay Thiên Tâm

Tọa lạc trên một khu đất rộng 1.500m² ở 110A Lê Ngô Cát, Thành phố Huế, với lối kiến trúc nhà rường, nhà hàng chay Thiên Tâm mặc dù mới khai trương tháng 3 năm 2011 song đã nhanh chóng trở thành một trong những địa chỉ thưởng thức ẩm thực chay quen thuộc của người dân Huế và khách du lịch. Với công suất trên 200 chỗ, nhà hàng bao gồm khu dành riêng cho quý tăng ni và hai gian nhà rường dành riêng để phục vụ khách. Với trên 100 món ăn được chế biến từ những bàn tay khéo léo của các chuyên gia ẩm thực Huế, bên cạnh những món chay cung đình như nem công, chả phượng là những món ăn chay dân dã như các loại bánh Huế, cháo nấm, cơm chiên thập cẩm, chả bắp, mít trộn, lẩu nấm... Đặc biệt, một số món ăn chay làm nên thương hiệu của nhà hàng đều có một đặc điểm chung là được chế biến từ gạo lứt hoặc từ mè đen, dầu phụng..., là những món ăn rất có lợi cho sức khỏe nên đã thu hút khá đông du khách và người dân Huế thưởng thức.

Anh Hoàng Thanh Phong, chủ nhà hàng chay Thiên Tâm cho biết: “Với mong muốn tạo ra một địa điểm phục vụ ẩm thực chay mang đậm bản sắc văn

hóa Huế, văn hóa Việt Nam để phục vụ khách du lịch, nhà hàng được thiết kế theo lối kiến trúc nhà rường Huế cùng với không gian thoáng đãng nằm trên tuyến du lịch thăm các lăng tẩm, chùa chiền ở Huế. Cùng với ẩm thực chay, thực khách sẽ có cơ hội thưởng thức các công đoạn vẽ tranh, vẽ chân dung, mua sắm các sản phẩm lưu niệm độc đáo do nhiều họa sĩ ở Huế tự tay thiết kế.” [17]

Chủ nhật (trừ những tuần trùng vào ngày 30, mùng 1 âm lịch hoặc 14, 15 âm lịch) nhà hàng sẽ phục vụ Buffet chay. Trong một tháng có ngày lễ lớn, nhà hàng ưu tiên tổ chức 1 tiệc buffet chay/ tháng, với hơn 30 món chay và gần 10 thức uống bổ dưỡng từ hoa quả.

Nhìn chung, với thực đơn phong phú và phong cách phục vụ của nhân viên rất chuyên nghiệp, cùng với một không gian thoáng mát lịch sự nên rất dễ thu hút những người có thu nhập cao mà muốn thưởng thức đa dạng hương vị của ẩm thực chay. Loại hình kinh doanh buffet chay cũng rất thuận lợi cho đối tượng khách muốn thử nhiều món ăn từ món khai vị đến món tráng miệng với hương vị khác nhau. Tuy nhiên, để kinh doanh có hiệu quả hơn trong tương lai, nhà hàng chay Thiên Tâm nên tăng cường quảng bá để người dân thành phố nói chung cũng như khách du lịch nói riêng sẽ trở nên quen thuộc với địa chỉ và phong cách ẩm thực của nhà hàng.

3.1.1.2. Bò Đề quán

Nằm khuất sâu ở cuối đường Hàn Thuyên, Bò Đề quán cũng là một điểm đến quen thuộc và gần gũi với những ai thích thưởng thức ẩm thực chay. Quy mô hộ gia đình, song quán chay này đã thu hút được nhiều thực khách với các món chay được chế biến từ các loại đậu đỗ, rau sạch có xuất xứ từ địa phương. Không cầu kỳ, sang trọng, các món ăn ở đây có giá vừa phải, hợp với túi tiền của những người thu nhập thấp, chỉ dao động từ 7.000- 30.000đ/món nên số lượng khách đến quán khá đông. Ăn chay là một sở thích chung của các thành viên trong gia đình người Huế. Vậy nên, cứ cuối tuần hay vào các dịp lễ, thay vì đến các nhà hàng mặn để thư giãn thì nhiều gia đình chọn các quán chay bình dân để sum họp và ăn uống. Các món chay ở Huế khá phong phú và nhiều chủng loại nên phù hợp với mọi lứa tuổi. Hơn nữa, đội ngũ nhân viên được làm

việc trong môi trường thân ái, đoàn kết, giúp đỡ nhau. Họ rất hiếu khách, năng động, nhiệt tình và cung cách phục vụ chu đáo.

Như vậy, Bồ Đề quán là quán ăn bình dân nên đối tượng khách chủ yếu là học sinh, sinh viên, những người có thu nhập thấp..., song để cho quán trở thành một địa chỉ tin cậy và gần gũi với nhiều thực khách, thiết nghĩ Bồ Đề quán có thể xem xét mở rộng không gian quán, qui mô kinh doanh cũng như nâng cao yếu tố phục vụ và chất lượng của món ăn.

3.1.1.3. Quán chay Loving Hut

Loving Hut là một thương hiệu ẩm thực chay nổi tiếng. Hiện nay, thương hiệu Loving Hut đã có mặt tại nhiều quốc gia trên thế giới như Hoa Kỳ, Nhật Bản, Úc, Áo, Hàn Quốc, Thái Lan, Mã Lai, Hồng Kông... Loving Hut được tạo ra từ một viễn cảnh rằng mọi chúng sinh có thể sống trong hòa bình, tình thương và hài hòa lẫn nhau trên cùng một địa cầu. Nhà hàng là lời mời gọi mọi người đến với ẩm thực ngon được chế biến từ các vật liệu thuần chay bổ dưỡng, cung ứng một điểm khởi đầu có thể có được dành cho những người tạo sự chuyển tiếp cao thượng sang dinh dưỡng bằng thực vật.

Nhà hàng chay Loving Hut Thiên Ý ở Huế khai trương ngày 27/12/2009, được kế thừa sự thiết kế và cung cách phục vụ của hệ thống nhà hàng chay quốc tế có thương hiệu LOVING HUT. Do vậy các thức ăn được làm rất sạch sẽ, thuần chay và được nấu bởi những người đầu bếp khéo léo nhằm mang đến một thông điệp tình thương cho mọi thực khách. Nhà hàng phục vụ ăn chay với mục đích chính là cổ vũ mọi người ăn chay và hướng đến ăn trường chay. Vì vậy tất cả các món ăn mặc dù có phong cách và tiêu chuẩn cao nhưng được bán với giá cả bình dân nhất.

Loving Hut luôn tìm tòi, sáng tạo để làm ra những món ăn chay độc đáo, ngon miệng. Đặc biệt, những đầu bếp của nhà hàng có kinh nghiệm trong lĩnh vực thuần chay và am hiểu sâu sắc người ăn chay cần có chế độ dinh dưỡng như thế nào để bổ sung, phù hợp cho cơ thể với thực phẩm giàu chất đạm, nhiều chất xơ, vitamin và khoáng chất..., các chất độc hại nguy hiểm tới tính mạng của con

người không được phép cho vào thực phẩm. Loving Hut có một thực đơn phong phú, đa dạng, khác lạ luôn đem đến cho quý khách những hương vị riêng.

Ngoài những món ăn ngon miệng, bổ dưỡng được trình bày đẹp mắt như: Cơm An Lạc, Cơm chiên, Bánh ướt, “Bò nướng”, “Cánh gà chiên”..., Loving Hut Thiên Ý còn mang đến cho quý khách một món ăn với hương vị độc đáo khó quên - “Thiên Ý đặc sản”, đây là món ăn đặc trưng của nhà hàng. Phù trúc, nắm hương và các gia vị thuần chay kết hợp với nhau qua bàn tay khéo léo và cầu kì của đầu bếp tạo nên nhiều món ăn mang hương vị độc đáo. Khi đã nếm thử thì dường như thực khách không hề nhận ra sự chênh lệch quá lớn giữa ăn chay và ăn mặn. Nhà hàng nghiên cứu và sáng tạo ra những món ăn này để giúp các thực khách mới chuyển qua ăn chay dễ thích nghi làm quen với món chay. Loving Hut phục vụ khách hàng không chỉ vì trách nhiệm mà trên tất cả đó là sự chân thành, tình thương yêu dành tặng những thực khách ăn chay.

Qua tình hình kinh doanh ẩm thực chay của các nhà hàng, quán ăn trên ta thấy hầu hết tất cả thực đơn đều rất đa dạng và đặc sắc khác với thực đơn của thời gian đầu hình thành. Quả thật yếu tố đó làm cho ẩm thực chay trở nên hấp dẫn hơn, lôi cuốn hơn và kích thích sự tìm tòi khám phá của thực khách.

3.1.2. Khai thác ẩm thực chay trong các hoạt động tôn giáo

3.1.2.1. Tại chùa

Nhắc đến ẩm thực chay ở Huế, không thể không nhắc đến quán cơm chay dưỡng sinh Liên Hoa thuộc Tuệ Tĩnh đường Liên Hoa, do nhà sư Tuệ Tâm xây dựng cách đây 4 năm tại số 3 Lê Quý Đôn, TP Huế. Tọa lạc trong khuôn viên Tuệ Tĩnh đường Liên Hoa là những gian nhà được làm bằng tre và các nguyên vật liệu quen thuộc của người dân Huế, từ lâu, nơi đây đã trở thành điểm đến của không chỉ những phật tử ăn trường chay mà cả những dân thường và khách du lịch. Với khoảng 150 món ăn chay có giá dao động từ 5.000- 50.000đ/món, trong đó có những món dành riêng cho khách du lịch nước ngoài như cà ri bánh mì cùng với các món chay dân dã như phở khô, cơm chiên, chè lục tàu xá, chè sen, gỏi thập cẩm nhân duyên, gỏi vắn vương thương nhớ..., có thể thấy sự độc đáo, đa dạng của quán cơm chay này.

Cô Trần Thị Hồng Mai, quản lý quán cơm chay Liên Hoa cho biết: “Ngay từ tên quán là cơm chay dưỡng sinh nên các món ăn ở đây chế biến nhằm vào mục đích đầu tiên đó là chữa bệnh. Vì vậy, đa số các món ăn đều được chế biến từ các thực phẩm rau củ quả sạch và có nguồn gốc rõ ràng, không pha chế các phụ gia độc hại và hạn chế tối đa việc sử dụng bột ngọt. Vì thế nên từ khi khai trương đến nay, quán luôn thu hút khá đông khách, đặc biệt là các ngày 30, 1 và 14, 15 âm lịch hằng tháng, quán phục vụ từ 300-400 lượt khách/ngày.” [17]

Như vậy với vị thế là một quán cơm chay nằm trong khuôn viên của một trong những ngôi chùa danh tiếng ở Huế, quán Liên Hoa không chỉ mang đến cho thực khách những món ăn chay, mà trên tất cả đó là sự hòa hợp giữa Đạo và Đời.

3.1.2.2. Khai thác trong các lễ hội Phật giáo

Chiều 16/5/2008, Trung tâm dịch vụ Festival Huế, đã phối hợp với Giáo hội Phật giáo tỉnh Thừa Thiên - Huế và Công ty Dịch vụ du lịch Hương Giang tổ chức khai mạc “Tuần lễ ẩm thực chay” trong khuôn khổ Tuần lễ Phật đản - Phật lịch 2552 tại Huế (2008). Tuần lễ ẩm thực chay diễn ra từ ngày 16 đến ngày 19/5 (ngày 12 đến 15-4 âm lịch), nhằm giới thiệu những món chay đặc trưng của thiên môn xứ Huế cũng như món chay truyền thống dân gian Huế đến với thực khách.

Huế vốn được mệnh danh là kinh đô của Phật giáo, ở đây có đến hàng trăm ngôi chùa lớn nhỏ, vào dịp này, trên mọi con đường luôn tấp nập người đi chùa trong những chiếc áo lam gợi cảm niềm tin vào cõi tâm linh của đạo Phật. Đây cũng là lúc các quán chay di động được mở ra dọc hai bên đường phục vụ thực khách. Phó ẩm thực chay do Ni bộ Thừa Thiên - Huế chủ trì đảm trách sẽ giới thiệu văn hóa ẩm thực chay Huế với nhiều gian hàng và ý tưởng giới thiệu độc đáo lần đầu tiên xuất hiện tại Huế. Theo đó, có 20 món chay do các nữ tu của 7 ngôi chùa sư nữ ở Huế chế biến. Đó là những món chay bổ dưỡng xuất phát từ cung đình Huế như cơm sen, chè sen, gỏi sen, đến những món chay dân dã, mít trộn, vả trộn, kẹp bánh tráng. Nói cách khác, đó là những món chay từ lâu đã làm nên danh tiếng và hương vị riêng của ẩm thực chay xứ Huế.

Ngoài ra còn có các món chay khác hội đủ màu sắc, hương vị chua cay, mặn ngọt và nhiều món bánh bèo, nậm lọc, bánh hời, bánh ướt, bánh khoái...

Đến với hội chợ ẩm thực chay ở Huế, trong dịp lễ hội Phật đản 2008, thực khách đã được thưởng thức những món ăn thú vị với giá cả vừa phải.

3.1.3. Khai thác trong các kỳ Festival ở Huế

Đã từ lâu các kỳ Festival được tổ chức 2 năm một lần đã trở thành thương hiệu du lịch riêng của thành phố Huế. Trong các kỳ Festival này, văn hóa Huế được quảng bá một cách sâu rộng đến đông đảo du khách gần xa, trong nước và ngoài nước. Nằm trong gia tài văn hóa chung của Huế, ẩm thực Huế cũng được đem ra giới thiệu như một cách để tôn vinh di sản văn hóa vô cùng giá trị này.

Tại Festival Huế 2008 diễn ra từ ngày 3 - 11/6 với chủ đề “Đại tiệc của những lễ hội”, văn hóa ẩm thực Huế đã được giới thiệu từ ý tưởng xây dựng một phố ẩm thực tại Huế trong thời gian diễn ra Festival. Khi phố ẩm thực đêm Gia Hội mở ra, lúc đó không chỉ du khách đến dự Festival mà cả người dân Huế cũng đến để thưởng thức các món ăn đặc trưng của Huế, trong đó bao gồm cả những món ăn chay hết sức đa dạng, đậm đà chất Huế nhưng giá cả lại hết sức bình dân. Con đường Bạch Đằng nhỏ hẹp chạy dọc theo bờ sông Gia Hội, vốn từ lâu yên tĩnh bỗng dung trở nên tấp nập, sôi động. Tuần văn hóa ẩm thực chay đã thu hút khá nhiều du khách tham dự. Mâm cơm chay là nghệ thuật ẩm thực, vừa là nghệ thuật tạo hình, rực rỡ sắc màu, tất cả bắt nguồn từ hoa, quả, thực vật. Khách ăn chay không những đòi hỏi thức ăn ngon, mà còn muốn không gian trong quán yên tĩnh, bàn ghế sạch sẽ. Vì thế được diễn ra trên địa điểm hợp lý, tuyệt đẹp hấp dẫn du khách đến đây thưởng thức các món ăn, ngắm khung cảnh Huế thơ mộng về đêm. Bên cạnh những món ăn là một không khí rộn ràng của những trò giải trí như đi cà kheo, sân khấu âm nhạc, những hàng quán bán đồ lưu niệm, vẽ chân dung của con phố nhỏ cũng tạo nên một không gian nhộn nhịp, mang lại “không gian đêm” cho du khách sau một ngày khám phá thành quách, đền đài, lăng tẩm.

Những ngày hội ẩm thực “món chay xứ Huế” được xem là một trong những hoạt động thu hút khách du lịch và công chúng tham dự trong những ngày diễn ra Festival. Vì thế, tại [Festival Huế 2010](#), Ban trị sự Giáo hội Phật giáo tỉnh Thừa Thiên Huế đã khai mạc “Tuần văn hóa Phật giáo 2010” với sự

tham gia của đông đảo tăng ni, phật tử, nhân dân địa phương và khách du lịch. Với chủ đề kính mừng Đại lễ Phật đản PL.2554 và kỷ niệm đại lễ 1000 năm Thăng Long - Hà Nội có nhiều hoạt động phong phú, giới thiệu không gian ẩm thực chay bằng nhiều ngôi nhà tranh tre, nhiều giàn bầu bí, mướp, ao hồ... ở phố đi bộ Nguyễn Đình Chiểu.

Thành công của Festival Huế 2010 đã tạo tiền đề cho những thành công tiếp theo của kỳ Festival Huế 2011. Nếu như trong các kỳ Festival trước, ẩm thực Huế được giới thiệu trong những không gian hẹp và theo từng chuyên đề cụ thể thì tại Festival nghệ truyền thống Huế 2011 - một kỳ Festival được tổ chức song song cách năm với Festival Huế, đã lần đầu tiên đem đến một cái nhìn đầy đủ về ẩm thực chay của Huế.

Ban trị sự Giáo hội Phật giáo tỉnh Thừa Thiên Huế đã tổ chức kỳ Festival 2011 với chủ đề “Bếp Việt trong vườn Huế”. Văn hoá ẩm thực Huế gửi đến Festival lần này với đầy đủ hai loại hình ẩm thực chay và mặn. Không gian ẩm thực chay do chính các chùa và gia đình Phật tử thực hiện. Ẩm thực chay quyện hòa trong các tour du lịch chùa Huế, vừa khai thác được thế mạnh của “Kinh đô Phật giáo”, vùng đất tập trung hơn 500 ngôi chùa, tịnh thất, niệm phật đường... với nhiều ngôi cổ tự.

Song song với thế mạnh chùa chiền, Huế là Cố đô của triều Nguyễn, quy tụ nhiều đầu bếp danh tiếng, sách dạy nấu ăn “Thực Phở Bách Thiên” và hơn 1.300 món ăn đã được phổ biến rộng rãi trong dân gian và cung đình... tại lễ hội tôn vinh ẩm thực lần này, hơn 100 món ăn thông dụng của người Huế được ghi chép trong sách “Thực Phở Bách Thiên” sẽ đưa tài khoe sắc, trong đó có hơn 30 món ăn mặn là cao lương mỹ vị của giới quyền quý, như yến sào, nem công, gân nai, vi cá, bào ngư, cửu không..., phần còn lại là các món nem, tré, chả và thức ăn dân dã được chế biến từ nguyên liệu chính là rau, củ, quả, các loại muối dưa và nhiều loại mắm đặc sản mà người Huế hay dùng... Khu Trường Lăng Đại Nội sẽ là nơi tổ chức “Ẩm thực cung đình” và “Ẩm thực dân gian” gồm các loại bánh Huế, chè Huế, đặc sản Huế, buffet cơm Huế, cơm muối Huế...

Không gian ẩm thực là những căn chòi nhỏ kết từ những cây xanh làm tăng thêm cái vẻ lãng mạn và kỳ thú của ngày hội ẩm thực. Đặc biệt, trên sông Hương còn tổ chức ẩm thực đêm với những thuyền bán đồ ăn phục vụ khách nghe ca Huế. Đây sẽ là một khu chợ nổi về đêm trên sông Hương gắn với âm nhạc cung đình và âm nhạc dân gian Huế. Trong Festival lần này, ẩm thực chay được giới thiệu song song với ẩm thực mặn, càng làm nổi bật lên sự độc đáo và giá trị của một vùng đất kinh đô của phật giáo, cũng như những kiệt tác nghệ thuật ẩm thực chay đặc sắc của miền đất sông Hương núi Ngự.

3.1.4. Đánh giá thực trạng khai thác ẩm thực chay tại Huế

Ẩm thực chay ngày nay đã và đang được nhiều người ưa chuộng trên thế giới nói chung và ở Việt Nam nói riêng. Ở hầu hết các thành phố, thị xã đều có các quán ăn chay và ở Huế cũng thế, thực khách có thể dễ dàng tìm thấy những quán ăn chay ngon trên các con đường của chốn cố đô. Ở các quán cơm chay không chỉ có cơm mà còn có cả bún, phở... những thức ăn này xét cho cùng đều được chế biến từ các loại rau, củ... các nguyên liệu có nguồn gốc từ thực vật.

Trong các nhà hàng có những món ăn thường có tên của những món mặn như: cơm tôm - đùi gà, bún nem nướng, gà quay... Dường như nguyên nhân ban đầu của thực tế này là việc gọi tên các món chay có những khó khăn nhất định. Lý do đơn giản là đa số các món ăn đều chế biến từ tàu hủ, cứ tên gọi nào cũng có danh từ “tàu hủ” thì bảng thực đơn quá đơn điệu. Thực tế đòi hỏi các “vua bếp” chay phải vay mượn tên gọi trong bảng thực đơn mặn. Trong chừng mực nào đó, đây là biểu hiện của tính chất nhập thế của Phật giáo về mặt ẩm thực. Hơn nữa một phật tử, một nhà sư mà tâm của họ đã đạt đến cảnh giới cao thì những tên gọi của sự vật, hiện tượng đều không quan trọng.

Các quán ăn chay có nước giải khát nhưng không có rượu bia. Theo ngũ giới của Phật giáo thì uống rượu là điều cấm kỵ. Thực tế hơn quán ăn không có rượu sẽ tránh cho chủ quán những phiền toái khi phục vụ một số thực khách ưa dùng chất kích thích; cũng chính không gian ẩm thực này sẽ tác động ít nhiều đến cách giao tiếp của cả người mua và người bán. Trong quán ăn, người phục vụ ở đây thường không cố ý nói những lời mượng mà như các tiếp viên nhà hàng

mà là những lời chân thật hòa ái. Đáp lại thực khách cũng thường nói năng nhẹ nhàng, không có thái độ “ông chủ” hoặc “thượng đế”. Trong một không khí như vậy hương vị món chay sẽ đậm đà hơn, bữa cơm chay sẽ tạo cho thực khách một cảm giác bình an, một thái độ hướng thiện, gạt sang một bên nỗi ám ảnh bị người đời chèn ép.

Các quán cơm chay thường đông thực khách vào những ngày 14,15, 29,30 và mùng 1 âm lịch hàng tháng, đặc biệt là mùa đại lễ vu lan báo hiếu (tháng 7 âm lịch). Tuy vậy những ngày khác trong tháng các quán này vẫn thường có một lượng khách đáng kể, không thua kém các quán ăn “mặn”. Nhất là các ngày cuối tuần, ngày cán bộ công chức và học sinh, sinh viên được nghỉ, số người đi ăn cơm chay tăng lên rõ rệt. Có thể chia thực khách cơm chay ra các nhóm sau:

* Nhóm thứ nhất là những phật tử (hoặc tín đồ thuộc tôn giáo chịu ảnh hưởng phật giáo). Đây là những người ăn chay theo quan niệm “tránh sát sinh” (hoặc chí ít cũng hạn chế việc sát sinh, nhắc nhở ý thức tránh sát sinh), hạn chế sự phát dục của cơ thể.

* Nhóm thứ hai, là những người thu nhập thấp. Cơm chay Bò Đề quán là quán cơm bình dân trong tương quan so sánh với các món “mặn” khác. Người lao động có thu nhập thấp, ăn cơm chay để tiết kiệm chi phí sinh hoạt.

* Nhóm thứ ba là những người ăn chay nhằm mục đích điều trị bệnh, để giảm cholesterol trong máu, trị bệnh tiểu đường, tim mạch, huyết áp cao và nhiều loại bệnh khác

* Nhóm thứ tư là những người muốn thay đổi khẩu vị. Sau cả tuần ăn thịt cá, nay được thưởng thức những món “hương vị lạ” hoặc “hương xưa”, thực khách có cảm giác ngon miệng hơn. Một bữa cơm chay đối với nhóm này nhiều khi tốn kém hơn một buổi cơm thường, bởi vì người ta gọi thêm nhiều món hoặc “đúp” cho “đã thèm”.

Tóm lại, các quán chay hiện nay đã, đang tăng trưởng và phát triển rất nhanh. Thực tế cho thấy nhu cầu đến với ẩm thực chay ngày càng tăng nhất là vào các ngày rằm, mùng một, điển hình nhất là mùa lễ vu lan báo hiếu. Tuy nhiên, hầu hết các nhà hàng chay này đều chú trọng đến đối tượng khách là

người dân thành phố Huế, chưa thực sự quan tâm đầu tư, quảng bá để thu hút thêm lượng khách du lịch đến Huế, cả trong nước và quốc tế, cũng như chưa chú trọng khai thác trong những dịp diễn ra các lễ hội tại các ngôi chùa Phật giáo...

3.2. Một số giải pháp nâng cao hiệu quả kinh doanh

Mọi người chúng ta đều biết rằng, ăn uống là một nhu cầu tất yếu trong đời sống. Nhu cầu này có đảm bảo được thì việc nghiên cứu khoa học, sáng tác văn chương, nghiên cứu tâm lý đời sống con người mới thực hiện tốt được. Nhưng ngày nay có một số người quan niệm chưa thật đúng về bản chất của ăn uống nhất là về ẩm thực chay mặc dù món chay đã có từ lâu đời. Nhiều người cho rằng các món ăn chay sẽ không cung cấp đầy đủ chất dinh dưỡng và lượng calo cần thiết để con người sống và làm việc. Đây quả là một nhận định chủ quan vì nếu có một chế độ ăn chay hợp lý thì chất dinh dưỡng cung cấp cho cơ thể vẫn đảm bảo như chế độ ăn mặn. Một cuộc cách mạng về dinh dưỡng nghiên cứu cho thấy, món ăn chay có tác dụng rất tốt không những cho người bình thường mà còn làm giảm lượng cholesterol cho những người bệnh huyết áp cao, xơ vữa động mạch, đái đường, béo phì, bệnh về đường tiêu hóa,... và đặc biệt nó có một chế độ rất hữu ích đối với những người ăn kiêng, hay đối với các siêu người mẫu.

Quả thật như vậy, vì những món ăn chay chỉ dùng thực phẩm và thực vật để nấu thành món ăn, món chay tuy không dùng các chất đạm, chất béo của động vật nhưng được thay thế bằng chất đạm, chất béo của thực vật. Hơn thế nữa ở nhiều nước trên thế giới hiện có dịch cúm gà, bò lở mồm, lợn long móng, những căn bệnh này lây lan rất nhanh và có nguy cơ ảnh hưởng đến sức khỏe con người. Do đó nên ăn các món chay để thưởng thức trong mỗi tuần, kết hợp với việc rèn luyện thân thể đảm bảo sức khỏe và có một thân hình gọn gàng duyên dáng nhờ các chất đạm thực vật.

Ẩm thực chay có một tác động tích cực trong đời sống, một mặt cung cấp đầy đủ dưỡng chất cho con người, mặt khác giúp cho tinh thần con người cân bằng hơn vì quan niệm của Phật giáo cho rằng con người và động vật đều khao khát có được sự sống. Do đó nếu vì món ăn ngon của ta, vì bản thân ta mà làm cho người khác, con vật khác phải đau khổ thì ta đã đánh mất lòng từ bi của con

người. Do đó, nếu không làm việc ác, có lòng từ bi thì tinh thần lý trí ta sẽ trong sáng, minh mẫn hơn và trí tuệ hơn. Khi đó mọi tâm bệnh sẽ xóa tan hết và con người sẽ sống vui vẻ, hạnh phúc hơn.

Khi nhận định những nét độc đáo trong ẩm thực chay, các nhà hàng chay cần phải có những chiến lược phù hợp để phát triển món ăn chay và nhằm để nâng cao hơn nữa hiệu quả kinh doanh của mình.

3.2.1. Chiến lược phát huy bản sắc của món ăn chay

Trong đời sống con người, ăn chay có tác động rất tích cực nhưng chúng ta cần phải quan tâm đến nghệ thuật trong cách chế biến món ăn, trong cách trang trí những món ăn sao cho đẹp mắt, trong cách thưởng thức món ăn, phong cách ăn để có cách cư xử hợp lý. Tất cả các khía cạnh đó phải được xem xét một cách thận trọng, có những nhận định thẳng thắn, và có các giải pháp thích hợp nhất là các giới chức trách trong ngành du lịch, các nhà hàng, các quán ăn, cơ sở ăn uống. Chính sự nhận định một cách khách quan trung thực này có thể thúc đẩy, phát huy nét đẹp độc đáo của ẩm thực chay theo hướng lạc quan hơn trong tương lai.

Nghệ thuật trong cách chế biến món ăn là rất quan trọng, nó hình thành nên bản sắc ẩm thực chay của Việt Nam. Ở mỗi nơi có cách chế biến khác nhau, chỉ cần gia giảm nguyên vật liệu, gia vị sẽ tạo nên những nét đẹp thuần túy cho quốc gia địa phương nơi hình thành món ăn chay đó. Bên cạnh đó cũng cần phải giữ gìn và phát huy các món ăn chay từ dân dã cho tới thượng lưu để kịp thời giới thiệu cho thực khách và đáp ứng nhu cầu ăn uống của con người.

Để phát huy tốt tác dụng của ẩm thực chay thì cần phải quan tâm nhiều đến các nguyên vật liệu, gia vị chế biến món ăn. Nhưng trong tình hình ngày nay, hầu như chưa có một nguyên vật liệu chay nào ghi rõ hàm lượng dinh dưỡng là bao nhiêu, cũng như là có nhiều nguyên vật liệu, gia vị chưa được kiểm nghiệm một cách nghiêm ngặt, hay có một số mặt hàng được bày bán trên thị trường mà không qua giấy phép kinh doanh, hoặc là có nhiều quán ăn mọc lên một cách tự phát..., chính những điều này sẽ ảnh hưởng ít nhiều đến sức khỏe của con người và không thể chấp nhận được trong xã hội ngày nay. Do đó,

để ngăn ngừa bệnh tật và phát huy bản sắc món ăn, để đáp ứng được xu hướng chung của cộng đồng thì nên cần phải lưu ý đến các vấn đề sau:

* Như chúng ta đã biết trong ẩm thực, nguyên vật liệu để chế biến món ăn rất đa dạng và xuất xứ ở khắp mọi nơi, và điều này có thể ảnh hưởng đến món ăn nếu không được kiểm tra một cách chặt chẽ, do đó đòi hỏi các cơ sở chế biến nguyên vật liệu, gia vị phải đảm bảo vệ sinh an toàn thực phẩm. Điều này đòi hỏi sự quan tâm nhiều của chính quyền địa phương và các giới chức trách có thẩm quyền.

* Để món ăn chay ngày càng được nhiều người yêu chuộng và ẩm thực chay ngày càng đa dạng hơn thì đòi hỏi các chuyên gia, các nghệ nhân, các nhà nghiên cứu, các nhà quản trị phải có chương trình hợp tác chặt chẽ với nhau để đưa ra phương pháp chế biến món ăn, kế hoạch kinh doanh ăn uống sao cho có hiệu quả.

* Nên lập bảo tàng ẩm thực Huế: Ngoài việc trực tiếp thưởng thức các món ăn thức uống, du khách còn có nhu cầu tìm hiểu về lịch sử của món ăn, về các nguồn nguyên liệu và những tinh hoa trong nghệ thuật chế biến, bày biện và thưởng thức món ăn đó. Do vậy, một bảo tàng ẩm thực là nơi thích hợp nhất để du khách tìm đến nhằm thỏa mãn nhu cầu tìm hiểu và khám phá nền văn hóa ẩm thực của diêm đến.

* Xu hướng hiện nay du khách rất thích tìm hiểu những nét văn hóa truyền thống trong ẩm thực nhưng họ thường không biết nơi bán vì các quán nằm rải rác khắp nơi rất bất tiện. Do đó cần xây dựng bổ sung với quy mô lớn các khu văn hóa ẩm thực bao gồm cả món ăn mặn và món ăn chay. Điều này giúp cho nhà quản lý thuận lợi hơn trong việc kiểm tra vệ sinh môi trường, vệ sinh an toàn thực phẩm, kiểm tra và phát hiện kịp thời các món ăn không đảm bảo chất lượng để tạo sự an tâm và lòng tin cho du khách khi đến thưởng thức.

3.2.2. Chiến lược đa dạng hóa sản phẩm ẩm thực chay

Văn hóa ẩm thực chay của ta mặc dù được du nhập từ Ấn Độ và Trung Quốc sang nhưng vẫn có nét đặc trưng riêng của nó. Hơn nữa, để phù hợp với sự phát triển và nhu cầu của thời đại cũng như quá trình giao lưu tiếp biến văn hóa Đông - Tây, ngày nay người ta kinh doanh ẩm thực chay giống như các đồ ăn

mặn và hoàn toàn có thể khai thác theo nhiều loại hình sản phẩm như: Buffet chay, Alacarte chay, set menu chay.

Ở Huế nói riêng và cả nước nói chung có rất nhiều nhà hàng, quán ăn kinh doanh và phục vụ những món ăn chay cho du khách. Loại hình Buffet chay với hàng chục món ăn, có những tên gọi rất đặc sắc, được trang trí hấp dẫn và kích thích khẩu vị, được tổ chức ở nhà hàng phục vụ thực khách vào các ngày lễ rằm, mừng một. Loại hình Alacarte chay với thực đơn có rất nhiều món, tên gọi vô cùng thú vị rất thích hợp cho những thực khách chọn món. Hình thức này hiện có ở các nhà hàng, quán ăn chay, cũng cần khuyến khích và phát triển hình thức này ở các toa xe lửa, trên máy bay... Hình thức Set menu chay ngày nay cũng đang được hình thành như món ăn mặn. Nó cũng được “hiện diện” trong các dịp lễ, trong tiệc cưới... Thực đơn của Set menu chay với tên gọi của các món chay từ món khai vị đến món tráng miệng, cộng với việc trang trí món ăn trong thực đơn sẽ rất hấp dẫn và lôi cuốn khách trong bữa tiệc.

Có thể nói cũng là một thứ nguyên liệu, nhưng với trình độ kỹ thuật điều luyện, sự đa dạng hóa cách chế biến của người đầu bếp đã tạo cho món ăn có sự biến hóa linh động, phù hợp với đặc điểm của từng thực khách và tính chất của buổi tiệc. Cũng chính sự biến đổi đó đã làm “lạ khẩu vị” đối với người ăn, tạo thêm sự hiếu kỳ, thích thú nơi họ khi thưởng thức mùi vị đặc trưng riêng của từng món ăn.

Trước đây, có nhiều quan điểm cho rằng ăn và nấu thế nào cũng được cả, do đó trong buổi ăn chay hầu như chỉ ăn cơm với tương, chao, dưa leo, rau luộc... ăn một cách rất đơn điệu thì nay đã được đa dạng hóa hơn. Cùng một nguyên liệu nhưng có thể tạo ra hàng trăm món khác nhau với tên gọi vô cùng đặc sắc và thú vị, điều đó đã nói lên phần nào tính đa dạng phong phú của ẩm thực chay.

Không những chỉ có những món ăn mặn mới có tên gọi như cơm đùi gà, phở bò, cơm chiên, nem nướng, thịt quay... mà ngày nay trong ẩm thực chay vẫn có những món ăn với tên gọi như vậy và mùi vị của nó cũng không thua kém gì món ăn mặn, đồng thời vẫn đảm bảo cung cấp lượng calo và giúp ngăn

ngừa những chứng bệnh nhồi máu cơ tim, tai biến mạch máu não, giảm cholesterol trong máu.

Trong mỗi món ăn, với đặc điểm, tên gọi của từng món ăn và tính chất của buổi tiệc phần nào có ý nghĩa quan trọng trong việc phục vụ thực khách. Đồng thời cũng là mục tiêu đối tượng để ta có thể định hướng phục vụ kinh doanh ăn uống cho phù hợp và đạt được hiệu quả cao. Chẳng hạn như món ăn chay được làm ra để cúng vào các dịp lễ hội trong các đình, chùa thì ta không nên làm những món “giả mặn” để dâng cúng đức phật nghĩa là không được nấu món ăn chay là giả món ăn mặn, lấy tên của các món ăn mặn đặt cho các món ăn chay vì đạo Phật nghiêm cấm các hình thức này. Riêng đối với người phương Tây, các siêu sao, những thực khách đến dự các bữa tiệc trong nhà hàng, đến dùng tiệc buffet, tiệc cưới... thì cần phải chú ý nhiều đến cách trang trí sao cho bắt mắt và tên gọi các món ăn sao cho kích thích khẩu vị. Vì nếu món nào cũng chỉ dùng tên vật liệu để gọi thì chỉ có là nấm xào rau, rau luộc, thịt kho... rất ít món lôi cuốn khách hàng. Tuy nhiên chúng ta có thể thay đổi thói quen, tên gọi bằng sự nỗ lực, bằng sự định hướng. Ở đây định hướng về tên gọi món chay là một trong những vấn đề trọng tâm mà bộ phận văn hóa ẩm thực nói chung và ẩm thực chay nói riêng cần phải chú ý. Ngoài việc mượn tên của các món ăn mặn ta cần vận dụng thêm các thành ngữ, điển tích song phải gắn gũi với cuộc sống và phải dễ hiểu, mang ý nghĩa nhân văn cao cả thì sẽ dễ dàng gây sự chú ý cũng như tạo ấn tượng mạnh mẽ với thực khách. Điều quan trọng là với tên gọi như thế nào thì cũng cần phải đảm bảo chất dinh dưỡng và an toàn thực phẩm. Đây cũng là định hướng nhằm khai thác và đa dạng hóa loại hình sản phẩm nhằm đóng góp và bồi đắp thêm cho nền văn hóa ẩm thực chay của cộng đồng.

Trong chiến lược đa dạng hóa loại hình sản phẩm cũng nên chú ý đến nét đặc sắc văn hóa dân tộc, phong tục, tập quán, tín ngưỡng của mỗi dân tộc, mỗi địa phương, mỗi vùng... để chế biến cho thích hợp với nét độc đáo cả về chất lượng và cách bày trí theo một phong cách riêng của ẩm thực chay. Bên cạnh đó cũng cần có những chủ đề riêng biệt cho ẩm thực chay như:

* Những món ăn chay của tết Nguyên Tiêu (15/1)

- * Những món ăn chay của lễ Phật đản (15/4)
- * Những món ăn chay của lễ Vu Lan(15/7)
- * Những món ăn chay phòng và chữa bệnh
- * Ẩm thực dinh dưỡng của những món ăn chay

....

Để việc đa dạng hóa ẩm thực chay được phát huy một cách có hữu hiệu thì cũng cần có chính sách liên kết với các hãng hàng không, các công ty đường sắt, đường thủy, đường bộ... để hình thành thực đơn chay phục vụ ăn uống cho khách trong và ngoài nước. Đồng thời cũng cần có và duy trì những chính sách quảng cáo hợp lý và có những nhân viên giới thiệu cho du khách về nét đặc trưng cũng như là dinh dưỡng, lợi ích từ những món ăn chay.

Ngoài ra, cần phải lưu ý là việc đa dạng hóa sản phẩm ẩm thực phải đi đôi với việc đảm bảo vệ sinh an toàn thực phẩm, bảo vệ môi trường sinh thái, tránh sự tàn phá, gây ô nhiễm môi trường và sản phẩm làm ra phải đảm bảo chất lượng, tránh gây nguy hiểm cho thực khách.

3.2.3. Chiến lược nâng cao chất lượng phục vụ

Sản phẩm ẩm thực không chỉ là cách trang trí, chất lượng của món ăn mà trong thời đại ngày nay còn phải chú ý đến chất lượng phục vụ. Chất lượng phục vụ trong ngành du lịch nói chung và trong ẩm thực nói riêng là một trong những yếu tố cực kỳ quan trọng trong cuộc chiến cạnh tranh trên thị trường dịch vụ khách sạn để thu hút nguồn khách đến tiêu thụ các dịch vụ hàng hóa. Ngày nay, các khách sạn không ngừng tìm mọi biện pháp để nâng sức cạnh tranh trên thương trường thông qua việc hoàn thiện và nâng cao chất lượng phục vụ, đồng thời không ngừng nâng cao danh tiếng và uy tín cơ sở.

Trong những năm cuối thế kỷ XX, nhu cầu đòi hỏi của khách du lịch ngày càng cao hơn về chất lượng các loại hàng hóa, dịch vụ. Cách thức phục vụ đòi hỏi trình độ văn minh hơn trong các nhà hàng du lịch. Từng cơ sở phục vụ du khách đều có chung một suy nghĩ phải đáp ứng đến mức cao nhất những nhu cầu của du khách. Phương châm hoạt động của nhà hàng là khách hàng sẽ nhận được những món ăn hợp khẩu vị do sự kết hợp giữa kỹ thuật truyền thống và công nghệ hiện

đại, tạo điều kiện cho khách thưởng thức những dịch vụ văn hóa đặc sắc, đậm đà tính dân tộc nhưng trong trạng thái tinh thần và hoàn cảnh tương tự như điều kiện sống ở quê hương, đất nước họ; đảm bảo cho du khách được phục vụ một cách thoải mái trong thời gian nghỉ ngơi và tham quan du lịch.

Đối tượng phục vụ của ngành du lịch và khách sạn là con người với những dân tộc, tuổi tác, nghề nghiệp, giới tính, sở thích, thói quen tiêu dùng, phong tục tập quán khác nhau. Mặt khác, nhu cầu về du lịch của con người là nhu cầu có thể dễ dàng bị thay thế bởi các nhu cầu khác nếu không được phục vụ tốt. Trong thực tế, phục vụ khách là công việc rất phức tạp. Đó là một quá trình chuẩn bị, tổ chức, sắp xếp và tạo ra sản phẩm hoặc dịch vụ để khách tiêu thụ một cách thuận tiện, dễ dàng, nhanh chóng, đồng thời gây được ấn tượng tốt nhất trong tâm trí họ.

Trong hoạt động du lịch, con người là yếu tố không thể thay thế được, chất lượng con người sẽ quyết định lớn đến chất lượng dịch vụ. Yếu tố ảnh hưởng đến chất lượng con người là trình độ chuyên môn, nghiệp vụ, trình độ ngoại ngữ giao tiếp. Do đó các nhà hàng quán ăn cần phải thường xuyên huấn luyện nhân viên, nâng cao tay nghề và khuyến khích tạo cơ hội cho nhân viên học thêm ngoại ngữ như: Anh, Hoa, Nhật, Hàn,...

Trong quá trình kinh doanh ẩm thực cần phải sử dụng thực đơn mô tả để cho khách biết được thành phần, nguyên liệu chính yếu, cách thức chế biến món ăn. Ngoài ra cách thức chế biến món ăn, cách trang trí trình bày món ăn phải được trang trí sao cho hấp dẫn, bắt mắt, thu hút sự chú ý của khách ngay từ đầu. Bên cạnh đó, tên gọi sao cho phù hợp với tính chất mỗi bữa tiệc và thành phần khách.

Các nhà hàng, quán ăn nên kết hợp hoạt động ăn uống với âm nhạc. Vì âm nhạc là ngôn ngữ biểu lộ tình cảm, là tiếng nói của con người nên âm nhạc luôn hiện hữu sâu thẳm trong tâm hồn mỗi người. Chính những điệu nhạc đã góp phần làm cho cuộc sống thêm ý nghĩa. Do đó không có gì thú vị hơn khi khách đến ăn những món ăn trong khung cảnh trang trí hài hòa lại vừa được thưởng thức điệu nhạc êm dịu. Nói tóm lại, ẩm thực - âm nhạc là một trong những nhu

cầu không thể thiếu trong cuộc sống con người và có mối quan hệ mật thiết với nhau, âm nhạc bổ sung cho ẩm thực và ngược lại.

Trong quá trình kinh doanh cần phải thường xuyên ghi nhận ý kiến của khách qua các phiếu thăm dò đồng thời cần phải quan sát thực tế để đáp ứng nhu cầu của khách và hoàn thiện hơn ẩm thực chay.

Trong vấn đề kinh doanh hiện nay, cần phải đặt chữ “tín” lên hàng đầu, cần phải đáp ứng tốt nhu cầu của khách hàng để khách hàng tuyên truyền với những người khác. Đây là một hình thức quảng cáo truyền miệng, không phải tốn kinh phí nhưng rất hiệu quả.

Ẩm thực chay ngày nay không những phát triển ở các nước Á Đông mà ngày nay còn được ưa chuộng ở các nước phương Tây. Vì chế độ ăn chay cũng đảm bảo sức khỏe như ăn mặn đồng thời còn tránh được các bệnh tật và tăng cường sức dẻo dai cho con người. Chính vì vậy cần phải nghiên cứu kỹ nhu cầu của thực khách trong và ngoài nước để từ đó có cách chế biến cho phù hợp hơn, làm hài lòng hơn đối với thực khách.

Ngoài ra, các nhà hàng quán ăn cũng cần chú ý đến công tác quảng cáo về các hoạt động ẩm thực, nên chăng cũng cần phải thiết kế trang Web có kèm theo hình ảnh minh họa giới thiệu các món chay để khơi dậy những nhu cầu tiềm ẩn của khách.

Một điều quan trọng quyết định đến kết quả kinh doanh ẩm thực đó là vệ sinh an toàn thực phẩm. Do đó cần phải quan tâm nhiều đến chất lượng món ăn và an toàn thực phẩm để thực khách an tâm thưởng thức đồng thời cũng giúp cho việc phát triển hơn văn hóa ẩm thực chay của nước nhà.

3.3. Khai thác ẩm thực chay trong du lịch

Du lịch được coi là ngành công nghiệp không khói, đóng góp to lớn vào ngân sách quốc gia, trong đó loại hình du lịch ẩm thực nói chung và ẩm thực chay nói riêng cũng góp phần làm tăng nguồn thu rất lớn cho du lịch nước nhà. Nhưng vấn đề còn thiếu sót hiện nay là các chương trình du lịch chuyên đề ẩm thực chay còn chưa có và để thực hiện được điều này không đơn giản vì có rất nhiều nguyên nhân khác nhau. Mặc dù có nhiều tiềm năng, nhưng để biến những

tiềm năng du lịch đó thành lợi thế cạnh tranh, thành phố Huế cần có những chính sách khai thác và phát triển, đồng thời cần xác định rõ những lợi thế của mình cũng như những khó khăn vướng mắc mà ngành du lịch của thành phố đang gặp phải.

Du khách đến với Huế hiện nay chủ yếu để đi khám phá Kinh thành cổ, chùa Thiên Mụ, lăng Tự Đức, lăng Minh Mạng, lăng Khải Định, hoặc họ cũng có thể đi biển Lăng Cô, biển Thuận An hay ngắm cảnh sông Hương... Nhìn chung, những nơi này chỉ bán những món ăn mặn đặc trưng của Huế. Du lịch trong thành phố - city tour còn chưa phát triển, trong khi đó những người làm du lịch còn chưa thực sự chú trọng đến việc đưa món ăn chay vào trong du lịch, tạo ra sự mới lạ cho du lịch thành phố.

Do vậy người viết mạnh dạn đưa ra đây một số giải pháp để nâng cao hiệu quả khai thác văn hóa ẩm thực chay, nhằm phục vụ cho hoạt động du lịch của thành phố Huế.

3.3.1. Xây dựng mô hình tuyến phố ẩm thực chay

Cùng với nhu cầu đi du lịch và thưởng thức, xu hướng ăn uống hiện nay là kết hợp tính phổ biến và tính đặc trưng thể hiện ở việc một mặt sản xuất đồ ăn thức uống độc đáo, theo những công thức bí truyền tạo thành các món ăn đặc sản, mặt khác sản xuất chế biến đồ ăn uống để phù hợp với nhu cầu ăn uống đảm bảo sức khỏe của mọi đối tượng khách. Với những tiêu chí như trên, có thể nói ẩm thực chay là loại hình có tiềm năng nhất để đáp ứng tối đa và đa dạng nhu cầu cũng như sở thích của mọi đối tượng khách du lịch. Tuy nhiên, để ẩm thực chay thực sự đến được với nhiều người và góp phần vào doanh thu phát triển du lịch của Thừa Thiên - Huế, việc nghiên cứu xây dựng một mô hình tuyến phố ẩm thực chay là một việc làm cần thiết.

Ở Huế hiện nay có nhiều tuyến phố tập trung nhiều hàng quán chay, tiêu biểu như Đinh Tiên Hoàng, Hàn Thuyên, Bến Nghé, Chu Văn An, Lê Quý Đôn, Lê Lợi..., nhưng một điều dễ nhận ra là những hàng quán ở đây thường nằm rải rác cách xa nhau, quy mô nhỏ bé, chưa chuyên nghiệp, chưa chú trọng đầu tư cho không gian.

Chính vì vậy để khai thác ẩm thực chay cho hoạt động du lịch một cách hiệu quả và hợp lý, thành phố nên xây dựng những tuyến phố ẩm thực chay. Với mô hình phố ẩm thực chay như vậy sẽ gây được ấn tượng, cảm tình và thuận tiện cho khách du lịch nhằm quảng bá gián tiếp hình ảnh của thành phố Huế thơ mộng với nền văn hóa ẩm thực chay phong phú, đa dạng và giàu truyền thống. Tuy nhiên nếu muốn biến những phố này thành những khu phố ẩm thực, thành phố cần có những chính sách quy hoạch cụ thể đồng thời ban hành những quy định về an toàn thực phẩm, an ninh trật tự, phong cách phục vụ... thì việc khai thác mới mang lại hiệu quả cao nhất.

Ưu điểm của mô hình này là có thể phục vụ một lượng khách đông, tạo được ấn tượng và sự thích thú với du khách. Du khách có thể dễ dàng tìm kiếm được món ăn chay phục vụ nhu cầu của mình, hơn nữa là một thuận lợi cho việc quảng bá món ăn đến mọi đối tượng. Tuy nhiên sẽ xảy ra tình trạng tranh giành khách hay tình trạng quá đông hay quá vắng khách giữa các quán đều kinh doanh một mặt hàng như vậy nên đòi hỏi mỗi quán cần luôn tìm cách đổi mới, nâng cao cạnh tranh bằng chất lượng và thái độ phục vụ; đồng thời cũng cần sự đầu tư về không gian quán và cách bài trí, kiến trúc, tạo ấn tượng khác biệt cho khách khi đến thưởng thức.

Trước mắt nếu như việc qui hoạch xây dựng một tuyến phố ẩm thực chay chưa thể thực hiện được, thành phố Huế vẫn có thể xây dựng một ***mô hình phố ẩm thực chay đêm vào những dịp diễn ra Festival Huế***. Phố đêm được coi như một sản phẩm du lịch mới trên địa bàn thành phố nhằm thu hút khách trước và sau khi tham dự các chương trình nghệ thuật trong Đại Nội. Đây là mô hình thuận lợi cho những du khách mà quỹ thời gian còn hạn chế mà có sở thích và nhu cầu về ẩm thực chay. Du khách vừa có thể tham dự, xem những chương trình đặc sắc của lễ hội vừa được tham quan, thưởng thức món ăn chay phong phú, đa dạng của thành phố. Như vậy mô hình này thu hút được đông đảo người dân và du khách quan tâm đến thì sức tiêu thụ sẽ nhiều, đạt được doanh thu lớn góp phần phát triển loại hình du lịch khác. Tuy nhiên, nếu chủ đầu tư phố đêm không xác định được đầy đủ danh mục ẩm thực chay đưa vào sẽ xảy ra hiện

tượng hàng hóa đơn điệu, không đáp ứng được nhu cầu của người dân và du khách. Đồng thời, nếu xây dựng trên quy mô quá nhỏ, nằm trên trục đường ngắn và mặt đường cũng quá hẹp thì phố đêm Huế khó trụ vững. Vì vậy cần có những điều chỉnh, đầu tư về không gian và sự phong phú của sản phẩm hấp dẫn du khách, nhằm góp phần xây dựng thương hiệu ẩm thực đêm cho Huế.

3.3.2. Khai thác hiệu quả trong các lễ hội tôn giáo và Festival

Nhận thức được giá trị của việc ăn chay và ý nghĩa của việc quảng bá ẩm thực chay đến các phật tử cũng như nhiều đối tượng du khách, văn hóa ẩm thực chay đặc sắc của xứ Huế đã được đem ra giới thiệu tại một số lễ hội Phật giáo và các kỳ Festival trước đây như Đại lễ Phật đản 2009, 2010, Festival “Bếp Việt trong vườn Huế” 2011 và đã thu được những thành công nhất định. Song tiềm năng của ẩm thực chay còn có thể khai thác nhiều hơn thế. Để ẩm thực chay ngày càng đến được với nhiều người hơn, thiết nghĩ không nên tổ chức dàn trải hoặc lặp đi lặp lại một loại lễ hội mà có thể thay đổi linh hoạt theo từng năm. Nói cách khác, mỗi một năm nên chọn một lễ hội đặc trưng về Phật giáo tại Huế để làm đòn bẩy đưa khách đến, đồng thời khắc phục được tính mùa vụ trong du lịch. Chẳng hạn năm nay có thể tổ chức vào dịp đại lễ Phật đản (tháng 4 âm lịch), năm tới tổ chức vào mùa Vu lan báo hiếu (tháng 7 âm) hoặc cũng có thể nghiên cứu lễ hội Quán Thế Âm (ngày 18,19 tháng 6 âm), biến lễ hội này thành một sự kiện văn hóa - tôn giáo lớn của tỉnh và tổ chức thay đổi thường xuyên hàng năm. Thậm chí có thể nghiên cứu một đề án “Festival du lịch tâm linh”, đề ra nội dung, mục đích, thành viên, cách tổ chức để tiến tới có một Festival riêng về Phật giáo 2 năm/lần, tổ chức vào các năm lẻ trong dịp lễ Phật đản (rằm tháng tư).

Tại những lễ hội này, Ban tổ chức cần nghiên cứu để tạo ra những không gian riêng biệt, độc đáo cho việc trình diễn ẩm thực chay. Đó có thể là một khung cảnh không gian hết sức bình dị và duyên quê với những ngôi nhà tranh tinh tế, dễ thương, được trang trí bằng những giàn bầu, giàn mướp cùng các loại cà, ớt, mồng tơi...; đó cũng có thể là không gian của một ngôi chùa cổ kính, một khu vườn thiền hay thậm chí là một gian thiền đường thanh tịnh, trầm mặc, giản dị, đơn sơ... Trong những không gian đó sẽ diễn ra các hoạt động như: giới

thiệu các thực phẩm chay; thuyết giảng cho du khách có cái nhìn đúng đắn về giá trị của việc ăn chay, chế độ ăn uống khoa học, thái độ và phương pháp ăn uống cho sức khỏe và cộng đồng; giới thiệu món ăn chay truyền thống để phổ cập rộng rãi trong quần chúng. Đồng thời không thể thiếu đi phần quan trọng nhất là du khách sẽ được tận mắt chứng kiến các sư cô cùng phật tử chế biến những món chay truyền thống xứ Huế và thưởng thức tại chỗ. Chút duyên quê tạo thêm chút thanh đạm và thiên vị giúp du khách có một cảm giác đầy thành kính để hướng về đạo tâm thanh tịnh, về nẻo chính của phật pháp, và đạt tới sự hòa hợp thăng hoa giữa Đạo và Đời.

Song song với việc khai thác tại các lễ hội riêng của Phật giáo, ẩm thực chay cũng nên được quan tâm quảng bá sâu rộng tại các kỳ Festival được tổ chức 2 năm một lần tại Huế. Một trong những biện pháp khả thi là **Tổ chức hội chợ ẩm thực**, trong đó bên cạnh việc giới thiệu các món mặn, không thể không dành những không gian riêng cho các món chay.

Để tạo ra sức hấp dẫn với du khách thì yếu tố quan trọng không thể thiếu là quảng bá, tiếp thị các món ăn chay đến với du khách. Vì vậy, thông qua hội chợ ẩm thực chay, du khách sẽ có được cái nhìn gần gũi hơn và tổng thể hơn về những món ăn chay xứ Huế. Họ cũng có cơ hội được thưởng thức trực tiếp, tại chỗ, từ đó tiếp tục giới thiệu sâu rộng hơn đến bạn bè và người thân. Sau đây, người viết xin giới thiệu một tour du lịch mà du khách có thể tham dự trong thời gian diễn ra Festival, kết hợp với tìm hiểu và thưởng thức về ẩm thực chay.

Chương trình: FESTIVAL HUẾ 2012 (3ngày/2đêm)

Ngày 1: Tham quan Huế và tham dự chương trình: “Lễ hội áo dài”

Sáng: Xe và hướng dẫn của ABZ Tour đón quý khách Ga Huế. Tiếp tục hành trình tham quan lăng Minh Mạng, Lăng Khải Định, võ Kinh Vạn An, lăng Tự Đức.

Trưa: Ăn trưa buffet 50 món tại nhà hàng chay Loving Hut. Nhận phòng khách sạn, nghỉ ngơi.

Chiều: Du thuyền trên Sông Hương thơ mộng tham quan nhà vườn An Hiên và chùa Thiên Mụ - ngôi chùa cổ nhất, kiến trúc đồ sộ nhất và cũng là ngôi chùa đẹp nhất của xứ Huế.

Tối: Quý khách tham dự chương trình: “Lễ hội áo dài” với chủ đề: “Sen”. Đây là chương trình được chọn làm tâm điểm của Festival Huế 2012.

Ngày 2: Tham dự chương trình: “Lễ tế Nam Giao” và “đêm dạ tiệc Hoàng Cung.

Sáng: Tham dự lễ Tế Nam Giao: Tái hiện một sự kiện quan trọng cầu mong quốc thái dân an dưới triều Nguyễn.

Chiều: Quý khách tham quan Tham quan Đại Nội - Huế với: cửa Ngọ Môn, lầu Ngũ Phụng, điện Thái Hòa, Tử Cấm Thành, Thế Miếu, Hiển Lâm Các... Ăn tối. Nghỉ đêm tại Huế.

Tối: Quý khách tham dự chương trình đêm Dạ tiệc Hoàng Cung - một loại hình dạ tiệc cung đình đặc sắc được thực hiện tại Tử Cấm Thành - Đại Nội - Huế. Tại đây du khách được thưởng thức trực tiếp các món ăn cung đình đặc sản của Huế và mua đồ lưu niệm. Du khách có sở thích ăn chay cũng được dịp tham quan và thưởng thức các món ăn chay phong phú, hấp dẫn.

Ngày 3: Tham gia các chương trình văn nghệ của Festival 2012

Sáng: Tự do tham dự các hoạt động của Festival.

Ăn trưa tại nhà hàng.

Chiều: Quý khách tự do mua sắm tại chợ Đông Ba. Tại đây du khách cũng có thể dễ dàng tìm được các món ăn chay rất ngon không hề thua kém món mặn. Tiễn khách tại sân bay Phú Bài hoặc ga Huế. Chia tay đoàn và kết thúc chương trình.

Như vậy, các món ăn chay cần được chú trọng hơn trong hoạt động du lịch Huế, một nền ẩm thực riêng biệt trên cái nền chung của ẩm thực Huế đang dần hình thành và được quảng bá rộng rãi. Hi vọng vào những hội chợ sau sẽ xuất hiện nhiều món ăn ngon, đậm nét đặc trưng của thành phố Huế từ nguyên liệu, nghệ thuật chế biến, tập quán ăn uống đến nghệ thuật thưởng thức gây được ấn tượng thực sự cho du khách đến tham quan Huế.

3.3.3. Xây dựng các tour du lịch chuyên đề

3.3.3.1. Du lịch hành hương

Với số lượng chùa, Niệm Phật đường lên đến gần 400 ngôi, chiếm 1/3 số lượng chùa của cả nước, đã từ lâu, những ngôi chùa ở Huế đã trở thành địa chỉ hành hương thu hút không chỉ tăng ni, Phật tử, mà còn rất nhiều du khách. Ngoài

những quốc tự như Thiên Mục, Diệu Đé, Tường Vân... là điểm đến của nhiều du khách và khách hành hương trong nước và quốc tế, Huế còn có nhiều ngôi chùa mang giá trị lịch sử cũng như văn hóa đặc sắc như: chùa Huyền Không, Từ Hiếu, Thuyền Tôn, Đông Thuyền, tịnh thất Hoàng Mai... Mỗi ngôi chùa ở Huế không chỉ là một công trình kiến trúc độc đáo hòa quyện giữa con người với cảnh quan thiên nhiên, mà còn là một địa chỉ lịch sử, văn hóa, tâm linh đặc sắc. Nhiều ngôi chùa đã trở thành biểu tượng đặc trưng trong đời sống văn hóa tâm linh Huế.

Chùa Huế là một thực thể sống động và phát triển, chứa đựng những dòng chảy văn hóa đặc sắc nối quá khứ với hiện tại, nối con người với văn hóa tâm linh... Chùa Huế nơi thờ tự linh thiêng luôn rộng mở đối với mọi người, thế nhưng chỉ dừng lại ở việc du lịch thưởng ngoạn cảnh quan, kiến trúc theo kiểu “ăn sẵn” như lâu nay vẫn làm thì quả thật lãng phí vô cùng. Bởi ẩn chứa đằng sau mái ngói thâm u, tường rêu cổ kính của những ngôi chùa ấy là cả một kho tàng văn hóa, lịch sử, tôn giáo đặc sắc của đất và người xứ Huế. Văn cảnh chùa Huế, khách sẽ được thưởng thức những món ăn chay được làm từ chính nguồn rau củ quả trong vườn. Sau bữa ăn sẽ có món tráng miệng như bánh, chè do chính các ni cô hay các thầy tự tay nấu. Sau cùng là ngôi đàm đạo, uống trà và tọa thiền cùng các sư trong chùa.

Một tour hoàn chỉnh bao gồm: văn cảnh, ẩm thực, thiền ở chùa Huế theo nghiên cứu của nhà nghiên cứu Tôn Nữ Khánh Trang như thế sẽ làm cho du khách cảm thấy thoải mái, nhẹ nhàng và thanh tịnh. Hiện tại Công ty Thương mại dịch vụ du lịch đường mòn Đông Dương đã và đang khai thác thành công tour du lịch “Du lịch cầu an” tổ chức đưa khách đến tham quan - đàm đạo - ăn cơm chay tại chùa Đông Thuyền, chùa Bà La Mật... Trong tương lai gần, mô hình này hoàn toàn có thể nhân rộng ra, và sẽ ngày càng có nhiều du khách có cơ hội được thưởng thức ẩm thực chay độc đáo của xứ Huế ngay trong chính không gian thanh tịnh, thiêng liêng của những ngôi chùa Huế.

Ngoài ra, ý tưởng về một tour “Tham quan hoạt động thủ công các ni viện” để tận “mục sở thị” tài năng các ni giới chế biến tương, chao, bánh, ngũ

cốc, làm hương... cũng là một gợi mở để làm hấp dẫn các tour du lịch về Chùa chiền ở Huế. Quan trọng hơn hết khi đến với những tour du lịch này, du khách không chỉ được đắm mình trong dòng lịch sử, văn hóa phật giáo đặc trưng của vùng đất Phú Xuân - Huế, được thưởng thức các món ăn chay mà còn được tận mắt chứng kiến quá trình chế biến ẩm thực chay, thậm chí còn có cơ hội tham gia ít nhiều vào quá trình chế biến và đó hẳn là những trải nghiệm không thể nào quên. Trước mắt, Tuệ Tĩnh đường Liên Hoa (số 4 Lê Quý Đôn), nơi khởi sinh của quán cơm chay dưỡng sinh Liên Hoa chính là một trong những địa chỉ phù hợp nhất với tour du lịch này, ngoài ra có thể mở rộng đến các chùa ni như chùa Hồng Ân, chùa Kiều Đàm, chùa Pháp Hoa...

3.3.3.2. Du lịch thiện nguyện

Phong trào *du lịch thiện nguyện* (volunteer tourism) xuất hiện từ rất sớm trên thế giới và trở thành một trào lưu mạnh mẽ trong giai đoạn hiện nay. Tuy nhiên, khi nói đến hình thức du lịch này đã có không ít quan điểm không đồng nhất về khái niệm. Mc Gehee cho rằng: “Du lịch thiện nguyện là những cá nhân sử dụng thời gian và tiền bạc đi du lịch để giúp đỡ cộng đồng khác đang gặp khó khăn”. Còn Wearing định nghĩa rõ, hơn đó là những cá nhân với nhiều lý do khác nhau, có thể tham gia vào một tổ chức, hay nhóm (xã hội) sử dụng kỳ nghỉ của mình để giúp đỡ một cộng đồng, một nhóm xã hội nào đó cả về mặt vật chất hoặc giảm thiểu những ảnh hưởng của thiên tai gây ra cho cộng đồng đó. Lyons lại phân biệt giữa khái niệm tình nguyện và du lịch thiện nguyện. Ông cho rằng tình nguyện viên là những người tự nguyện trực tiếp hoặc gián tiếp tham gia giúp đỡ những cư dân đang gặp khó khăn trong cộng đồng mình sinh sống và không vụ lợi; thiện nguyện viên được xem là những người đi du lịch thiện nguyện khi họ trực tiếp tham gia công tác thiện nguyện cho một cộng đồng nào đó. [26]

Ở Việt Nam, du lịch thiện nguyện nảy sinh trong quá trình tham gia các hình thức du lịch khác của du khách như: du lịch tham quan, nghỉ dưỡng, khám phá, du lịch tôn giáo... Hình thức thiện nguyện chủ yếu tập trung vào hoạt động cứu tế an sinh, các hoạt động xã hội khác ít phát triển hơn.

Đến với Huế, du khách không chỉ đáp ứng tâm nguyện cúng dường từ thiện mà còn có thể tìm cho mình nhiều hình thức du lịch tâm linh, giải tỏa những căng thẳng trong cuộc sống hiện hữu, cũng như tìm được trong Phật giáo sự bình an trong tương lai. Bằng sự thuyết giảng trực tiếp của các giảng sư, mỗi du khách đều có thể cảm nhận trực tiếp về tâm linh, từ đó dễ phát khởi lòng tin và tinh tấn hành trì giáo lý của Phật pháp để làm lành lánh dữ, tìm được nguồn an lạc, hạnh phúc. Ngoài ra, ở các chùa cũng có thể tổ chức những buổi học ngắn ngày hay các lễ cầu an kết hợp với các hoạt động thiện nguyện khác. Mô hình này bắt đầu hình thành và đang trên đà phát triển ở một số cơ sở như chùa Ba La Mật, chùa Đông Thuyền... các chùa Long Thọ, Diệp Viên cũng có những tiềm năng để phát triển trong tương lai.

Du khách đến Huế có thể kết hợp du lịch và thực hành pháp thí, trong đó có cả việc truyền dạy những kinh nghiệm, nghề nghiệp của mình cho những thân phận thiệt thòi trong xã hội, đem lại hạnh phúc cho người khác chính là niềm hạnh phúc của bản thân. Với những trung tâm dạy nghề từ thiện như chùa Long Thọ, chùa Tây Linh với hơn 200 học viên là những trẻ em khuyết tật, đó là những địa chỉ mà du khách có thể đến để trực tiếp tham gia giảng dạy với rất nhiều nghề như may, thêu, đan, mộc mỹ nghệ... Các làng nghề thủ công cũng là điểm đến quen thuộc của những Phật tử trong thực hành chánh pháp, làm từ thiện giúp đạo, giúp đời. Hơn thế, du khách còn có cơ hội thưởng ngoạn những tinh túy nghệ thuật âm thực già lam trong một không gian thiền viện ở trong chùa, các tịnh xá ở Huế. Đồng thời, qua việc thưởng thức âm thực, du khách còn có thể thực hành thiện nguyện qua việc đóng góp công đức giúp đỡ người nghèo, người có hoàn cảnh khó khăn thông qua các trung tâm từ thiện Phật giáo. “Du lịch thiện nguyện” nhằm chia sẻ với các hoàn cảnh trẻ em nghèo, người già không nơi nương tựa hiện nay tại chùa Đức Sơn, Ưu Đàm đã thu hút được một lượng lớn du khách trong và ngoài nước đến thăm chùa Huế.

Có thể nói, từ nhiều năm nay, hệ thống chùa Huế đã trở thành điểm đến tham quan thưởng ngoạn, nghiên cứu hấp dẫn của đông đảo du khách trong và ngoài nước, là địa chỉ hành hương, thiện nguyện của đông đảo tăng ni Phật tử

trong cả nước. Vấn đề là các cấp ngành chức năng phối hợp với nhà chùa như thế nào trên lĩnh vực du lịch? Đền chùa Huế vẫn giữ được sự linh thiêng nơi thờ tự, đồng thời là địa chỉ du lịch độc đáo hấp dẫn đối với du khách.

3.3.3.3. Tour ẩm thực chay Huế về đêm

Đền Huế không thể không nói đến văn hóa ẩm thực Huế. Món ăn Huế thể hiện đậm nét giá trị văn hóa, lịch sử, phong tục tập quán, nghệ thuật và có hương vị rất riêng, để trở thành một thương hiệu hấp dẫn cho nền văn hóa ẩm thực Việt Nam. Trải qua nhiều thế kỷ tích lũy những yếu tố nhân văn của cả nước, bếp ăn Huế chứa đựng đầy đủ khẩu vị của mọi miền, từ mặn, ngọt, béo, bùi đến chua, chát, đắng, cay. Người Huế thích tất cả các vị, nhưng vị nào rõ vị ấy. Món mặn có vài chục vị ruốc, ngọt thì một chuỗi các loại chè, béo có bún bò, bún giò, đắng có cháo nấm tràm, cay dùng cơm hến. Ngoài ra còn rất nhiều món bánh mang đậm đặc trưng của Huế. Hiện nay, ở Huế đã có một số công ty khai thác tour ẩm thực Huế về đêm, song chủ yếu đó là những món ăn thức uống đã trở thành đặc sản của vùng đất kinh kỳ, hay nói cách khác, hầu hết trong số đó là món mặn. Món chay Huế cũng đa dạng không kém gì món mặn, nhưng lại chưa được chú trọng khai thác, vì vậy trong bài khóa luận này, người viết mạn phép đề xuất ra một chương trình ẩm thực chay Huế về đêm trên cơ sở tham khảo và so sánh với một số tour ẩm thực mặn Huế về đêm đang được khai thác.

Nội dung chương trình “Tour ẩm thực chay Huế về đêm”:

18h00: Xích lô đón quý khách tại khách sạn về tập trung tại đường Lê Lợi.

18h20: Hành trình sẽ đưa quý khách đến nhà hàng Đồng Tâm tọa lạc trên con đường Lê Lợi để thưởng thức những món ăn chay đặc sắc của Huế.

19h15: Xích lô lại tiếp tục đưa quý khách dọc theo các phố cổ Phan Bội Châu, Điện Biên Phủ, Thủy Xuân, cứ vài bước chân du khách sẽ thấy một quán bán món chay. Món chay ở đây bán theo kiểu buffet, có hàng chục món để chọn, giá bình dân. 20h00: Dọc theo con đường Lê Lợi sát dòng Hương thơ mộng hành trình sẽ đưa quý khách đến quán chè với một cái tên rất gần gũi với những con người bình dân của Huế quán chè Hẻm để thưởng thức các món chè của xứ Huế.

20h45: Sau khi thưởng thức chè Huế quý khách sẽ tiếp tục chuyến hành trình

đến đường Hàn Thuyên để thưởng thức các món bánh khoai, nem lụi, bánh nậm, bánh lọc trên đường đi quý khách sẽ được tham quan cầu Trường Tiền và Đại nội Huế về đêm dưới những ánh đèn lung linh, huyền diệu.

Cuối chương trình xích lô sẽ chở quý khách đi dạo trên những con đường thơ mộng để ngắm cảnh Huế về đêm. Quý khách cũng có thể đi mua sắm những đặc sản, quà lưu niệm của Huế dưới sự hướng dẫn của các bác xích lô.

22h00: kết thúc tour, xích lô sẽ đưa quý khách về lại khách sạn.

3.3.4. Kết nối với các tuyến điểm và các loại hình du lịch

Cùng với cảnh quan thiên nhiên đẹp, Huế còn lôi cuốn du khách bởi những giá trị văn hóa đặc sắc khác như thú vui ngồi thuyền thưởng thức những điệu ca, giọng hò sâu lắng, trữ tình của những cô gái Huế dịu dàng trong tà áo dài tím và vành nón trắng che nghiêng. Vùng đất này cũng nổi tiếng với nghệ thuật âm thực, các sản phẩm làng nghề và lễ hội dân gian mang đậm bản sắc dân tộc như lễ hội Cầu Ngư, Điện Hòn Chén, hội đua thuyền sông Hương và đặc biệt là Liên hoan (Festival) Huế tổ chức định kỳ hai năm một lần, hội tụ những nét văn hóa tiêu biểu của Huế, Việt Nam và các nước, thu hút hàng nghìn lượt khách du lịch trong nước và ngoài nước... Những thế mạnh tiềm năng đó đã tạo điều kiện giúp Thừa Thiên Huế phát triển nhiều loại hình du lịch văn hóa chất lượng cao kết hợp du lịch biển, du lịch sinh thái, thể thao mạo hiểm, nghỉ dưỡng...

Dựa trên những tiềm năng to lớn và cũng là điều kiện để có thể phát triển loại hình du lịch âm thực này người viết xin đề ra một số tour du lịch kết hợp khai thác âm thực chay với các tài nguyên du lịch khác của thành phố Huế, nhằm phát huy tối đa tiềm năng của âm thực chay trong phát triển du lịch của cả nước nói chung, của Thừa Thiên - Huế nói riêng.

Chương trình 1: Hà Nội - Huế (4 ngày)

(Giá bán: 1.150.000đ/khách, áp dụng với đoàn khách 10 người trở lên)

Ngày 01: Hà Nội - Huế

22:00 Hướng dẫn viên của Công ty AB travel đón quý khách tại Ga Hà Nội và đưa đoàn đáp chuyến tàu SE3 khởi hành đi Huế, kinh đô cuối cùng của triều đại phong kiến được xây dựng vào đầu thế kỷ 19. Quý khách nghỉ đêm trên tàu.

Ngày 02: Huế

10:29 tàu đến ga Huế. Xe đưa quý khách về khách sạn, nghỉ ngơi. Ăn trưa tại khách sạn. Chiều: Xe đưa đoàn tham quan Kinh Thành Đại Nội có từ 1832 của các triều đại Vua Nguyễn: Thăm Ngọ Môn, Điện Thái Hoà, Tử Cấm Thành, Hồ Tịnh Tâm, Thế Miếu, Hiển Lâm Các, Cửu Đỉnh...

Ăn tối. Tự do tham quan Thành phố Huế về đêm và thưởng thức món ăn chay ở các phố cổ của thành phố Huế như: Phan Bội Châu, Điện Biên Phủ, Thủy Xuân, Phạm Ngũ Lão, Đội Cung, Bà Triệu, Nguyễn Công Trứ...

Ngày 03: Cố Đô Huế (Ăn sáng, trưa, tối)

Ăn sáng, Xe đưa đoàn thăm Chùa Thiên Mụ với ngọn tháp Phước Duyên hình bát giác 7 tầng cao trên 20m, viếng Chùa Từ Hiếu (hoặc Chùa Từ Đàm) lễ Phật cầu Phúc - Lộc - Tài. Ăn trưa tại chùa với các món chay do các sư nấu.

Chiều: Xe đưa quý khách thăm Lăng Vua Tự Đức - nằm giữa một rừng thông bát ngát thơ mộng, Lăng Vua Minh Mạng với 20 công trình kiến trúc lớn nhỏ đặc sắc và Lăng Vua Khải Định - một tòa lâu đài đồ sộ với sự kết hợp hai nền kiến trúc văn hoá Đông - Tây rất tinh xảo.

Tối: Quý khách tự do tham quan phố ẩm thực đêm, được dịp mua sắm và trực tiếp thưởng thức những món ăn chay đặc sắc phong phú tại nơi đây cùng thưởng thức ca Huế trên dòng sông Hương - nét văn hoá đặc sắc của xứ Huế. Nghỉ đêm tại khách sạn.

Ngày 04: Huế - Hà Nội (Ăn sáng)

Ăn sáng, trả phòng khách sạn. Xe đưa quý khách ra Ga Huế đáp chuyến tàu SE6 lúc 09:10.

21:30 tàu về tới Ga Hà Nội. Chia tay quý khách. Kết thúc chương trình.

Chương trình 2: City Tour (1 ngày)

(Giá bán: 230.000đ/khách)

Sáng: (từ 08h00 - 08h45): Xe và hướng dẫn viên Công ty đón khách tại điểm quy định, tham quan lăng Tự Đức, lăng Khải Định, lăng Minh Mạng, làng nón, làng hương.

Ăn trưa tại nhà hàng dưỡng sinh Liên Hoa.

Chiều: Tham quan Kinh thành Huế với: Cửu vị Thần Công, Ngọ Môn, Điện Thái Hoà, Thế Miếu, Cửu Đỉnh, Hiển Lâm Các... Tiếp tục tham quan chùa Thiên Mụ. Từ chùa Thiên Mụ, quý khách sẽ du thuyền trên sông Hương về lại thành phố.

Trả khách tại bến thuyền trung tâm thành phố.

Kết thúc chương trình khoảng 16h30-17h00.

Dù còn khá mới mẻ nhưng trước Huế nhiều thành phố như: Hải Phòng, Hà Nội, thành phố Hồ Chí Minh đã tổ chức thành công trong xây dựng những City tour phát huy những giá trị ẩm thực mang đặc trưng của vùng miền trong hoạt động du lịch, thu hút lượng du khách đông đảo và để lại ấn tượng sâu sắc trong lòng mỗi du khách. Với tiềm năng và thế mạnh sẵn có, người viết tin rằng văn hóa ẩm thực chay Huế hoàn toàn có thể trở thành điểm nhấn trong các tour du lịch, một thương hiệu trong lòng du khách mỗi khi đến với thành phố Huế mộng mơ.

Tiểu kết chương 3

Có thể nói, ẩm thực trong đó có ẩm thực chay có vai trò rất quan trọng trong hoạt động du lịch. Ẩm thực chay là nhu cầu quan trọng đối với nhiều người; Ẩm thực chay cũng góp phần nâng cao kiến thức cho du khách. Ẩm thực chay góp phần mở rộng quan hệ giao lưu trong mỗi hành trình du lịch, đặc biệt là du lịch hành hương, tôn giáo.

Trên cơ sở nghiên cứu lý luận và thực tiễn khai thác văn hóa ẩm thực chay Huế, đề tài đã đưa ra một số giải pháp nhằm khai thác nguồn tài nguyên này trong hoạt động du lịch một cách có hiệu quả nhất. Trong đó việc đưa các tour du lịch ẩm thực chay vào trong danh mục quảng bá của ngành du lịch là một việc làm cần thiết để làm tăng lượng khách đến Huế. Bên cạnh đó cần thực hiện một số biện pháp hỗ trợ như:

- Nâng cao chất lượng kinh doanh ăn uống trong hoạt động du lịch
- Nâng cao phong cách phục vụ của người làm du lịch
- Tuyên truyền, quảng bá các món ăn đến khách du lịch
- Đa dạng hình thức phục vụ ăn uống

- Nâng cao chất lượng vệ sinh an toàn thực phẩm...

Thông qua du lịch người dân Huế thấy được giá trị của truyền thống, giá trị của văn hóa ẩm thực, giá trị của việc giữ gìn nét đặc sắc của mình để từ đó cùng góp phần xây dựng nền văn hóa Việt Nam tiên tiến, đậm đà bản sắc dân tộc.

Tuy nhiên các giải pháp trên chỉ mang tính định hướng, để ẩm thực chay trở thành một sản phẩm độc đáo của ngành du lịch cần phải có sự hỗ trợ của những người làm du lịch, những chuyên gia ẩm thực cùng các cấp ngành có liên quan.

KẾT LUẬN

Ẩm thực chay thật sự đã và đang có những tác động tích cực đến đời sống của con người. Không chỉ mang đến chúng ta những bữa ăn ngon miệng, thanh tịnh, mà trên hết, ẩm thực chay còn đem đến những lợi ích về sức khỏe và tinh thần. Sau quá trình thực hiện đề tài này, người viết thật sự bị thuyết phục bởi những triết lý sâu sắc của ẩm thực chay. Thông qua ẩm thực chay, người viết cảm thấy trở nên gần gũi với thiên nhiên hơn, nuôi dưỡng trong tâm hồn lòng thương yêu bao la đối với loài vật. Đây sẽ là một phương thuốc quý giúp con người vượt qua mọi căn bệnh thể xác lẫn tâm hồn.

Là một địa danh nổi tiếng về văn hóa ẩm thực nên dù Huế có hàng trăm món ăn thì những món ăn chay vẫn có một phong vị riêng gây nhiều ấn tượng cho nhiều khách du lịch cả trong và ngoài nước. Để có những món ăn đó không chỉ đơn thuần đáp ứng nhu cầu tồn tại của con người mà còn là những giá trị tinh thần được xem là một nghệ thuật và một lạc thú ở đời. Từ việc chọn lựa, chế biến đến trang trí và thưởng thức món ăn được người dân Huế thể hiện như là giữa một tác phẩm nghệ thuật và sự hài hòa của những người nội trợ giỏi. Người nội trợ Huế khi thực hiện các món ăn luôn dựa theo tiêu chí: rẻ, ngon, tươi và an toàn thực phẩm, việc nấu ăn là thể hiện trong đó sự đam mê của nghệ thuật. Mỗi món ăn nơi đây đều thể hiện một triết lý riêng của người dân Huế, là nghệ thuật làm cho các thực phẩm chay bình dân hàng ngày trở thành những món ăn nổi tiếng, quyến rũ khách bốn phương. Đó chính là nhờ bàn tay tài hoa của người dân Huế cộng thêm những linh khí của đất trời Huế tạo thành.

Đặc biệt hơn cả, Huế là thành phố du lịch, lượng khách đến Huế ngày càng đông, vì vậy cần giữ gìn và phát huy những giá trị ẩm thực để đáp ứng lại sự mong đợi của khách đến Huế bằng cách xây dựng khu phố ẩm thực nổi tiếng, thực hiện các tuần ẩm thực nhằm tôn vinh giá trị món ăn Huế.

Người viết hy vọng rằng, trong một tương lai gần dù là Phật tử hay không là Phật tử, dù giàu sang hay nghèo khó, chúng ta cũng có thể góp phần vào việc này bằng tình thương yêu của mình đối với môi trường xung quanh qua những hành động mang tính không sát hại chúng sanh, tôn trọng sự sống của muôn loài từ loài người, loài vật, cho đến cỏ cây hoa lá, sẽ có thật nhiều người tìm đến với những món ăn chay để góp phần làm cho thế giới này ngày một xanh tươi./.

TÀI LIỆU THAM KHẢO

I. Sách tham khảo

1. Dương Văn An, *Ô châu cận lục*, NXB Thuận Hóa, 1984.
2. Văn Châu, *Món Ăn Chay Phòng và Chữa Bệnh*, NXB Phụ Nữ, 1996.
3. Ds. Phan Văn Chiêu, *Các Món Ăn Chay Trị Bệnh*, NXB Thuận Hóa, 2001.
4. Nguyễn Đăng Duy, *Phật Giáo Với Văn Hóa Việt Nam*, NXB Hà Nội, 1999
5. GS.BS Bùi Minh Đức, *Văn hóa ẩm thực Huế*, Nxb Văn Hóa - Văn Nghệ, 2011.
6. Lâm Ngũ Đường, *Trung Hoa Đất Nước Con Người*, NXB Văn Hóa Thông Tin, 2001.
7. Lê Văn Hảo, *Huế giữa chúng ta*, NXB Thuận Hóa, 1984.
8. Nguyễn Thị Thu Hiền, *Tri Thức Văn Hoá Trung Quốc*, NXB Hội Nhà Văn, 2000
9. Hoàng Thị Như Huy, *Nghệ thuật ẩm thực Huế*, NXb Thuận Hóa, 2007.
10. Nguyễn Quang Lê, *Văn Hóa Ẩm Thực Trong Lễ Hội Truyền Thống Việt Nam*, NXB Văn Hóa Thông Tin Hà Nội, 2003.
11. Trương Minh Trai , *Tổng quan văn hóa Huế*, NXb Đại học Huế, 2008.
12. Nguyễn Nhã (Chủ biên), *Độc đáo ẩm thực Huế*, NXb Thông tấn, 2011.
13. Thích Phụng Sơn, *Những Nét Văn Hóa Của Đạo Phật*, Viện Nghiên Cứu Phật Học Việt Nam, 1995.
14. *Đại Nam Nhất Thống Chí*, Tập I, NXB Thuận Hóa, 1997.

II. Trang Web

15. www.google.com.vn
16. www.thucphamchay.com.vn
17. www.khamphahue.com.vn
18. www.phattuVietnam.net
19. www.tapchivhntamthuc.com.vn
20. www.dulichvn.org.vn
21. www.hue.vnn.vn
22. www.anchay.com.vn
23. www.dulichhue.com.vn
24. www.yeudulich.vn
25. www.wikipedia.org
26. www.dulichbenvung.vn

PHỤ LỤC

PHỤ LỤC 1: HÌNH ẢNH

1. Hình ảnh một số món ăn chay



Mâm cỗ chay



Cơm sen chay



Bún bò Huế chay



Bánh canh Nam Phổ



Bánh bèo chén chay



Bánh Chợ Cầu chay



Chè hạt sen

2. Một số hình ảnh tại lễ hội ẩm thực chay



Ẩm thực chay mùa Phật đản tại Huế 2010



Ăn thực chay mùa Phật đản tại Huế 2010



Không gian ẩm thực chay Huế tại Festival 2011



Không gian ẩm thực chay Huế tại Festival 2011

PHỤ LỤC 2: DANH SÁCH CÁC NHÀ HÀNG, QUÁN CHAY TẠI HUẾ

1. Quán chay Tịnh Gia Viên - Địa chỉ: 20/3 Lê Thánh Tôn, Huế.

Điện thoại: (84-54) 3522243

2. Quán chay Đồng Tâm - Địa chỉ: 48/7 Lê Lợi, Huế.

Điện thoại: (84-54) 3828403

3. Quán chay Bồ Đề - Địa chỉ: 35/1 Bà Triệu, Huế.

Điện thoại: (84-54) 3823594

4. Quán chay Thiên Phú - Địa chỉ: 26 Nguyễn Huệ, Huế.

Điện thoại: (84-54) 3845112

5. Quán chay Tịnh Tâm (đường Hùng Vương) - Địa chỉ: 32A Hùng Vương, Huế.

Điện thoại: (84-54) 3848620

6. Quán chay Tịnh Tâm (đường Chu Văn An) - Địa chỉ: 4 Chu Văn An, Huế.

Sinh viên: Đỗ Thị Minh Huệ - Lớp VHL401

Điện thoại: (84-54) 3821111

7. Quán chay Tịnh Tâm (đường Tịnh Tâm) - Địa chỉ: 27 Tịnh Tâm, Huế.

Điện thoại: (84-54) 3522805

8. Nhà hàng chay Thiên Phú - Địa chỉ: 25 Phan Bội Châu.

Điện thoại: 0543845112

9. Nhà hàng chay Thiện Tâm - Địa chỉ: 110A Lê Ngô Cát.

Điện thoại: 543 898220

10. Loving Hut Thiên Ý - Địa chỉ: 128 - Đ. An Dương Vương.

Điện thoại: 0543626861

11. Nhà hàng chay Bồ Đề - Địa chỉ: 11 Lê Lợi.

Điện thoại: 0543825959

12. Quán chay Liên Hoa - Địa chỉ: 03 Lê Quý Đôn.

Điện thoại: 0543816884

13. Quán chay Tịnh Gia Viên - Địa chỉ: 20/3 Lê Thánh Tôn, Huế.

Điện thoại: (84-54) 522243

14. Quán chay Đồng Tâm - Địa chỉ: 48/7 Lê Lợi, Huế.

Điện thoại: (84-54) 828403