

MỤC LỤC

MỞ ĐẦU	1
1. Lí do chọn đề tài.	4
2. Mục đích nghiên cứu đề tài	6
3. Đối tượng phạm vi nghiên cứu	6
4. Phương pháp nghiên cứu	6
5. Bố cục	7
CHƯƠNG 1 KHÁI QUÁT CHUNG VỀ ẨM THỰC VIỆT NAM VÀ ẨM THỰC MIỀN BIỂN	8
1.1. Ẩm thực	8
1.1.1 Khái niệm	8
1.1.2 Vai trò của ẩm thực trong đời sống xã hội	11
1.1.2.1 Ẩm thực là cơ sở duy trì, đảm bảo sức khoẻ con người.....	11
1.1.2.2. Ẩm thực - một phần của bản sắc văn hoá dân tộc	13
1.1.2.3. Ẩm thực tạo nên sức hấp dẫn du lịch.....	14
1.2. Ẩm thực Việt Nam	15
1.2.1 Cơ cấu bữa ăn người Việt	15
1.2.2.Những đặc trưng của ẩm thực Việt Nam	20
1.3. Ẩm thực miền biển	26
1.4 Tiểu kết	29
CHƯƠNG 2 VĂN HOÁ ẨM THỰC BIỂN HẠ LONG - QUẢNG NINH QUA MỘT SỐ MÓN ĂN	31
2.1 Khái quát chung về Hạ Long - Quảng Ninh	31
2.1.1 Vị trí địa lí	31
2.1.1.1 Vị trí	31
2.1.1.2 Địa hình.....	32
2.1.2 Khí hậu	32
2.1.3 Thủy văn	33

2.2. Các giá trị	33
2.2.1. Giá trị thẩm mỹ	33
2.2.2. Giá trị địa chất	35
2.2.3. Giá trị sinh học	37
2.3 Đặc điểm môi trường xã hội	39
2.4. Đặc trưng văn hoá ẩm thực biển Hạ Long - Một điển hình của ẩm thực biển Việt Nam	41
2.5. Đặc sản biển Hạ Long - Quảng Ninh	43
2.5.1. Những món ăn phổ biến	43
2.5.1.1. Sứa biển.....	43
2.5.1.2 Sam biển	47
2.5.1.3 Tôm Và các món từ tôm	49
2.5.1.4 Cá biển	52
2.5.1.5 Cua, ghẹ và cù kỳ.....	58
2.5.1.6. Ốc, Sò	63
2.5.1.7 Hà.....	64
2.5.2 Những món ăn cao cấp	65
2.5.2.1. Ngán:	65
2.5.2.2. Tu hài	68
2.5.2.3 Mực:	70
2.5.2.4 Bào ngư	72
2.5.2.5 Hải sâm.	75
2.5.2.6. Sứa sùng	76
2.5.3. Đồ uống	79
2.5.3.1 Uống mắm	79
2.5.3.2. Rượu tiết ngán	79
2.7 Tiểu kết	81

CHƯƠNG 3 MỘT SỐ ĐÁNH GIÁ VÀ GIẢI PHÁP KHAI THÁC ẨM THỰC HẠ LONG PHỤC VỤ PHÁT TRIỂN DU LỊCH	82
3.1 Đánh giá Hiện trạng kinh doanh ẩm thực biển trong hoạt động du lịch tại Hạ Long	82
3.2. Một số đề xuất nhằm khai thác hiệu quả các món ăn miền biển Hạ Long vào phục vụ du lịch	92
<i>3.2.1. Kết hợp các tour du lịch với ẩm thực địa phương</i>	<i>93</i>
<i>3.2.2. Giữ gìn bản sắc văn hoá ẩm thực Hạ Long.....</i>	<i>94</i>
<i>3.2.3 Nâng cao chất lượng kinh doanh ăn uống trong hoạt động kinh doanh du lịch tại Hạ Long.....</i>	<i>96</i>
<i>3.2.4.Nâng cao phong cách phục vụ của người làm du lịch</i>	<i>99</i>
<i>3.2.5. Đa dạng hình thức phục vụ ăn uống</i>	<i>100</i>
<i>3.2.6. Quảng bá tiếp thị món ăn tới khách du lịch</i>	<i>101</i>
<i>3.2.7. Xây dựng các bài thuyết minh, giới thiệu</i>	<i>102</i>
3.3 Tiểu kết.....	102
KẾT LUẬN	104
TÀI LIỆU THAM KHẢO	106

MỞ ĐẦU

1. Lí do chọn đề tài.

Tục ngữ Việt Nam có câu rất dí dỏm “không ăn thì mẹ cũng chết”. Mẹ là loài động vật thiu, do vi sinh vật tạo ra, lấy độ chua để nấu nường . Nó hầu như là đồ bỏ, đồ vô giá trị. Vậy mà mẹ cũng cần ăn, chứ chưa nói đến nhưng sinh vật sống. Như vậy, ăn uống đã được con người xem như một nhu cầu thiết yếu. các cụ ta xưa còn có câu “có thực mới vực được đạo” để nhấn mạnh vai trò của vật chất cụ thể và thiết thực là cái ăn đối với đời sống con người. F.Ăngghen từng nói “ con người nghĩ đến chuyện ăn, ở, mặc trước khi làm văn hoá, chính trị, tôn giáo” (trích điều văn đọc trước mộ Các Mác 17-3-1883). Câu nói nổi tiếng của Ăngghen đã khái quát phép biện chứng của học thuyết Các Mác, khẳng định vật chất quyết định ý thức trong đó có cái ăn - nhu cầu trước hết cho cuộc sống được đưa lên hàng đầu. Song ngày nay, không chỉ dừng lại ở việc thoả mãn nhu cầu đó mà nó đã trở thành một nét văn hoá -**Văn hoá ẩm thực**

Việc ăn uống tưởng chừng như quá quen thuộc, nó là một đòi hỏi bắt buộc của nhu cầu sinh lý mỗi người. Không những thế ẩm thực còn tạo nên những bản sắc riêng biệt giữa các vùng miền, địa phương, quốc gia, giữa dân tộc này với dân tộc khác, đồng thời cũng là kết tinh của nhiều thế hệ. Văn hoá là động lực của sự phát triển đan xen vào mọi lĩnh vực trong đời sống xã hội trong đó văn hoá ẩm thực là nội dung quan trọng của văn hoá, tạo nên bản lĩnh và bản sắc dân tộc độc đáo.

Đất nước chúng ta với truyền thống văn hoá lâu đời đã tạo dựng cho mình những nét văn hoá đặc sắc, ngoài đặc điểm chung còn có nhưng phong cách ẩm thực mang sắc thái đặc trưng của mỗi vùng đất. Đó là khí hậu thổ nhưỡng, sản vật từ các vùng đất, là những thói quen chế biến, cách thưởng thức khác nhau mà chỉ cần nhắc đến tên món ăn người ta biết bạn ở lãnh thổ,

khu vực nào. Nói như GS.Trần Quốc Vượng “truyền thống ẩm thực là một sự thực văn hoá của các vùng miền Việt Nam” hay như tác giả Đào Ngọc Đệ trên tạp chí văn hoá ẩm thực đã viết “Ẩm thực vừa là văn hoá vật chất vừa là văn hoá tinh thần. Khi ẩm thực đạt tới phạm vi văn hoá, thì nó thể hiện thành một nét cốt cách, phẩm hạnh một con người, một dân tộc”

Ngày nay, khi cuộc sống con người được nâng cao, ẩm thực đã trở thành vấn đề được toàn xã hội quan tâm. Khi cơ chế thị trường mở cửa thông thoáng đã tạo ra nhiều hướng tiếp cận với văn hoá ăn uống đặc biệt là trong lĩnh vực kinh doanh du lịch. Trên mọi miền đất nước, nhất là những thành phố sôi động, những trung tâm du lịch, các nhà kinh doanh đã nắm bắt thị hiếu của của thực khách và khách du lịch trong và ngoài nước muốn thưởng thức những món ăn mới lạ mà họ mới chỉ được nghe mà chưa lần hoặc ít có cơ hội thưởng thức. Do đó với hàng loạt các nhà hàng đặc sản dân tộc được xây dựng lên và chắc hẳn du khách sẽ thích thú khi có nhiều cơ hội hơn để thưởng thức những món ngon vật lạ, đặc sản địa phương

Đã từ lâu rồi khi nói đến ẩm thực Việt Nam, ít khi ẩm thực biển Hạ Long đ- ợc nhắc đến. Ng- ời ta d- ờng nh- đã quen ẩm thực Hà Nội với những nét sang trọng, ẩm thực Huế-cầu kì và tinh xảo vv... Là một vùng đất nổi danh với Vịnh Hạ Long- Di sản thiên nhiên thế giới, Hạ Long đã đ- ợc thiên nhiên ưu đãi nên “ thiên vị” cho núi, vịnh, đảo, rừng cây. Vẻ đẹp của Vịnh Hạ Long là sự hoà quyện rất nên thơ của thiên nhiên đa dạng. Đến với vùng biển đông bắc này, du khách sẽ đ- ợc đắm mình trong sự huyền ảo lung linh của biển Hạ Long ngỡ ngàng như bước vào chốn “bồng lai tiên cảnh”, trải mình dưới ánh nắng vàng và bờ cát mịn là các nhà hàng, khách sạn tráng lệ luôn nhiệt tình đón tiếp du khách. Dắm mình trong làn n- ớc mần mẫn, ngắm hoàng hôn trên biển mà quên đi việc th- ờng thức những món ăn đặc sắc nơi đây là mất đi nửa thú vui trong chuyến du lịch về Hạ Long

Món ăn từ biển Hạ Long không trang trọng nh- món Hà Nội, cũng không đậm đà với vị cay nồng của ớt nh- món ng- ời vùng biển Trung bộ,

càng không cầu kì nh- món Huế, song không có nghĩa là món ăn Hạ Long không có nét riêng. Mà ng- ọc lại, trong quá trình tiếp biến văn hoá, Hạ Long đã chắt lọc và giữ lại trong mình những h- ơng vị ẩm thực đầy cá tính khó có thể lẫn với các vùng đất khác.

Từ những thực tế trên, là một ng- ời con Quảng Ninh- ng- ời viết mạnh dạn thu thập, s- u tập tài liệu về các món ăn đặc tr- ng của biển Hạ Long với hy vọng sẽ đóng góp công sức của mình trong hoạt động du lịch ở Hạ Long phát triển hơn nữa và làm phong phú hơn thực đơn của vùng biển quê h- ơng, em đã lựa chọn đề tài “ *Sức hút của ẩm thực biển với việc phát triển du lịch Hạ Long* ”

2. Mục đích nghiên cứu đề tài

Mục đích đầu tiên là khoá luận muốn đi sâu tìm hiểu nét ẩm thực độ đáo của Hạ Long đ- ợc thể hiện qua các món ăn với cách chế biến và không gian th- ởng thức của ng- ời dân Hạ Long. Thông qua đó quảng bá giới thiệu các giá trị tự nhiên, văn hoá, phong tục tập quán ăn uống của ng- dân vùng biển nơi đây.

Hơn thế khoá luận còn đi sâu vào việc tìm hiểu thực trạng khai thác kinh doanh ẩm thực biển Hạ Long. Trên cơ sở đó, làm rõ tiềm năng phát triển du lịch của Hạ Long về ẩm thực biển và đề xuất các giải hợp lý nhằm khai thác có hiệu quả hơn ẩm thực Hạ Long phục vụ phát triển du lịch.

3. Đối tượng phạm vi nghiên cứu

Do trình độ và thời gian nghiên cứu còn có hạn, mặc dù Hạ Long còn có rất nhiều món ăn ngon nh- ng ng- ời viết chỉ có thể khai thác một số món ăn tiêu biểu của biển Hạ Long có khả năng phục vụ du lịch.

4. Phương pháp nghiên cứu

Khoá luận sử dụng ph- ơng pháp thu thập và xử lí tài liệu. Đây là ph- ơng pháp mà ng- ời viết sử dụng trong khoá luận trên cơ sở thu thập tài liệu từ nhiều nguồn, lĩnh vực khác nhau có liên quan tới đề tài nghiên cứu. Ng- ời viết xử lí, chọn lọc để có những kết luận cần thiết, có đ- ợc cái nhìn khái quát về vấn đề.

Để có cái nhìn hoàn thiện và sâu sắc về các vấn đề thực tế liên quan đến văn hoá ẩm thực Hạ Long người viết còn sử dụng phương pháp điền dã thông qua việc quan sát thực tế để tìm hiểu ở địa bàn nghiên cứu khoá luận.

Ngoài ra khoá luận còn kết hợp với nhiều phương pháp khác như phương pháp thống kê, phân tích, tổng hợp...

5. Bố cục

Ngoài phần mở đầu, phần kết luận, phần tài liệu tham khảo và phần phụ lục khoá luận bao gồm có 3 chương:

Chương 1: khái quát chung về ẩm thực Việt Nam Và ẩm thực miền biển

Chương 2: Văn hóa ẩm thực biển Hạ Long qua một số món ăn

Chương 3: Một số đánh giá và giải pháp khai thác ẩm thực Hạ Long phục vụ phát triển du lịch

CHƯƠNG 1

KHÁI QUÁT CHUNG VỀ ẨM THỰC VIỆT NAM VÀ ẨM THỰC MIỀN BIỂN

1.1. Ẩm thực

1.1.1 Khái niệm

Để duy trì sự sống của mình, ăn là hành vi tất yếu của loài người. Nhưng khác với động vật, ăn không chỉ thoả mãn nhu cầu đó mà còn là một hành vi văn hoá.

Với người Việt Nam trải qua nhiều thế hệ cuộc sông đối mặt với nhiều cam go thử thách kiên trì vật lộn mới giành được sự sống còn, việc ăn uống trước hết phải đảm bảo sự sinh tồn của dân tộc. cái hay cái khéo và cái ngẫu nhiên của ẩm thực đó là sự xuất hiện tự thân của nó trong quá trình tồn tại của con người. Từ cuộc sống ăn lông ở lỗ thịt ăn sống rồi ăn chín bằng việc nướng trực tiếp trên lửa tiếp theo thời gian lịch sử cùng với sự tiến hoá của loài người lại được chế biến thành nhiều món ăn đặc trưng riêng ở các vùng địa phương khác nhau và trở thành nghệ thuật ở mỗi nơi mỗi khác. Đây là nhu cầu thiết yếu nâng cao chất lượng cuộc sống, nguyên tắc cả thế giới chấp nhận “Ăn để mà sống chứ không phải sống để mà ăn” là nguyên tắc thiết thực nhất của người Việt Nam. Bên cạnh đó quan niệm “ăn no mặc ấm” của mình, người Việt còn hướng tới sự lí tưởng của nghệ thuật ẩm thực “ăn ngon mặc đẹp” đòi hỏi chúng ta phải biết chế biến gia giảm và và làm giàu thêm các loại thực phẩm nâng cao chất lượng của các loại thực phẩm, đây sẽ là vấn đề thời gian trình độ tiến hoá của nhiều tầng lớp, nhiều loài người trong xã hội , càng ngày vấn đề càng được mở rộng, biến hoá không ngừng văn hoá ẩm thực dần dần hình thành và khẳng định vị trí của nó trong toàn cảnh nền văn hoá dân tộc.

Như vậy ẩm thực với tính chất thực dụng là sản phẩm thoả mãn nhu cầu đói và khát. Dưới góc độ thẩm mỹ, chúng lại tác phẩm nghệ thuật. Dưới góc độ văn hoá, chúng biểu hiện bản sắc, sắc thái riêng biệt của dân tộc.

Trong một đất nước, mỗi tầng lớp xã hội lại có những món ăn đặc trưng riêng chỉ tầng lớp của mình. Những người giàu thường ăn những món cao lương mỹ vị, những người nghèo quanh năm làm bạn với dưa cà (những món bình dân). Trong món ăn của dân tộc đã tiềm tàng sự phân tầng xã hội. Bên cạnh đó, ở bất cứ dân tộc nào cũng có những món ăn dùng trong những trường hợp khác nhau, với phong cách khác nhau. Món ăn dùng trong ngày lễ hội khác với món ăn ngày thường nhật. Trong cơ cấu, thành phần ăn uống mang nhiều dấu ấn của các luồng giao lưu, văn hoá, tộc người, giữa các dân tộc với nhau, một số món ăn là sản phẩm của sự giao lưu đó. Đồ ăn thức uống của mỗi dân tộc thực sự là sự sáng tạo văn hoá của mỗi dân tộc đó. Ăn uống phản ánh trình độ văn hoá, văn minh của dân tộc, trình độ phát triển sản xuất, trình độ kinh tế của xã hội. Món ăn chứa đựng tiềm tàng sự sinh động và đa dạng về đặc điểm văn hoá, phong tục tập quán, ý thức tín ngưỡng của từng tầng lớp xã hội, từng vùng miền dân cư khác nhau. Với cách nhìn này, ẩm thực của dân tộc chính là “lăng kính đa chiều” phản ánh nhiều quá trình, nhiều hiện tượng xã hội của con người. Muốn tìm hiểu văn hoá của từng đất nước, dân tộc hay vùng miền địa phương khác nhau có lẽ nên bắt đầu bằng chính sự ăn uống mà qua thời gian được nâng lên thành một thứ, người ta gọi là ***Văn hoá ẩm thực***

“Ẩm thực” vốn là từ gốc Hán Việt. “Ẩm” có nghĩa là uống, thực có nghĩa là ăn, ẩm thực nói tóm lại là hoạt động ăn uống. từ ngàn đời xưa dân tộc đã đúc kết nhiều câu thành ngữ, tục ngữ chỉ sự ăn uống và nhấn mạnh đến tầm quan trọng của sự ăn: “Dân dĩ thực vi thiên” (dân lấy ăn làm trời), một số dị bản “dân dĩ thực vi tiên” (dân lấy cái ăn làm đầu); việc ăn uống quan trọng tới mức trời cũng không dám xâm phạm “trời đánh còn tránh miếng ăn”, “có thực mới vực được đạo”, “thực túc binh cường”, “nhất sĩ nhì nông, hết gạo chạy rong, nhất nông nhì sĩ”...Không có ăn việc đạo việc đời, triết lý cao siêu đến đâu cũng là hư vô, không ý nghĩa. Phải đảm bảo lương thực đầy đủ mới có quân hùng tướng mạnh mà đánh thắng quân thù. Kẻ sĩ ngày thường là tầng

lớp cao nhất trong xã hội, nhưng không có ăn thì kẻ sĩ không bằng người chân lấm, tay bùn, hai sương một nắng vón lao đao nhất, lấm than vát và nhất. Không phải ngẫu nhiên trong lời ăn tiếng nói của người Việt thường bắt gặp những chữ có từ ăn ở đầu: ăn uống, ăn ở, ăn mặc, ăn nói, ăn chơi, ăn tiêu, ăn ngủ, ăn nằm, ăn cắp, ăn trộm...Hay một hệ thống những câu tục ngữ dân gian phản ánh tập quán ăn uống, mượn chuyện ăn uống để nói việc đời... “ăn bát cơm dẻo, nhớ nẻo đường đi”, “ăn cá bỏ xương, ăn quả bỏ hạt”, “ăn trông nòi, ngồi trông hướng”, “miếng ăn là miếng nhục”, “lời chào cao hơn mâm cỗ”...(phụ lục). Có thể coi đó chính là nền tảng ban đầu hình thành nên những đặc trưng của **nghệ thuật ẩm thực Việt Nam**, hay nói cách khác có thể coi đó là những kim chỉ nam về văn hoá ẩm thực Việt Nam-Phương Đông.

Cũng xuất phát từ ý tưởng trên mà tác giả Bùi Quốc Châu trong cuốn “ẩm thực dưỡng sinh” đã có những đóng góp tích cực làm rõ hơn lí luận về một nền văn hoá ẩm thực Việt Nam theo đúng nghĩa của nó. Trước hết tác giả cho rằng người Việt Nam ăn uống phải lành và sạch. Đầu tiên, tác giả cho rằng người Việt Nam biết tạo những món ăn ngon có sự cân bằng âm dương, biết lựa chọn nguyên liệu tươi ngon, sạch sẽ để chế biến. Đây là vấn đề cực quan trọng đối với sức khoẻ con người. Người xưa ý thức được việc này nên đã có câu “bệnh tòng nhập khẩu” (bệnh theo miệng mà vào). Đó cũng là một khía cạnh của ăn uống.

Thứ hai, ăn uống là một trong những nhu cầu thường thức của con người. Con người không chỉ biết “ăn no” mà còn biết “ăn ngon” (hay còn gọi là nghệ thuật nêm nấu). Tiếp đó việc ăn uống phải được trình bày đẹp mắt, thanh nhã, ăn uống phải có lễ nghi, hiếu đễ, phải “ăn trông nòi, ngồi trông hướng” nghĩa là phải biết chỗ ngồi của mình ở đâu, phải biết kính trên nhường dưới, đó là lễ nghi. Món ngon vật lạ phải biết dâng cho ông bà, cha mẹ, hay nhường cho anh chị em con cháu trong nhà, đó là hiếu đễ. Cổ nhân đã từng dạy, đối với người nghèo phải biết nhường cơm sẻ áo cho họ, biết quý trọng hạt gạo mà người nông dân một “nắng hai sương” làm ra để cho ta có mà ăn, đó là lòng

nhân. Từ khi sinh ra và lớn lên, người Việt phải “học ăn, học nói, học gói, học mở” là vì thế. Cuối cùng tác giả bàn về sự hoà nhã trong khi ăn của người Việt.

Tóm lại, nền văn hoá ẩm thực Việt Nam là: “sự kế thừa của truyền thống cha ông và tổng hợp phát huy được nhiều kiến thức hiện đại của loài người trong lĩnh vực ăn uống, phối hợp với triết lý cổ nhân Đông Phương, trong đó có Việt Nam” - Bùi Quốc Châu (tác phẩm “ẩm thực dưỡng sinh”)

Để có cái nhìn tổng quát về văn hoá ẩm thực của người Việt, người viết xin được trích dẫn ra những nhận xét, ý kiến của tác giả đã từng dày công nghiên cứu và có những đóng góp to lớn cho nước nhà.

Trước tiên đặt con người trong nền sinh thái tự nhiên rồi trải qua diễn trình lịch sử “con người đã hoá cái văn hoá tự nhiên để thành văn hoá ẩm thực”, Giáo sư Trần Quốc Vượng. Con người sống trong quan hệ chặt chẽ với thiên nhiên do cách thức ứng xử môi trường tự nhiên để duy trì sự sống, sự tồn tại thông qua việc tìm cái ăn, cái uống, từ cách săn bắn, hái lượm trong đó có tự nhiên. Vì thế “ăn uống là văn hoá, chính xác hơn là văn hoá tận dụng môi trường tự nhiên”.

1.1.2 Vai trò của ẩm thực trong đời sống xã hội

1.1.2.1 Ẩm thực là cơ sở duy trì, đảm bảo sức khoẻ con người

Từ việc phân tích khái niệm ẩm thực có thể thấy với cuộc sống của loài người ẩm thực có vai trò cực kì to lớn. Xét trên giá trị thực dụng của mình nó là phương tiện thiết yếu để con người duy trì sự sống, duy trì sự tồn tại của thế hệ, cộng đồng loài người. Do đó, xét rộng ra ẩm thực là điều kiện cần để xã hội loài người tồn tại, và trở thành chủ thể của mọi hoạt động tiếp đó.

Không chỉ là những món ăn dùng hàng ngày hoặc trong các dịp lễ tết với mục đích cung cấp nguồn dinh dưỡng tối thiểu hoặc thưởng thức cái ngon, trong kho tàng những món ăn của mình người Việt còn có các món ăn bổ dưỡng và trị bệnh, đây là những món ăn có mục đích chính nhằm nâng cao hay phục hồi sức khoẻ. Vì khi chế biến, người ta thường kết hợp với một số vị thuốc dân gian hoặc sử dụng nguyên liệu như một thứ thuốc.

Người Việt Nam hay dùng món ăn bổ dưỡng để tâm bổ lúc bị yếu nhất là cho ai mắc chứng bệnh kém ăn cơ thể suy nhược. món ăn thông dụng người ta hay làm hoặc có các quán ăn bán là “gà hầm”. Gà được hầm cách thuỷ 3-4 tiếng với gạo nếp, tam thất, lá ngải cứu. ngoài ra còn có trứng hầm, bồ câu hầm. Với phụ nữ mang thai họ thường ăn món cháo cá chép để dễ đẻ và đứa con sau này sẽ có nước da trắng mịn. Sau khi sinh để có nhiều sữa các sản phụ thường ăn cháo gạo nếp nấu với chân giò heo. Trong thức ăn nhất là thực vật có nhiều loại được người dân sử dụng như vị thuốc để chữa bệnh. Đây cũng là truyền thống của người Việt nói chung. Thống kê trong công trình những cây và vị thuốc Việt Nam của Đỗ Tất Lợi, trong khoảng 1500 cây và vị thuốc, có khoảng 1/10 thuộc loại lương thực và thực phẩm (dẫn theo Ngô Đức Thịnh, 1986). Dựa trên những nguyên lý của Đông Y, có thể nêu một số ví dụ về cách chữa bệnh: chữa cảm sốt bằng ăn cháo hành, tía tô; ăn chè đỗ đen hoặc uống nước sắn dây chữa nhiệt; bị ho - ăn quýt hấp với mật ong; bị thương ở phần mềm - uống nước cua sống. Với các bệnh đường ruột người ta cũng có những bài thuốc chữa trị, như kiết lỵ thì ăn lá mơ lông nấu với trứng gà; bị táo bón - ăn rau canh khoai lang... trẻ con mắc chứng đổ mồ hôi trộm thì cho ăn cháo trai nấu lá dâu non hoặc ăn cơm nếp cẩm; hay đái dầm ăn nhện nướng; bị còi cọc - ăn thịt cóc. những món ăn - bài thuốc này chính là kinh nghiệm dân gian được tích lũy và truyền thụ qua nhiều thế hệ, đến nay vẫn còn giá trị nhất định.

Với những phật tử của đạo phật, 1 trong 5 điều cấm kỵ là cấm sát sinh. Vì vậy những người tu hành chỉ dùng món chay hoặc khách thập phương cũng dùng món ăn này trong ngày hội chùa hoặc ngày rằm, ngày mùng một. Như vậy, để làm các món ăn chay người ta chỉ sử dụng những nguyên liệu thực vật, gồm các loại ngũ cốc, các thứ rau củ trái cây. Trong tác phẩm *những món ăn chay* của tác giả Hoàng Thị Kim Cúc cho rằng Việt Nam có hàng trăm món ăn món ăn này. Song nhà văn hoá Hữu Ngọc lại khẳng định nước ta có khoảng 50 món. Được nhiều người biết đến là món giả giò được làm bằng

đồ xanh nhằm phục vụ cho mâm cỗ. Bên cạnh còn có giả chả, giả cá, giả thịt gà. Về hình thức các món này thành phẩm đều giống các món ăn thật từ thịt động vật. Như vậy, ẩm thực không chỉ đáp ứng nhu cầu sinh lí, chữa bệnh mà nó còn giúp người ta thoả mãn nhu cầu tâm linh tín ngưỡng mỗi khi hành hương về đất Phật.

1.1.2.2. Ẩm thực - một phần của bản sắc văn hoá dân tộc

Ăn là động tác của người hay động vật đưa một số thức ăn thích hợp vào cơ thể để nuôi các tế bào duy trì sự sống. Tất cả các động vật trong đó có con người - loài động vật siêu đẳng trên hành tinh đều tiêu hoá nhưng chỉ riêng mỗi con người mới có khái niệm ẩm thực. Có thể nói chuyện ăn uống của loài người dưới sự tiến hoá về mặt sinh học và sự phát triển của xã hội và sự phát triển của xã hội không chỉ dừng lại ở việc thoả mãn nhu cầu của “dạ dày” mà nó được nâng lên trở thành một nghệ thuật thưởng thức. Trong đó người tham gia tạo nên tác phẩm nghệ thuật là người thưởng thức và người tạo ra nó. Chính vì thế, ăn uống trở thành đặc điểm riêng biệt của từng vùng, từng địa phương, từng quốc gia, đồng thời là kết tinh từ nhiều thế hệ. Để rồi những món ăn ngon đó được lưu truyền đến ngày nay, được bảo tồn, lưu giữ, thưởng thức như một di sản văn hoá. Trên cuộc hành trình tới mọi miền đất nước trên thế giới bạn sẽ được thưởng thức những món ăn, mỗi món ăn lại mang phong cách đặc trưng riêng cho từng quốc gia như ẩm thực Nhật Bản nghiêng về tính thẩm mỹ cao, ẩm thực Trung Hoa thiên về bồi bổ với những món cầu kì, tinh xảo; ẩm thực Ấn Độ với gia vị cay. Nghệ thuật ẩm thực đã tạo nên nét khác biệt và bản sắc văn hoá của mỗi vùng đất nước. Điều này đã giúp nó “vô tình” trở thành một tài nguyên nhân văn. Người Trung Quốc cho rằng đi du lịch gồm 5 yếu tố đó là: thực, trú, hành, lạc, y. Đi du lịch là nếm những món ăn ngon, ở trong những căn phòng tiện nghi, đi trên những phương tiện sang trọng, vui chơi giải trí vui vẻ, có điều kiện mua sắm quần áo. Đối với hoạt động du lịch nghệ thuật ẩm thực đã trở thành một thành tố quan trọng là sức hút mạnh với khách du lịch. Người ta đi du lịch cũng là để

thường thức các món ăn, lĩnh hội các món ngon miêng lạ khác với ngày thường. Từ các ăn uống phải theo một trình tự nhất định, tìm hiểu và thoả mãn sự tò mò ấy tạo cho ta thú thưởng thức, biết được các khẩu vị đặc trưng riêng của từng vùng miền.

1.1.2.3. Ẩm thực tạo nên sức hấp dẫn du lịch

Món ăn Việt càng ngày càng được nhiều quốc gia trên thế giới biết đến. Từ năm 2002 đến nay đã có những đoàn chuyên gia về ẩm thực Việt đi giới thiệu món ăn Việt ở châu Âu, châu Mỹ, một số nước châu Á đã tạo được thiện cảm với giới chuyên môn cũng như các thực khách của nước bạn. Nghệ thuật ẩm thực đã trở thành nguyên tố cho nhiều khách du lịch khi tới điểm du lịch, khách quốc tế khi đến Việt Nam. Nhìn trên không gian rộng lớn những món ăn của mỗi quốc gia vùng miền đều có những đặc trưng riêng khác nhau, do cách sử dụng gia vị khẩu vị cách nấu đã quyết định nên phong cách ẩm thực nơi đó. Đây chính là điều khác biệt lớn nhất và căn bản nhất tạo nên tính độc đáo không thể hoà trộn về ẩm thực giữa các vùng miền, đó là nghệ thuật ẩm thực - Sức hấp dẫn với du khách. Ẩm thực không chỉ có ý nghĩa với ngành du lịch mà trong lĩnh vực kinh tế nó còn có ý nghĩa với ngành ngoại thương và công nghiệp chế biến lương thực thực phẩm và đồ hộp. Với số lượng khách quốc tế đến Việt Nam khoảng 1,3 triệu người (số liệu năm 2008) số ngoại tệ thu được từ việc xuất khẩu tại chỗ từ ẩm thực sẽ không nhỏ. Ẩm thực góp phần quảng bá giới thiệu hình ảnh Việt Nam với du khách quốc tế. Việt Nam được đánh giá là ‘ngôi sao ẩm thực mới của châu Á’ khả năng lọt vào top 10 ẩm thực thế giới. Chính vì vậy, mà chỉ năm 2004 có 50 nhà hàng Việt mọc lên ở ToKyo, nhà hàng mang tên SàiGòn tại Johanesburg-Nam Phi cũng thu hút rất nhiều khách ở đây với 200.000 ghế luôn chật cứng, ở Seoul tới giờ có gần 200 tiệm phở Việt Nam... Ngoài ra ẩm thực Việt nam còn được giới thiệu nhiều nước như Pháp, Thụy Sĩ, Tây Ban Nha, Ấn Độ, Mỹ, Đức. Hình ảnh Việt Nam đang được đông đảo bạn bè biết đến với một nền ẩm thực độc đáo.

Xét trên phương diện xã hội ẩm thực giúp con người gần gũi, gắn kết tâm hồn con người với nhau. Người Việt thường mời nhau ăn bữa cơm thân mật trong các dịp quan trọng của gia đình như hiếu, hỷ. Trong mỗi bữa cơm là cơ hội để khách và chủ nhà có thể chia sẻ với nhau những niềm vui lúc gia đình có hỷ sự, hoặc đồng cảm chia buồn trong lúc gia đình có chuyện không vui...Bữa cơm không đơn thuần là việc duy trì vật chất để tồn tại của các thành viên trong gia đình mà quan trọng hơn nó đã trở thành biểu tượng của sự đầm ấm, sum vầy là dịp để mọi người gặp nhau sau một ngày dài lao động và học tập vất vả. Ngày nay, khi cuộc sống công nghiệp hối hả và bận rộn hơn thì bữa ăn gia đình càng trở lên có ý nghĩa hơn nữa.

1.2. Ẩm thực Việt Nam

1.2.1 Cơ cấu bữa ăn người Việt

*“Anh đi anh nhớ quê nhà
nhớ canh rau muống, nhớ cà dầm tương”*

Với những người dân Việt Nam khi xa quê hương món cà dầm tương ăn với rau muống luộc đã trở thành biểu tượng gợi nhớ quê hương. Đây chỉ là một món ăn rất bình dị thôi nhưng mỗi khi nhắc đến nó thì ở một nơi rất xa tổ quốc lòng ta lại trào dâng cồn cào nỗi nhớ cố hương da diết. Nhắc nhớ đến Việt Nam là nhắc tới miếng bánh đa, tò he bột, bánh đúc những thứ sản vật rất mộc mạc gắn bó với tuổi thơ nghèo mỗi chiều chờ bà đi chợ về. Lớn hơn nữa ta hiểu đó là ẩm thực, ta đã dần có cái nhìn sâu hơn về ẩm thực Việt Nam qua sự tìm hiểu và học hỏi.

Người Việt Nam ta xưa kia kiếm ăn theo phổ rộng, hái lượm trội hơn săn bắn. Sau cách mạng đá mới (4000-5000 năm cách ngày nay) thì trồng trọt vượt hơn chăn nuôi. Tính phồn tạp và đặc trưng của hệ sinh thái nước ta với đông đảo các giống loài động vật cơ cấu bữa ăn cổ truyền là cơm - rau - cá. Văn minh Việt Nam cổ truyền trong bối cảnh Đông Nam Á và châu Á là văn minh thực vật hay văn minh lúa nước. Cho nên không có gì ngạc nhiên khi cư dân các nền văn hoá du mục Phương Tây hoặc Bắc Trung Hoa thiên về ăn

thịt, còn người Việt Nam thì thiên về nông nghiệp lúa nước, thiên về thực vật, mà trong thực vật lúa gạo đứng đầu bảng, người Việt thường nhấn mạnh đến tầm quan trọng của cơm “cơm tẻ mẹ ruột”, “người sống vì gạo, cá bạo về nước”. cơm nấu bằng gạo tẻ trong những ngày thiếu thốn phải độn thêm ngô, khoai, sắn củ mì. Ngày xưa cơm nấu bằng nồi đất, nồi đồng, ở miền trung và miền núi còn nấu ống tre gọi là cơm lam. Ông bà ta thường dạy “hễ lo cơm tẻ thì thôi mọi bề”. Quả vậy, dù có ăn nhiều của ngon vật lạ, kể cả cao lương mỹ vị mà không có chút cơm trong bụng thì chẳng thấy chắc dạ chút nào. Nền nông nghiệp lúa nước Việt Nam có nhiều thứ gạo ngon có tiếng như gạo Dự, gạo Di Hương, gạo Tám Thơm, gạo Tám Xoan...Ngày nay còn lai tạo được nhiều giống lúa mới lạ, vừa ngon, vừa cho năng suất cao đủ tiêu dùng trong nước và xuất khẩu ra nước ngoài.

Gạo nếp thường dùng để nấu xôi, oản cúng trời đất. trên bàn thờ tổ tiên ngày rằm, mồng một, tết thường có bánh chưng (bánh tét-miền nam), bánh giày, bánh trôi, bánh khúc, bánh khảo...thơm ngon lạ thường.

Trong bữa ăn của người Việt Nam, sau lúa gạo thì đến rau quả. Nằm ở trong một trung tâm trồng trọt. Việt Nam có một danh mục rau quả mùa nào thức ấy phong phú vô cùng. Đối với người Việt Nam “đói ăn rau, đau uống thuốc” là chuyện tất nhiên, “ăn cơm không rau như nhà giàu chết không kèn trống”, “ăn cơm không rau như đánh nhau không người gỡ”. Tuy nhiên nói đến Việt Nam thì khó có thể bỏ qua hai món đặc thù là rau muống và dưa cà. Huyện Tiên Sơn (Bắc Ninh) có làng Hiên Đường (làng Ngang) có loại rau muống thân lớn, sắc trắng đót thưa, ngọn mẫm, ăn ngọt giòn, ngon nổi tiếng thời Hùng Vương thường để dùng tiến Vua. Sự tích Thánh Gióng gắn liền với quả cà : mẹ Thánh Gióng là người đàn bà trồng cà, Cha Thánh Gióng là ông thần đi hái trộm cà, bản thân Thánh Gióng nhờ ăn “ba nong cà, bảy nong cơm” mà lớn thành người khổng lồ đi cứu nước. Cà và rau cải đem muối dưa tạo thành những thức ăn độc đáo phù hợp với thời tiết khẩu vị nên ngon

miệng tới mức tục ngữ có câu: có dưa, chừa rau; có cà thì tha gấp mắt; thịt cá là hoa, tương cà là gia bản.

Món ăn Việt Nam rất phong phú, bao gồm nhiều loại rau thơm như húng thơm, tía tô, kinh giới, hành, thìa là, mùi tàu, lá lốt, diếp cá cũng là những thứ không thể thiếu trong bữa cơm của người Việt. Câu tục ngữ “con gà cục tác lá chanh/ con lợn ủn ỉn mua hành cho tôi/ con chó khóc đứng khóc ngồi/ bà ơi đi chợ mua tôi đồng riềng” là tiêu biểu nhất cho cách dùng gia vị của người Việt Nam trong việc chế biến món ăn.

Đứng thứ ba trong cơ cấu bữa ăn và đứng đầu hàng thức ăn động vật của người Việt Nam là các loại thủy sản - sản phẩm vùng sông nước. Sau “cơm rau” thì “cơm cá” là thông dụng nhất “con cá đổ vạ bát cơm”, “con cá đánh ngã bát cơm” là thế. Từ các loại thủy sản người Việt Nam đã tạo ra một thứ đồ chấm đặc biệt là nước mắm và mắm các loại. Thiếu nước mắm thì chưa thành bữa cơm Việt Nam. Bởi vậy nó được coi là biểu tượng của ẩm thực Việt Nam. Nước mắm được làm từ rất nhiều loại nguyên liệu khác nhau: tôm, cá, đến các loại rươi, cày...Nước mắm Vạn Vân (tỉnh Quảng Ninh), Cát Hải (Hải phòng), Phú Quốc (Kiên Giang)..ngon có tiếng xưa nay. Nước chấm làm bằng đỗ tương gọi là tương, nổi tiếng có tương bần Hưng Yên, tương Nam Đàn. Nước mắm được pha chế khéo léo thường có thêm gia vị chanh hoặc dấm, ớt tỏi, có khi thêm chút đường tạo vị chua ngọt tùy theo khẩu vị từng người, có khi thêm vài lát gừng khi ăn các thứ có tính lạnh, lại còn có nước mắm dầm con cà cuống đã nướng chín có hương vị thật đặc biệt. Khi xưa trong suy nghĩ của nhiều người cơm mắm thường bị gán cho tính chất bình dân nhưng không phải thế, các bà phi tần nhà Nguyễn thường đặt hàng trăm lọ để tiến vua. trong tiếng Việt, danh từ nước mắm đã đi vào ngôn ngữ loài người, có mặt trong nhiều cuốn từ điển bách khoa Đông -Tây.

ở vị trí cuối cùng trong cơ cấu bữa ăn Việt Nam mới là thịt : thịt gà, thịt lợn (heo), trâu là phổ biến. Với người Việt Nam món thịt chó kết hợp với mắm tôm là thức ăn bình dân có một không hai “sống được miếng dồi chó,

chết được bó vàng tâm”; “sống ở trên đời ăn miếng dồi chó, chết xuống âm phủ biết có hay không”.sau là sơn hào hải vị như gân hổ, yến xào...

Ai cũng biết uống ban đầu là để thoả mãn cái khát “đói ăn, khát uống” vốn là nhu cầu của toàn thể sinh vật nhưng rồi với tiến trình lịch sử uống cái gì?, uống thế nào? lại trở thành nghệ thuật. Ăn trầu là phong tục rất lâu đời ở Việt Nam, cũng phổ biến khắp Đông Nam Á cổ đại. Miếng trầu có cái tươi ngọt từ hạt cau, cái cay của lá trầu, cái nồng nồng của vôi, cái bùi của rễ chay...Tất cả tạo nên một chất kích thích làm cho thom mồm đỏ môi và khuôn mặt bừng bừng như say rượu. tục âm dương tiêm ẩn triết lí về sự tổng hợp của nhiều chất khác nhau, tục ăn trầu cau tiêm ẩn triết lí về sự tổng hợp của nhiều chất khác nhau, cây cau cao là biểu tượng của trời (dương), vôi chất đá biểu tượng của đất (âm); dây trầu mọc từ đất quán quýt lấy thân cây, biểu tượng cho sự trung gian hoà hợp.Với việc ăn trầu, tiêm trầu, bỏ cau là một nghệ thuật. Đây cũng là tiêu chuẩn đánh giá sự khéo léo của người con gái. Trong một số hội làng xưa kia, ngoài thi nấu cơm, làm bánh, làm cỗ còn có cả thi tiêm trầu. Về chức năng xã hội, xưa kia, trầu được dùng trong rất nhiều việc. Gặp gỡ bạn bè, hỏi han công việc, người ta thường hay mời trầu (miếng trầu là đầu câu chuyện - thành ngữ). Trầu cau là sính lễ, quà mừng, quà biếu không thể thiếu trong các dịp cưới hỏi, khao vọng. Trước đây trong hôn lễ phải có cau chạm ngõ, cau ăn hỏi; khi cưới nhà trai phải mang cau cho nhà gái đủ dùng. Nội dung mời trầu còn được thể hiện rất trữ tình trong nhiều làn điệu dân ca quan họ.

Trong khi ăn trầu là thú vui của người phụ nữ thì hút thuốc Lào lại là sở thích của đàn ông “nhớ ai như nhớ thuốc Lào/ Đã chôn điếu xuống lại đào điếu lên”. Thuốc Lào là một thứ cây gàn giống như thuốc lá, người ta hái phơi khô thái nhỏ rồi cho vào điếu mà hút. Từ vua quan đến thứ dân trước đây ai cũng hút thuốc Lào. Trên thực tế ăn trầu ở Việt Nam từng có không chỉ đàn bà mà cả đàn ông và hút thuốc Lào ở Việt Nam cũng không chỉ đàn ông mà cả phụ nữ. Thú vui Hút thuốc Lào của người Việt Nam ta là một sự tổng hợp biện chứng

của âm dương thủy hỏa; cái điều dùng để hút thuốc vào bên dưới chứa nước điều, bên trên có nõ điều đựng thuốc, lửa (hoả) đốt thuốc ở trên được rít, kéo xuống gặp nước (thủy) ở dưới, khói thuốc (dương) đi qua nước (âm) mà tạo nên tiếng kêu đến miệng người hút, thấm vào từng tế bào cơ thể con người. Thuốc vào và điều thuốc vào vì vậy đã trở thành biểu tượng đam mê tuột độ trai gái phải lòng nhau người ta thường ví “say nhau như điều đổ”. Những loại thuốc vào ngon được nhiều người ưa chuộng chủ yếu có nguồn gốc từ các huyện của Hải Phòng (Vĩnh Bảo, Kiến An).

Đàn ông trong bữa ăn nhất là trong các buổi cúng lễ thường có chén rượu ngang (rượu dân tộc, hay rượu quốc lủi để phân biệt với phương tây). Với người Việt trong mâm cỗ cúng tổ tiên thì không thể thiếu chén rượu trắng. Rượu ngang nấu bằng gạo tẻ, bằng sắn (củ mì) nhưng quý hơn cả là rượu nấu bằng gạo nếp, gạo nếp được đem đồ xôi, ủ cho lên men rồi cất ra, rượu nếp cảm hương vị ngon thơm, nhiều bữa tiệc hiện đại ngoài bia, các món rượu tây nhiều người sành điệu thích món rượu ngang. những vùng nấu rượu nổi tiếng ngon như Làng Vân, rượu Sán Lùng (SaPa-Lào Cai), rượu Đế (Nam bộ). Ngoài rượu còn được kết hợp với các loại thuốc có tác dụng bồi dưỡng chữa bệnh như rượu ngâm cá ngựa chữa bệnh không có con cho đàn ông, rượu ngâm bìm bịp chữa bệnh mọi giới, rượu ngâm tắc kè ngâm các loại cao (cao hổ, cao gấu, cao khi...) để bổ dương. Rượu còn được pha chế với một số thứ tiết để uống cho bổ dương như rượu pha tiết chim sẻ, tiết dê...

Được du nhập từ vùng Nam Trung Hoa và Bắc Đông Dương vào Việt Nam chè đã trở thành thức uống phổ biến của người Việt Nam. Người Việt Nam uống chè tươi, chè khô, chè có khi còn được ướp với các loại hương liệu như hoa sen, hoa nhài, hoa cúc...cách ướp khá cầu kì. Ngoài thức uống là chè, người Việt còn có một số thức uống để giải khát, giải nhiệt truyền thống như nước vối, nước nhân trần, nước cây bồ bồ, nước cam, nước chanh, nước mơ ngâm.

1.2.2. Những đặc trưng của ẩm thực Việt Nam

Việt Nam là một nước nông nghiệp thuộc về xứ nóng, vùng nhiệt đới gió mùa. Chính các đặc điểm văn hóa, dân tộc, khí hậu đã quy định những đặc điểm riêng của ẩm thực Việt Nam. Đây là một văn hóa ăn uống sử dụng rất nhiều loại rau (luộc, xào, làm dưa, ăn sống); nhiều loại nước canh đặc biệt là canh chua, trong khi đó số lượng các món ăn có dinh dưỡng từ động vật thường ít hơn. Những loại thịt được dùng phổ biến nhất là thịt lợn, bò, gà, ngan, vịt, các loại tôm, cá, cua, ốc, hến, trai, sò v.v. Những món ăn chế biến từ những loại thịt ít thông dụng hơn như chó, dê, rùa, thịt rắn, ba ba thường không phải là nguồn thịt chính, nhiều khi được coi là đặc sản và chỉ được sử dụng trong một dịp liên hoan nào đó với rượu uống kèm.

Người Việt cũng có một số món ăn chay theo đạo Phật được chế biến từ các loại rau, đậu tương tuy trong cộng đồng thế tục ít người ăn chay trường, chỉ có các sư sãi trong chùa hoặc người bị bệnh buộc phải ăn kiêng.

Ẩm thực Việt Nam còn đặc trưng với sự trung dung trong cách phối trộn nguyên liệu không quá cay, quá ngọt hay quá béo. Các nguyên liệu phụ (gia vị) để chế biến món ăn Việt Nam rất phong phú, bao gồm nhiều loại rau thơm như húng thơm, tía tô, kinh giới, hành, thì là, mùi tàu v.v.; gia vị thực vật như ớt, hạt tiêu, sả, hẹ, tỏi, gừng, chanh quả hoặc lá non; các gia vị lên men như mẻ, mắm tôm, bỗng rượu, dấm thanh hoặc kẹo đắng, nước cốt dừa v.v. Các gia vị đặc trưng của các dân tộc Đông Nam Á nhiệt đới nói trên được sử dụng một cách tương sinh hài hòa với nhau và thường thuận theo nguyên lý "âm dương phối triển", như món ăn dễ gây lạnh bụng buộc phải có gia vị cay nóng đi kèm. Các món ăn kỵ nhau không thể kết hợp trong một món hay không được ăn cùng lúc vì không ngon, hoặc có khả năng gây hại cho sức khỏe cũng được dân gian đúc kết thành nhiều kinh nghiệm lưu truyền qua nhiều thế hệ. Khi thưởng thức các món ăn, tính chất phối trộn nguyên liệu một cách tổng hợp nói trên càng trở nên rõ nét hơn: người Việt ít khi ăn món

nào riêng biệt, thưởng thức từng món, mà một bữa ăn thường là sự tổng hòa các món ăn từ đầu đến cuối bữa.

Đây cũng là nền ẩm thực sử dụng thường xuyên nước mắm, tương, tương đen. Bát nước mắm dùng chung trên mâm cơm và nồi cơm chung, từ xưa đến nay biểu thị tính cộng đồng gắn bó của người Việt.

Một đặc điểm ít nhiều cũng phân biệt ẩm thực Việt Nam với một số nước khác: ẩm thực Việt Nam chú trọng ăn ngon tuy đôi khi không đặt mục tiêu hàng đầu là ăn bổ. Bởi vậy trong hệ thống ẩm thực người Việt ít có những món hết sức cầu kỳ, hầm nhừ ninh kỹ như ẩm thực Trung Hoa, cũng không thiên về bày biện có tính thẩm mỹ cao độ như ẩm thực của Nhật Bản, mà thiên về phối trộn gia vị một cách tinh tế để món ăn được ngon, hoặc sử dụng những nguyên liệu dai, giòn thưởng thức rất thú vị dù không thực sự bổ béo (ví dụ như các món măng, chân cánh gà, phủ tạng động vật v.v). Trong thực tế nhiều người nhận thấy, một cách cảm tính, đặc trưng ẩm thực Việt Nam toát lộ trong sự đối sánh với các nền văn hóa ẩm thực khác trên thế giới: món ăn Trung Hoa ăn bổ thân, món ăn Việt ăn ngon miệng, món ăn Nhật nhìn thích mắt. Tuy nhiên, đặc điểm này càng ngày càng phai nhòa và trở nên ít bản sắc trong thời hội nhập.

Theo ý kiến của tiến sĩ sử học Hãn Nguyên Nguyễn Nhã, cho rằng ẩm thực Việt Nam có 9 đặc trưng:

- Tính hoà đồng hay đa dạng
- Tính ít mỡ.
- Tính đậm đà hương vị
- Tính tổng hoà nhiều chất, nhiều vị.
- Tính ngon và lành
- Tính dùng đũa.
- Tính cộng đồng hay tính tập thể
- Tính hiếu khách.
- Tính dọn thành mâm

Trong cuốn sách “cơ sở văn hoá Việt Nam” của phó giáo sư, viện sĩ Trần Ngọc Thêm cho rằng ẩm thực Việt có 3 đặc trưng cơ bản nhất

❖ Tính tổng hợp

Tính tổng hợp trong nghệ thuật ăn uống (ẩm thực) của người Việt trước hết thể hiện trong cách chế biến đồ ăn. Hầu hết các món ăn trong cách chế biến là tổng hoà, pha trộn của nhiều loại rau với các loại gia vị, rau quả với cá tôm. Người Việt có câu tục ngữ rất dí dỏm: “nấu canh suông ở trường mà nấu”

Tính tổng hợp còn thể hiện ngay trong cách ăn, mâm cơm của người Việt bao giờ cũng có đồng thời nhiều món ăn :com, canh, rau, dưa, cá thịt, xào, nấu, luộc, kho.... suất bữa ăn là cả quá trình tổng hợp các món ăn.bất kì bát com nào miếng com nào cũng là sự tổng hợp rồi; Trong một miếng ăn đã có thể có đủ cả com -canh -rau -thịt. Điều này khác hẳn cách ăn lần lượt đưa ra từng món theo lối phân tích phương tây. Tính tổng hợp còn thể hiện trong phong tục ăn trầu và hút thuốc lào.

Cách ăn tổng hợp của người Việt huy động đủ mọi giác quan; mũi ngửi hương thơm ngào ngạt khi bung lên ; mắt nhìn màu sắc món ăn; lưỡi nếm vị ngon, tai nghe tiếng nhai giòn giòn của món ăn, mồm tay vào thức ăn, thịt gà bóc, xé; xôi ăn thường có động tác “chim chim” xôi thì lại càng thấy ngon.

Cái ngon của bữa ăn người Việt nam là tổng hợp của mọi yếu tố: tức ăn ngon phải hợp thời tiết, phải có chỗ ăn ngon không thì không ngon, có chỗ ăn ngon chưa đủ mà phải có bạn bè tâm giao, có bạn bè tâm giao mà không khí bữa ăn không vui thì cũng không ngon nốt.

❖ Tính cộng đồng và tính mực thước

Tính tổng hợp kéo theo tính cộng đồng, ăn tổng hợp, ăn chung, các thành viên của bữa ăn liên quan và phụ thuộc chặt chẽ nhau. Lúc ăn uống người Việt rất thích chuyện trò

Tính cộng đồng đòi hỏi con người phải có văn hoá cao trong ăn uống, phải ý tứ và mực thước khi ăn

Tính cộng đồng và mực thước trong khi ăn còn thể hiện tập trung qua nồi cơm và chén nước mắm.

❖ **Tính biện chứng linh hoạt**

Tính linh hoạt của người Việt thể hiện rất rõ trong cách ăn. Ăn theo lối Việt Nam là một sự tổng hợp các món ăn. Nhưng các bao nhiêu người thì có bấy nhiêu cách tổng hợp khác nhau. Tính linh hoạt còn được thể hiện trong dụng cụ ăn của người Việt Nam truyền thống chỉ dùng một dụng cụ duy nhất là đôi đũa – mô phỏng động tác của con chim nhặt hạt. Nếu như người phương Tây khi ăn phải sử dụng cả một bộ dao, dĩa, thìa mỗi thứ đảm nhận một chức năng riêng rẽ (sản phẩm của tư duy phân tích) thì đôi đũa của người Việt Nam lại thực hiện một cách linh hoạt hàng loạt các chức năng khác nhau.

Tuy nhiên quan trọng hơn cả tính biện chứng trong việc ăn là người Việt chú ý đến quan hệ biện chứng âm-dương của thức ăn, sự quân bình âm dương của cơ thể, sự cân bằng âm dương giữa con người với môi trường. Chính vì vậy mà người Việt có tập quán dùng gia vị, ăn uống theo vùng khí hậu

Tuy có những nét chung nói trên, ẩm thực Việt Nam có đặc điểm khác nhau theo từng vùng, mặc dù trong từng vùng này ẩm thực của các tiểu vùng cũng thể hiện nét đặc trưng:

Ẩm thực miền Bắc

Ẩm thực miền Bắc thường không đậm các vị cay, béo, ngọt bằng các vùng khác, chủ yếu sử dụng nước mắm loãng, mắm tôm. Sử dụng nhiều món rau và các loại thủy sản nước ngọt dễ kiếm như tôm, cua, cá, trai, hến v.v. và nhìn chung, do truyền thống xa xưa có nền nông nghiệp nghèo nàn, ẩm thực miền Bắc trước kia ít thịnh hành các món ăn với nguyên liệu chính là thịt, cá. Nhiều người đánh giá cao Ẩm thực Hà Nội một thời, cho rằng nó đại diện tiêu biểu nhất của tinh hoa ẩm thực miền Bắc Việt Nam với những món phở, bún thang, bún chả, các món quà như cốm Vòng, bánh cuốn Thanh Trì v.v. và gia vị đặc sắc như tinh dầu cà cuống, rau húng Láng.

Ẩm thực miền Nam

Ẩm thực miền Nam, là nơi chịu ảnh hưởng nhiều của ẩm thực Trung Quốc, Campuchia, Thái Lan, có đặc điểm là thường gia thêm đường và hay sử dụng sữa dừa (nước cốt và nước dảo của dừa). Nền ẩm thực này cũng sản sinh ra vô số loại mắm khô (như mắm cá sặc, mắm bò hóc, mắm ba khía v.v.). Ẩm thực miền Nam cũng dùng nhiều đồ hải sản nước mặn và nước lợ hơn miền Bắc (các loại cá, tôm, cua, ốc biển), và rất đặc biệt với những món ăn dân dã, đặc thù của một thời đi mở cõi, hiện nay nhiều khi đã trở thành đặc sản: chuột đồng khìa nước dừa, dơi quạ hấp chao, rắn hổ đất nấu cháo đậu xanh, đuông dừa, đuông đất hoặc đuông chà là, vọp chong, cá lóc nướng trui v.v.

Ẩm thực miền Trung

Đồ ăn miền Trung với tất cả tính chất đặc sắc của nó thể hiện qua hương vị riêng biệt, nhiều món ăn cay hơn đồ ăn miền Bắc và miền Nam, màu sắc được phối trộn phong phú, rực rỡ, thiên về màu đỏ và nâu sậm. Các tỉnh thành miền Trung như Huế, Đà Nẵng, Bình Định rất nổi tiếng với mắm tôm chua và các loại mắm ruốc. Đặc biệt, do ảnh hưởng từ phong cách ẩm thực hoàng gia, ẩm thực Huế không chỉ rất cay, nhiều màu sắc mà còn chú trọng vào số lượng các món ăn, tuy mỗi món chỉ được bày một ít trên đĩa nhỏ.

Ẩm thực các dân tộc thiểu số Việt Nam

Với 54 dân tộc sống trên nhiều vùng địa lý đa dạng khắp toàn quốc, ẩm thực của mỗi dân tộc trong cộng đồng các dân tộc Việt Nam đều có bản sắc riêng biệt. Rất nhiều món trong số đó ít được biết đến tại các dân tộc khác, như các món thịt lợn sống trộn phèo non của các dân tộc Tây Nguyên. Tuy nhiên, nhiều món ăn đã trở thành đặc sản trên đất nước Việt Nam và được nhiều người biết đến, như mắm bò hóc miền Nam, bánh cuốn trứng (Cao Bằng, Lạng Sơn), bánh cuốn phèo (dân tộc Tày), lợn sữa và vịt quay mật, khâu nhục Lạng Sơn, phở chua, cháo nhộng ong, phở cuốn sủi, thắng cố, các món xôi nếp nướng của người Thái, thịt chua Thanh Sơn Phú Thọ v.v.

Với người Việt Nam ẩm thực đã tiềm tàng những bài học luân lý về cách cư xử với cha mẹ, anh em, họ hàng, làng xóm. Ông cha ta không coi coi trọng miếng ăn, không cần đến sơn hào hải vị nhưng ý tứ trong ăn uống, quan trọng tình nghĩa trong giao tiếp ẩm thực. Các cụ thường nhắc nhở con cháu “ăn trông nồi ngồi trông hướng”, “ăn phải nhai, nói phải nghĩ” “học ăn học nói, học gói học mở” “một miếng khi đói bằng một gói khi no” “đánh nhau chia gạo, chào nhau ăn cơm”. Nhưng người bạn tri âm, tri kỷ nhiều khi nhớ nhau đến quên ăn quên uống, Tam Nguyên Yên Đổ Nguyễn Khuyến (1853-1909) khóc Dương Khuê (1839-1902) “rượu ngon không có bạn hiền/ không mua không phải không tiền không mua”

Văn hoá ẩm thực của ông cha ta thấm đượm đạo lí, dân tộc và bản sắc Việt Nam. Con người phải biết gìn giữ thận trọng khi ăn uống “ăn tùy nơi, chơi tùy chốn”. các cụ thường chê những những loại xu xoe, nịnh bợ để được đánh chén. Tham ăn tục uống không biết liêm sỉ thì “miếng ăn là miếng nhục”. Người Việt Nam chân chính rất trọng danh dự, rất tinh táo và thiết thực trong việc ăn uống. Cứ lấy chuyện dân gian “thằng Bờm” mà ngẫm mới thấy triết lí ẩm thực của người xưa rất cao và rất sâu. Thằng bờm chỉ có cái quạt mo mà phú ông lại muốn đổi bằng những tài sản quý giá, ba bò, chín trâu, ao sâu cá mè, ba bè gỗ lim, con chim đồi mồi. Chẳng hiểu phú ông đam mê gì cái quạt mo đó hay ông ta chỉ nhạo báng, lừa phỉnh thằng bờm để tỏ ra giàu có, khoe của. Nhưng bờm không đổi .Chỉ đến khi phú ông đổi bằng năm xôi thì bờm cười. Hoá ra người Việt Nam từ tế thì đói khát đến đâu cũng vẫn trọng danh dự “giấy rách phải giữ lấy lề” “đói cho sạch rách cho thơm” không dễ bị lừa gạt và chú trọng tính thiết thực trong ăn uống. Đang đói khát thì cần đến thứ gì đó ăn để sống, mà năm xôi cũng tương xứng với giá trị của chiếc quạt mo. Năm xôi hiện hữu , còn ba bè gỗ lim, ao sâu cá mè thì chẳng thấy đâu. Cho nên, đổi quạt mo lấy năm xôi là tương xứng và thiết thực nhất với bờm!

Ông cha ta quan niệm rất đúng đắn “ có làm thì mới có ăn” ăn uống phải từ chính sức lao động của mình mà ra thì mới ngon, ngủ mới yên “tay

làm hàm nhai, tay quai miệng trẽ” , “ăn cơm với mắm cáy thì ngáy o o/ ăn cơm với thịt bò thì lo ngay ngáy”.thi hào Nguyễn Trãi (1300-1442) viết “cơm của bất nhân, ăn, ấy chớ”, “áo phùng vô nghĩa, mặc chẳng thà!”

Triết lí Văn hoá ẩm thực thể hiện đạo lí răn dạy con cháu phải biết tiết kiệm , biết quý trọng công sức lao động của người khác. Các cụ thường nhắc nhở: hạt thóc, hạt gạo là “ngọc thực”, “Được mùa chớ phụ ngô khoai”, “ai ơi bung bát cơm đầy/ dẻo thơm một hạt đắng cay muôn phần”.

Văn hoá ẩm thực nhìn chung ngày nay vẫn giữ nếp xưa, nhất là lớp người có kinh nghiệm sống, ở những gia đình có gia phong tại những vùng nông thôn, miệt vườn có truyền thống văn hoá và thuần phác. Ngày nay cuộc sống của nhân dân được cải thiện, văn hoá - xã hội phát triển mở rộng giao lưu quốc tế, bữa ăn của nhân dân ta có nhiều thứ mới lạ hoặc chế biến cải tiến hơn ngày trước, giàu chất dinh dưỡng hơn, bày biện đẹp mắt hơn, cách ăn uống cũng có phần sinh động hơn xưa nhiều. Để giữ gìn truyền thống văn hoá ẩm thực, phát huy triết lí ẩm thực của dân tộc đang là một vấn đề lớn và bức thiết của cuộc sống hiện nay. Đó là sự bảo vệ và đề cao nét đẹp văn minh của con người, bản sắc Việt Nam

1.3. Ẩm thực miền biển

Đất nước ta ‘rừng vàng biển bạc’, thiên nhiên trù phú luôn luôn sẵn sơn hào hải vị, đây là nguồn lợi vô cùng to lớn để chúng ta thử nghiệm phối chế ra các món đặc sắc. Trong từ điển văn hoá ẩm thực thế giới, Việt Nam là quê hương của nhiều món ăn ngon, từ những món ăn dân dã trong ngày thường đến những món ăn cầu kì để phục vụ lễ hội cung đình. Tập quán ăn uống của người Việt nam có những nét đại đồng. Bên cạnh những nét chung, Việc ăn uống tất nhiên có sự thay đổi tùy theo hoàn cảnh không gian và hoàn cảnh sinh hoạt của con người. Đây chính là sắc thái địa phương trong ẩm thực Việt Nam và chính những thái này tạo ra sự đa dạng và làm bức tranh ẩm thực Việt Nam thêm phần sinh động.Trên cái nền chung đó, ẩm thực biển nổi lên như một nét chấm phá mạnh mẽ, cá tính và ấn tượng vô cùng.

Việt Nam có đường bờ biển lên tới 3.260km, tính trung bình cứ 100km² diện tích thì có 1km bờ biển (trong khi thế giới trung bình 600km² thì mới có 1km bờ biển). Địa hình bờ biển nước ta có nhiều cửa sông, vũng vịnh, thuận lợi cho việc xây dựng các hải cảng. Đây là điều kiện quan trọng để hình thành và phát triển nhiều thương cảng, nhiều thành phố du lịch như Hải Phòng, Quảng Ninh, Vũng tàu, Đà Nẵng... thêm lục địa nông và rộng, biển ấm. Nhiệt độ trung bình của nước biển từ 25-28⁰C, vùng biển phía bắc và mùa đông nhiệt độ nước biển hạ thấp do ảnh hưởng của gió mùa đông bắc. Độ mặn trung bình của nước biển đông là 34‰, về mùa mưa độ mặn là 32‰ và mùa khô là 35‰. Trong vùng biển nước ta có hai dòng hải lưu nóng và lạnh, một hải lưu hướng đông bắc - tây nam phát triển về mùa đông, một hải lưu hướng tây nam - đông bắc phát triển vào mùa hạ. Ngoài ra, trong vịnh bắc bộ còn hai hải lưu nhỏ, thường thay đổi theo hướng gió mùa. những điều kiện này đã tạo cho biển nước ta giàu hải sản, là yếu tố quan trọng cho việc hình thành và phát triển văn hoá từ xa xưa như Hạ Long, Sa huỳnh.

Biển nước ta là một kho tài nguyên khổng lồ, gồm rất nhiều các loại hải sản có giá trị đây là cơ sở quyết định tới việc hình thành ẩm thực biển Việt Nam. Biển nước ta có 2.028 loài cá biển, trong đó có 102 loài có giá trị kinh tế cao; 650 loài rong biển, 300 loài thân mềm, 300 loài cua, 90 loài tôm, 350 loài san hô...Biển nước ta trữ lượng cá khoảng 3,6 triệu tấn, tầng trên mặt có trữ lượng cá khoảng 1.9 triệu tấn tầng đáy 1,7 triệu tấn. có nguồn lực mạnh về biển cho nên từ xa xưa người Việt đã biết khai thác để phục vụ cuộc sống của mình. Cuộc sống, sự ăn uống ở vùng “châu Á gió mùa” này là xung quanh hạt gạo rồi mở rộng ra nhiều nguồn thực phẩm khác trong đó có thực phẩm từ biển.

Ngoài nghề nông là bản nghiệp, người Việt nam còn nhờ vào ngư nghiệp để sinh sống. Theo cái nhìn văn hoá, toàn bộ Việt Nam nằm trong bán đảo Đông Dương, nằm chiếm trọn phần phía Đông của bán đảo ấy cho nên chất bán đảo càng nổi bật. Sông nhiều, biển rộng nên con người chủ nhân nơi đây thấm đậm tư duy sông nước, tư duy biển cả. Ở khắp miền biển từ Bắc bộ,

Trung bộ cho đến Nam bộ nhân dân chỉ sống bằng nghề chài lưới. Sử chép rằng: “ Dân nước Văn Lang làm nghề chài lưới thường bị giồng luồng làm hại, nên vua bắt nhân dân lấy chàm vẽ mình để cho giồng ấy tưởng đồng loại mà không làm hại nữa; xem thế thì nghề chài lưới ở nước ta cũng xưa như nghề canh nông vậy”. Phần nhiều nơi đánh cá để đem bán lại các chợ hay các thành phố ở gần, song những nơi nhiều cá hoặc phơi khô hoặc làm mắm để đem bán đi xa và xuất cảng. Cũng có nhiều miền duyên hải (những nơi nhà nước có đặt sở thương chính) chuyên nghề làm muối là thứ gia vị cần thiết nhất ở nước ta. Nghề chài lưới, nghề làm nước mắm và làm muối đối với dân “kẻ bề” cũng quan trọng như nghề nông đối với dân đồng bằng. Đó là nét cơ bản và khái quát nhất về cuộc sống của cư dân miền biển dọc chiều dài đất nước từ Bắc vô Nam. Vốn có bề dày lịch sử truyền thống về nghề chài lưới lại ảnh hưởng “tính biển” sâu sắc nên từ tính cách, tập quán, lối sống, ăn, ở, đi lại của họ mang đậm dấu ấn biển cả. Văn hoá ẩm thực biển Việt Nam cũng được định hình và hình thành và xây dựng trên cái nền tảng chung đó. Tuy nhiên do bối cảnh địa - sinh thái và địa - xã hội mang lại mà ở mỗi vùng biển hàm chứa những nét riêng. Sự khác biệt này đã tạo nên sức hấp dẫn của du khách khi đến khám phá những vùng biển mới. Với “Biển xanh, cát trắng, nắng vàng”, còn hấp dẫn du khách trong và ngoài nước bởi nét văn hoá ẩm thực biển phong phú. Không chỉ là hương vị đậm đà đặc trưng mà chính những loài hải sản kỳ lạ của xứ biển đã tạo nên những món ăn độc đáo. Thế nhưng, có thể thấy trên khắp các vùng miền Việt Nam nói riêng và các địa danh biển trên thế giới nói chung, ở đâu cũng có tôm, có cua, có cá, có mực vì thế khó có thể coi chúng là đặc sản riêng của từng vùng nào, xứ nào. Tuy nhiên với những kỹ thuật chế biến đặc biệt, cách sử dụng và phương thức ăn uống đậm nét văn hoá địa phương thì tự nhiên từ cái chung là con cá con tôm khi đã thành phẩm là đã mang nét độc đáo, một thứ đặc sản vùng mới lạ và cuốn hút. Ví như chả cá thu - Hải Phòng, mực một nắng - gắn với địa danh Phan Thiết, hay tạo nên đặc sản biển Hạ Long không lẫn với bất cứ thành phố biển nào

khác là chả mực, tiết canh ngán...Trên cái riêng của từng vùng biển Việt Nam ấy có thể thấy tựu chung lại ẩm thực biển Việt Nam mang dấu ấn ẩm thực vùng nhiệt đới (cách nấu, gia vị, đồ ăn đi kèm thường là những thức có nguồn gốc của vùng nhiệt đới). Dù là cách chế biến gì, ở đâu thì phong cách ẩm thực Biển Việt Nam cũng chú trọng giữ đúng hương vị tươi ngon đặc trưng của nguyên liệu không nhiều dầu mỡ như món ăn của Trung Quốc, thiên về hấp, luộc, cuốn, ăn sống hơn là rán quay nướng (khác với phương tây), không quá chua cay như món Thái vv... Ẩm thực biển cũng mang hương vị như ẩm thực Việt Nam nói chung nhưng khác là nguyên liệu hải sản.

Ẩm thực biển ngày nay đã trở thành đối tượng được nhiều thực khách quan tâm đến bởi những giá trị và sự độc đáo đặc sắc của nó. Với du lịch biển nó được đánh giá là yếu tố không thể thiếu. Chính vì vậy mà trong chiến lược phát triển du lịch biển, nhiều thành phố biển đã tổ chức các hội chợ ẩm thực biển thu hút sự có mặt của đông đảo du khách như liên hoan ẩm thực biển ở Bà Rịa - Vũng Tàu, hội chợ du lịch biển Đồ Sơn Hải phòng, Hội chợ ẩm thực biển Hạ Long vừa diễn ra trong ngày 1/5/2009 nằm trong chương trình carnival biển Hạ Long. Đặc biệt, ở Khánh Hoà một trung tâm ẩm thực biển đã được xây dựng càng cho thấy sức hút và ý nghĩa của ẩm thực biển với việc phát triển kinh tế.

1.4 Tiểu kết

Ẩm thực đóng vai trò quan trọng trong việc đem lại sự sảng khoái cho con người. Nghệ thuật ăn uống không thể ngày một, ngày hai mà cảm nhận được cái ngon, cái tinh túy của nó mà đó là một quá trình lâu dài. Nếu ăn một món gì đó mà quên ngay mùi vị thì vẫn chưa đạt đến nghệ thuật. các món ăn tưởng chừng như đơn giản vậy nhưng nghệ thuật chế biến vô cùng đặc sắc vô cùng. Ăn uống thích ứng với điều kiện địa lí hay còn gọi là ăn uống theo vùng. Mỗi vùng do có những đặc điểm khác nhau về địa hình, thổ nhưỡng, khí hậu và tập quán sinh hoạt nên cách chế biến cũng khác nhau. Bên cạnh nghề nông, kinh tế biển cũng trở thành nghề truyền thống của một bộ phận

dân cư người Việt và hình ảnh những chiếc thuyền đánh cá là biểu tượng không thể thiếu. Biển đã tham gia như một yếu tố tích cực vào quá trình tự nhiên của địa phương, ảnh hưởng quan trọng đến nhiều vấn đề của xã hội trong đó có ăn uống. Với nguồn hải sản dồi dào từ biển, với những con người cần cù trong lao động, có nhiều kinh nghiệm trong việc tích lũy đánh bắt các loại thủy hải sản và đặc biệt sự am hiểu quy luật biển khơi đã hình thành cho mình một nền ẩm thực biển rất phong phú và đa dạng với sự đa dạng về phương pháp chế biến khác nhau ở mỗi vùng biển. không chỉ biết tận dụng môi trường biển vì mục đích kinh doanh mà những con người nơi đây đang ra sức phát huy nghề truyền thống là đánh cá và nuôi trồng thủy hải sản nhằm là phong phú hơn nguồn lợi thủy sản trong việc phục vụ ăn uống và nghỉ biển. Một cách âm thầm họ đang góp công sức cho việc giữ gìn và phát huy những giá trị đặc sắc văn hoá của ẩm thực biển Việt Nam.

CHƯƠNG 2

VĂN HOÁ ẨM THỰC BIỂN HẠ LONG - QUẢNG NINH

QUA MỘT SỐ MÓN ĂN

2.1 Khái quát chung về Hạ Long - Quảng Ninh

Văn hoá nói chung, trong đó có văn hoá ẩm thực và tự nhiên có mối quan hệ gắn bó với nhau. Văn hoá có ảnh hưởng của các nền vật chất môi trường mà con người tồn tại và phát triển trong sự đa dạng của văn hoá có sự tác động của môi sinh. Dấu ấn của tự nhiên đã tạo nên cái nền cho đặc trưng đời sống ẩm thực cộng đồng người Hạ Long, Vịnh Hạ Long với địa thế đặc biệt của nó là cái gốc tạo nên những nét chấm phá của ẩm thực nơi đây.

2.1.1 Vị trí địa lí

2.1.1.1 Vị trí

Vịnh Hạ Long nằm ở phía Bắc bộ thuộc địa phận tỉnh Quảng Ninh, được nhà nước công nhận là danh thắng quốc gia năm 1962 và được Hội Đồng Di Sản Thế Giới hai lần công nhận là di sản thế giới. Vịnh Hạ Long là vùng biển đảo cách Hà Nội 165 km toạ độ từ 106°58' đến 107°22' kinh độ đông và từ 20°45' đến 50°50' vĩ độ bắc. Đó là vùng biển đảo thuộc thành phố Hạ Long, thị xã Cẩm Phả, một phần của huyện đảo Vân Đồn nằm sát bờ phía tây của Vịnh Bắc Bộ. Phía bắc giáp Quảng Tây (Trung Quốc) với chiều dài biên giới 132,8km, phía nam Hải Phòng, đông Vịnh Bắc bộ với đường bờ biển dài 250 km và biển đông, phía tây giáp tỉnh Lạng Sơn, tỉnh Bắc Giang, tỉnh Hải Dương.

Vịnh Hạ Long rộng 1533 km² bao gồm 1969 hòn đảo (trong đó 95% là đảo đá vôi) với diện tích là 562km² trong đó có 980 hòn đảo có tên. Vùng di sản thiên nhiên được thế giới công nhận có diện tích 434km², gồm 778 đảo như một hình tam giác cân với ba đỉnh là đảo Đầu Gỗ (phía tây), hồ Ba Hầm (phía nam), đảo Cống Tây (phía đông), vùng kế bên là vùng đệm.

2.1.1.2 Địa hình

Khu vực Vịnh Hạ Long là khu vực có những cánh đồng karst, chỉ khi biển dâng các núi đá nhún chìm một phần, tạo thành một vùng có địa hình rất phức tạp. Có nhiều đảo nhỏ bị lún chìm dưới mặt nước tạo ra những ám tiêu. Giữa các đảo gần ngoài cửa vịnh có nhiều san hô phát triển. Xen kẽ giữa các đảo có nhiều rãnh sâu tạo nhiều luồng lạch làm tuyến đi lại cho thuyền tàu. Lạch có độ sâu nhất 25-35 m, lạch nông nhất 2-3 m. Chân đảo đá với nhiều hang hõm khuyết sâu như hàm ếch, hang thông luồng hoặc hang sâu kín. Hang động có nhiều độ cao và nguồn gốc khác nhau: hang động tầng giữa, hang động tầng thấp và có nhiều tầng, áng.

Bờ biển Vịnh Hạ Long quanh co khúc khuỷu tạo thành một địa hình phức tạp thuộc nhiều kiểu bờ kast bị ngập chìm hoặc kiểu hoá học.

Như vậy, địa hình Hạ Long là đảo, núi xen kẽ các trũng biển, là vùng bằng cát mặn có sù vẹt mọc và các đảo đá vôi vách đứng, rất tương phản nhau. Đó là nét đặc biệt của địa hình, địa mạo Hạ Long.

2.1.2 Khí hậu

Hạ Long mang tính chất nhiệt đới gió mùa, có hai mùa chính và hai mùa chuyển tiếp: mùa đông từ tháng 11 đến tháng 3 năm sau là mùa lạnh. Mùa hè từ tháng 5 đến tháng 9 là mùa khí hậu nóng và hai mùa chuyển tiếp: Mùa xuân vào tháng 4 và mùa thu vào tháng 10 có khí hậu mát mẻ, ôn hoà, nhiệt độ không khí theo từng tháng khác nhau. Mùa đông nhiệt độ trung bình từ 15⁰-16⁰C, lúc lạnh nhất có lúc nhiệt độ xuống đến 4,6⁰-5,3⁰C. Mùa hè nhiệt độ trung bình từ 28⁰-29⁰C, lúc nóng nhất có nhiệt độ tới 38,8⁰C.

Tổng lượng nhiệt trong năm thường lớn hơn hoặc bằng 8000⁰, tính trung bình năm lớn hơn hoặc bằng 21⁰C. Biên độ dao động nhiệt độ ngày lớn nhất vào mùa hè, mùa thu và nhỏ vào vào thời kỳ mưa phùn, ẩm ướt (tháng 1, 2, 3); trung bình 4,3⁰-7⁰C. Ngoài ra Vịnh Hạ Long còn chịu ảnh hưởng của gió đất liền. Ban đêm có gió từ đất liền ra biển, ban ngày có gió từ ngoài thổi vào.

Mưa nhiều thường hay xảy ra vào mùa hè và mùa thu (từ tháng 5 đến tháng 10) chiếm 80%-90%, lượng mưa đạt được đến 1800mm-1900mm, tháng 7, tháng 8 mưa nhiều.

Thiên nhiên đã ban tặng cho Vịnh Hạ Long nhiều giá trị quý báu núi rừng, biển và đảo cùng với khí hậu đã góp phần tạo nên một Hạ Long lung linh huyền ảo và đặc sắc về cảnh quan. Đến Hạ Long vào mỗi mùa du khách sẽ được chiêm ngưỡng những không gian khác lạ đưa du khách hết từ ngạc nhiên này đến ngạc nhiên khác.

2.1.3 Thủy văn

Xu thế biến động nhiệt độ và độ mặn theo chiều thẳng đứng, tầng đáy cao hơn tầng mặt, so với nhiệt độ không khí vẫn cao hơn. Nhưng tầng mặt cao nhất vào tháng 7 và đạt đến $35,2^{\circ}\text{C}$, trung bình đạt $30,5^{\circ}\text{C}$ nhiệt độ thấp nhất vào tháng 2 xuống tới 18°C . Sự chênh lệch tầng mặt và tầng đáy vào mùa hè là 1°C , còn mùa đông chỉ đến $0,2^{\circ} - 0,5^{\circ}\text{C}$. Nhiệt độ nước biển dao động trong ngày theo dạng hình sin, 04-06 giờ trong ngày có đỉnh thấp nhất và 14 - 16 giờ trong ngày có đỉnh cao nhất. Nhiệt độ nước biển dao động trong năm như sau: mùa hè có nhiệt độ cao nhất $31,5^{\circ} - 24,5^{\circ}\text{C}$, nhiệt độ trung bình $18^{\circ} - 19^{\circ}\text{C}$

Sự biến động của độ mặn nói chung có xu thế tăng dần tính từ bờ Vịnh Hạ Long ra biển. Lượng nước mưa từ lục địa do các dòng sông đổ ra cùng với lượng nước mưa trong trong Vịnh đã làm cho độ mặn trong Vịnh Hạ Long giảm theo mùa một cách rõ rệt.

Với những đặc điểm và tính chất khí hậu địa hình nói trên, nếu biết thích nghi với những dạng thiên nhiên có lợi hoặc gây trở ngại thì quá trình khai thác và sử dụng nguồn hải sản của con người Hạ Long sẽ là những yếu tố quyết định đến những món ăn đặc sản địa phương.

2.2. Các giá trị

2.2.1. Giá trị thẩm mỹ

Vịnh Hạ Long là một vùng biển đảo do hai chất liệu đá và nước trong vô vàn chất liệu quý giá của đất trời hợp thành hàng ngàn núi đá nhô lên từ

mặt nước với muôn hình vạn trạng làm say đắm lòng người. Vịnh Hạ Long là tác phẩm nghệ thuật tạo hình kỳ vĩ của tạo hoá, kết hợp hài hoà giữa điêu khắc và hội hoạ, giữa tính hoành tráng khoẻ khoắn và nét hoành tráng nên thơ. Nhưng Vịnh Hạ Long không phải là tác phẩm nghệ thuật tĩnh mà luôn luôn biến đổi dáng hình và màu sắc theo thời gian và từng góc nhìn, tạo lên những giây lát cảnh sắc khác thường, có sức quyến rũ đến lạ kì, khiến cho ta luôn ngỡ ngàng bối rối...

Từ trên cao nhìn xuống thấp thoáng đảo đứng, đảo ngồi, có chỗ thì quần tụ lại xúm xít, trông xa ngỡ chồng chất lên nhau, có chỗ thì lan toả dàn hàng ngang chạy dài hàng chục km như bức tường thành vững chãi ngăn khơi, có chỗ đảo tách ra đứt nối, gãy khúc nhấp nhô. Khi thuyết trình về những giá trị ngoại hạng và giá trị toàn cầu của Vịnh Hạ Long trước Hội Đồng Di Sản Thế Giới trong kì họp thường niên của tổ chức khuyến học và Văn Hoá Liên Hợp Quốc chuyên gia tổ chức di sản Thiên Nhiên (IUCN) đã đánh giá: “Những ngọn núi nhô lên từ mặt nước Hạ Long là một cách độc đáo tự nhiên với sự tuyệt mỹ của thiên nhiên ưu đãi...Nó xứng đáng được bảo quản và ghi trong danh mục Di Sản Thiên Nhiên thế giới với tiêu chuẩn là một di sản thiên nhiên”

Đảo Hạ Long không phải là những quả núi đá buồn tẻ, vô vọng mà là thế giới sinh động của những sinh linh ẩn hiện trong biết bao hình hài bí ẩn bằng đá. Từ đá và nước tạo nên vô vàn đảo đá, tĩnh mặc đắm chiêu như ông già râu tóc bạc phơ đang trầm ngâm suy tưởng về sự sinh tử và cõi vĩnh hằng (Hòn Ông Sư-Bà Vãi, Hòn Lã Vọng, hòn Ông Cụt...) có khi lại tinh nghịch nhảy nhót vô tư như chú thỏ non (hòn Thỏ Rừng...), lừng lơ như vầng treo giữa ban ngày (hòn Lưỡi Liềm) xung quanh là thế giới của những loài động vật trong tư thế hoạt động sống: Say xưa như cặp gà chọi, chăm chỉ như hòn Con Ong, đang đùa giỡn như hòn Thiên Nga, hòn Cá Chép, đang ngụp lặn vươn mình ra biển Đông như hòn Rồng... Tất cả như muốn phô bày mình ra giữa đất trời.

Đi giữa Hạ Long ta cảm tưởng như ta đang lạc vào thế giới tự nhiên nào đó nơi mà tạo hoá vẫn dang dở công trình hoàn tất công việc tạo dựng toàn năng của mình. Những tác phẩm nghệ thuật kỳ diệu, những sinh linh con người được tạc bằng đá nhưng không phải là đá đứng im trong tư thế vĩnh cửu tuyệt vọng mà bên trong ẩn hiện đó đây sự khát vọng sống tràn đầy. Ở đây, tất cả đều động, đều sống...

Có lẽ người xưa và mãi mãi về sau sẽ không bao giờ có thể tìm ra sáng tạo ra ngôn ngữ khả dĩ diễn đạt cái tác phẩm bày ra trước mắt kia. Cảnh đẹp Hạ Long không chỉ phô bày ở dáng núi, sắc trời mà còn tiềm ẩn trong lòng các núi đá, đó là những hang động. Mấy nghìn hòn đảo đá vôi trong Hạ Long chứa bên trong biết bao nhiêu hang động, cho đến nay vẫn còn là một điều bí ẩn chưa ai biết được.

Trong các hang động đã phát hiện, có hàng chục hang động nổi tiếng đã được biết đến và ngợi ca như hang Đầu Gỗ, hang Sừng Sốt, động Thiên Cung, động Tam Cung... Mỗi hang động là một kì quan, khi thì ở trên cao, khi thì ở sát mặt nước, khi thì cửa rộng, khi thì cửa hẹp. Nhưng bên trong mở ra những lâu đài cổ kính hoành tráng. Với một không gian khoáng đạt, từ trên vòm trên hang hàng trăm nhũ đá khổng lồ muôn hình muôn vẻ rủ xuống như những dòng thác lấp lánh ào ạt tuôn chảy, khi thì mọc lên từ dưới đáy hang như những cột đá chống trời. Cảm tưởng của ta như đứng giữa một đền thờ cổ kính, hay trong cung điện của một hoàng đế Ba Tư nào đó. Tất cả từng chi tiết nhỏ đều được chau trốt gọt rửa, nắn nét tinh tế mịn màng, uyển chuyển đến độ tinh xảo không ngờ. Lối đi khi thì sáng sủa rộng mở thoáng đãng, khi thì khép lại luồn lách quanh co chập hẹp mờ ảo, khiến ta chợt nghĩ đến một mê cung bí ẩn trong chuyện cổ tích nào đó!

2.2.2. Giá trị địa chất

Vịnh Hạ Long và vùng rìa bờ, đá phụ cận bao gồm nhiều hệ tầng trầm tích và cacbonat có niên đại từ nguyên đại cổ sinh đến tân sinh. Đó là những trang sử đá ghi lại những biến cố vĩ đại của các quá trình địa chất khu vực xảy

ra hàng triệu năm thông qua các đặc điểm màu sắc, thành phần vật chất, kiến trúc cấu tạo lớp đá, các di tích hoá thạch còn được bảo tồn và quan hệ không gian của các hệ tầng. Các trầm tích của các hệ tầng là những vật liệu, vật mẫu quý giá đóng góp cho hiểu biết của khoa học khu vực. Nhiều hệ trầm tích chứa đựng các vết tích cổ sinh dưới dạng hoá thạch khác nhau, trong đó có những nhóm ngành động vật, thực vật đã bị tiêu diệt trên trái đất, đó là kho báu tìm hiểu về quá trình phát triển và tiến hoá của sự sống trên trái đất. Về cấu trúc địa chất khu vực Vịnh Hạ Long nằm trong phạm vi đới duyên hải. Cũng trên phong nền kiến trúc này đã hình thành nên các trung tâm Cửa Lục và Hạ Long sau này bị biển tràn ngập toàn phần hoặc toàn bộ chuyển động kiến tạo cổ, tân kiến tạo và kiến tạo hiện đại thể hiện khá rõ ở khu vực Vịnh Hạ Long. Chúng tạo nên những biến dạng mạnh mẽ của các lớp đá cứng, các nếp uốn thoải, nếp uốn đứt gãy thuận, đứt gãy nghịch kèm theo những đới dăm kết tạo nên những bức tranh sinh động trên các vách đá dốc đứng, gây ấn tượng thiên nhiên kì vĩ, khu vực Vịnh Hạ Long có lịch sử tiến hoá lâu dài với những dấu ấn được biết ít nhất gần 570 triệu năm qua. Chế độ biển của Vịnh Hạ Long hiện tại mới hoàn thành khoảng 7000-8000 năm trở lại đây. Lịch sử địa chất khu vực Vịnh Hạ Long đã trải qua ba lần tạo sơn quan trọng: lần đầu tạo sơn (caledoni) sau địa máng và cuối kỉ trias (khoảng 200 triệu năm trước). Lần tạo sơn thứ ba (Anpi) tạo nên sự phân rẽ giữa các dãy núi, địa phương và các bồn trũng - địa hào làm tiền đề cho biển hiện đại lấn vào tạo nên Vịnh hạ Long. Khu vực Vịnh Hạ long có hai khu vực cổ địa lý rất đặc biệt, kiến tạo sụp lún chậm chạp diễn ra trong 100 triệu năm để tạo nên những tầng đá vôi dày hơn 1200m là một điều kì diệu, hiếm thấy trong tự nhiên. Đó cũng chính là tiền đề để hình thành nên cảnh quan địa hình đá vôi độc đáo sau này.

Vịnh Hạ Long ngày nay là một cánh đồng Karst ngập chìm dưới nước biển, là kết quả tiến hoá tự nhiên. Nhưng để có Vịnh Hạ Long đã phải có một biển có tích tụ tầng đá vôi dày trên nghìn mét trong khoảng 340-240 triệu năm trước

Với giá trị về mặt địa chất, địa mạo, Vịnh Hạ Long đã được đăng quang lần thứ 2 là di sản thế giới tại phiên họp thường liên lần thứ 24 của hội đồng di sản thế giới tổ chức tại thành phố Cairns (Australia) 29/11/2000

2.2.3. Giá trị sinh học

Ở Vịnh Hạ Long có sự đa dạng sinh học rất lớn, đây là nguồn tài nguyên rất quan trọng cần được giữ gìn, bảo tồn để duy trì cân bằng sinh thái cho cả khu vực. Về cá, khu vực Vịnh có cá thu, cá nhụ, cá song, cá hồi, cá trác, cá trích xương, cá bạc má, cá chim đen, cá chim trắng, cá đú, cá bơn, cá khế, cá hồng, cá nục gia, cá nhồng, cá gừng...Cá ở vịnh được chia thành 3 nhóm hệ sinh thái:

Nhóm sinh thái cá tầng mặt (ngư dân thường gọi là cá nổi). Đại diện là trích, lằm, nục, cơm, đế, chim, thu, liệt khế, moi...

Nhóm sống gần đáy như cá mối, lượng, trác, tráp, hồng, căng, sao

Nhóm cá tầng đáy có số lượng và chủng loại không nhiều, đại diện là cá đuối, cá bơn.

Ngoài ra còn có nhóm nhuyễn thể chân đầu rất giá trị đó là loại mực có nhiều loại như mực ống, mực lá, mực nang (mực nang hoa, mực nang chám)...chúng sống thành từng đàn, gọi là ổ mực và sống ở sát đáy, chỉ khi tìm mồi mới nổi lên. Loài này thích ánh sáng, nơi nước ấm có độ mặn cao.

Xung quanh khu vực Vịnh Hạ Long còn có những ngư trường tôm. Mùa vụ khai thác từ tháng 8 đến tháng 2 âm lịch. Tháng 9-10 là thời gian có số lượng cao riêng tháng 8 tháng tôm he hay đi nổi thành từng đàn có mật độ dày. Bãi tôm Vịnh Hạ Long có diện tích không lớn, mùa vụ khai thác từ tháng 10 đến tháng 5 năm sau. Đối tượng khai thác chủ yếu là tôm he. Bãi tôm Vịnh Bái Tử long là khu vực kín gió, diện tích khoảng 15 dặm vuông, độ sâu khoảng 10m, đáy bằng phẳng. Đối tượng khai thác chủ yếu trong các tháng 4-5 là loài tôm đuôi xanh chiếm 44,4% tiếp đến là tôm sú 19,4-38,3%. Còn lại tôm rảo và các loại tôm khác.

Hệ thống bãi triều của Vịnh Hạ Long cũng là nguồn hải sản to lớn. Các loại tôm cá nhuyễn thể...Từ biển theo thủy triều vào chính là nguồn giống nuôi trồng hải sản, gồm các loại sau: cá đối (đối đất, đối lưng gù, đối nhồng, đối nục), cá (thu, vược, bông, bớp, tráp, cặng), tôm (tôm rảo, tôm lột, tôm sú, tôm gai), cua, rong câu...Trong các loài nước lợ, tôm rảo chiếm tỉ lệ chủ yếu (70% sản lượng tôm). Sau tôm là cua bể, phân bố rộng khắp trên các bãi triều có rừng ngập mặn. Ngoài cua, ghẹ còn có các loài cáy bùn, cáy xanh, còng ram...Bên cạnh các loài động vật còn có một loài có giá trị xuất khẩu cao là rong câu chỉ vàng, sống ở các vùng nước mặn, nước lợ trên các chuông bãi triều từ Yên Hưng đến Hải Ninh xung quanh các đảo Cô Tô, Vân Hải, Vĩnh Thục. Bên cạnh rong câu là rong mơ với nhiều loại như rong mơ 3 cạnh, rong mơ nhánh, rong mơ bềm, chúng sống trong các vụn đá, ven vùng vịnh ở khu vực Vịnh Hạ Long.

Sau rong biển phải kể đến các loài nhuyễn thể gồm có hào sông sống ở các cửa sông đồng bằng, sông Chanh (Yên Hưng), sông Đá Bạc (Uông Bí), sông Ba Chẽ... Sò có hai loại là sò huyết và sò lông phân bố tập trung ở các vùng đảo Tuần Châu, Cô Tô, Vân Hải các bãi triều từ Hoàn Bồ - Cẩm Phả.. Sò huyết là loài đặc sản quý được thực khách rất ưa thích. Chúng chủ yếu sống ở nơi bùn nhão trên các chuông và bãi triều, các cửa sông, trong Vịnh kín. Bào ngư cũng là một loài nhuyễn thể ở vùng vịnh có hai loại: Bào ngư cửu khổng và bào ngư vành tai. Toàn thân loài bào ngư là một khối được bao bọc bởi một tấm vỏ giống như một chiếc đĩa làm phương tiện bảo vệ. Nơi ở của bào ngư là những rạn đá trên có tảo mọc, sóng gió mạnh. Nó là loại hải sản quý, có rất nhiều chất bổ. Bào ngư có nhiều ở Quan Lạn, Thượng Hạ Mai, Cô Tô và Ba Mùn.

Nói tới Vịnh Hạ Long phải nói ngọc trai nữ, loài trai cho ngọc còn gọi là trai Mã Thị là loại đặc sản quý. Chúng phân bố ở các vùng Vân Hải, Vĩnh Thục, nhưng tập trung nhiều ở quần đảo Cô Tô. Ngoài ra còn có các loài nhuyễn thể như điệp ngọc, qeoo bùn nản ống, hào sú, sò nứa, ngáo, vạng, ngó,

phi phi, tu hài, dọn thụt, dẻ và các loài ốc như ốc hương, ốc tù, ốc chén, ốc gai... Chúng đều là những thực phẩm ngon được người dân và du khách khi tới Hạ Long ưa dùng

Bên cạnh nhiều loài nhuyễn thể còn có hải sâm, sá sùng, vây cá, cà ghì, sứa, san hô... Những loài này đã được nhân dân trong vùng khai thác từ rất lâu đời trong suốt quá trình lịch sử, sinh tồn của con người nơi đây.

Với những Điều kiện tự nhiên và giá trị về mặt thẩm mỹ, địa chất và sinh học như trên Hạ Long là một trong những khu du lịch lớn có thể khai thác hiệu quả nhiều loại hình du lịch: du lịch tắm biển, du lịch sinh thái, thể thao đi bộ, câu cá, thám hiểm đại dương... Và điều đặc biệt thú vị khi đến với Hạ Long là được thưởng thức những món ăn hải sản tươi sống và quý hiếm.

2.3 Đặc điểm môi trường xã hội

Khu vực Vịnh Hạ Long là một cái nôi cư trú của người Việt cổ, được chứng minh qua các di chỉ khảo cổ học phong phú với 3 nền văn hoá kế tiếp nhau phát triển liên tục: Văn Hoá Soi Nhụ, Cái Bèo, Hạ Long. Ba nền văn hoá này gắn liền với nền văn hoá Hoà Bình, Bắc Sơn nổi tiếng ở Việt Nam.

Văn hoá soi nhụ cách ngày nay từ 4500 năm đến 3000 năm được chia làm hai giai đoạn: Sớm và muộn. Giai đoạn sớm: Môi trường dân cư Cái Bèo tạo nên loại hình Sớm Thoi Giếng của văn hoá Thoi Giếng. Địa bàn cư trú của chủ nhân nền văn hoá này chủ yếu thuộc các di chỉ Thoi Giếng, gò Bà Mừng thôn Nam... thuộc xã Vạn Minh (Móng Cái) có độ cao khoảng 6m so với mực nước biển hiện tại. Phương thức sống của họ là săn bắn, hái lượm. Giai đoạn muộn là kết quả của mực nước biển dâng cực đại rồi sau đó rút dần (khoảng 4000-3000 năm trước). Địa bàn cư trú và kiếm sống của người Hạ Long thu hẹp lại, khu vực cư trú bị biển ngăn cách thành đảo. Khai thác biển vẫn là nghề truyền thống. Họ thực sự là cư dân của biển: thuyền bè, phương thức kiếm sống, kỹ nghệ chế tác công cụ tinh xảo; cửa chuốt bong, tạo nên công cụ đá độc đáo mang đặc trưng văn hoá Hạ Long: Rìu...

Khu vực Vịnh Hạ Long là nơi ghi dấu lịch sử dựng nước và giữ nước của dân tộc.

❖ Trong cuộc kháng chiến chống Pháp:

Ngày 1/5/1930, lá cờ búa liềm phấp phới tung bay trên đỉnh núi Bài Thơ đã đánh dấu một giai đoạn mới của quá trình đấu tranh cách mạng của giai cấp công nhân vùng mỏ, góp phần đập tan xiềng xích nô lệ của thực dân Pháp.

Ngày 24/3/1946 Hồ Chủ Tịch đã hội đàm với cao uỷ Pháp Đắc Giăngliơ trên chiến hạm E-min-béc-tanh

❖ Trong cuộc kháng chiến chống Mỹ

Vào những năm 60 của thế kỉ XX những chuyến tàu không số xuất phát từ khu vực Vịnh Hạ Long tiến vào miền Nam mang theo vũ khí đạn dược.

Vịnh Hạ Long còn chứng kiến lần tập kích và thất bại đầu tiên bằng không quân của không lực Hoa kì khi chúng mở đầu cuộc chiến tranh phá hoại miền Bắc: 5/8/1964 và sự kiện bắt sống tên giặc lái Mĩ đầu tiên (khi địch nhảy dù chôn thoát) đó là viên trung úy An-Vơ-Rét người Mĩ gốc Tây ban Nha, số lính 644.142. An-ver-rét là tên giặc lái Mĩ bị bắt lần đầu tiên trong cuộc chiến tranh phá hoại Miền Bắc Việt Nam. Bị Bắt đầu tiên, bị giam đầu tiên nhưng An-ver-rét lại là một trong những tên tù binh Mĩ trao trả cuối cùng cho phía Mĩ khi cuộc chiến tranh kết thúc vào năm 1975.

Ngoài những giá trị lịch sử gắn với các sự kiện thì Vịnh hạ Long còn có các chùa trên đảo: trên đảo Cống Đông có tới 4 ngôi chùa lớn nhỏ, một trong những ngôi chùa cổ có lối kiến trúc đẹp và rộng lớn còn lại tới ngày nay là chùa Lắm, Long Tiên (nằm ở phía bắc chân núi Bài Thơ), chùa thờ Phật và các tượng nhà Trần có công dựng nước); Đến khi đức ông Trần Quốc Nghiễn (nằm ở phía Tây chân núi Bài Thơ thờ con trai của Hưng Đạo Vương Trần Quốc Tuấn là Trần Quang Nghiễn).

Một trong những giá trị văn hoá đặc sắc có sức hấp dẫn lớn đối với du lịch là đời sống của cư dân làng vịnh chài trên Vịnh hạ Long, tập trung chủ yếu tại các thôn như Ba Hang, Cửa Vạn, Vông Viêng, Cặp La. Tổng cộng có

khoảng hơn 300 hộ với gần 2000 nhân khẩu. Cuộc sống của người dân nơi đây còn giữ nguyên được nét văn hoá truyền thống tiêu biểu của một làng chài ở đảo cách đây hàng trăm năm. Đến đây người dân Làng chài Hạ Long thật thà chất phác và vô cùng mến khách sẽ phục vụ bạn những món ăn hải sản theo phương pháp truyền thống rất ngon và lạ.

Nếu như Phú Thọ có hát Xoan, Bắc Ninh có hát quan họ, Quảng Nam có hát bài chòi thì ở Vịnh Hạ Long có hát giao duyên, lối đối đáp giao duyên là chiếc cầu nối tình cảm giữa các chàng trai, cô gái... Ngoài ra người Quảng Ninh còn có lối Hát Đúm, Hát chèo thuyền, Hát đám cưới.

Vào ngày 1/4 âm lịch hàng năm, trên các ngư trường Quảng Ninh thường tổ chức hội nghề cá để cúng thủy thần. Với lòng thành kính mong thủy thần phù hộ thu. Đây chính là ngày hội xuống nước của ngư dân để cầu một năm mưa thuận gió hoà, chài lưới bội thu.

Tóm lại, có thể nói kinh tế biển là một nghề truyền thống và những chiếc thuyền đánh cá là hình ảnh không thể thiếu của Hạ Long. Biển đã tham gia như một yếu tố tích cực vào các quá trình tự nhiên của địa phương, ảnh hưởng quan trọng đến nhiều vấn đề của đời sống xã hội: từ lao động, sinh hoạt, chiến đấu, vui chơi giải trí và đặc biệt là việc ăn uống. Với đặc điểm tự nhiên và xã hội thuận lợi, Hạ long có thể thực hiện một chương trình khai thác kinh tế đại dương theo hướng tốt nhất và nếu biết tăng cường việc khai thác thế mạnh này vào trong hoạt động du lịch thì khả năng thu hút và phát triển du lịch đến với Vịnh Hạ Long là rất lớn.

2.4. Đặc trưng văn hoá ẩm thực biển Hạ Long - Một điển hình của ẩm thực biển Việt Nam

Với bạn bè thế giới Việt Nam được biết đến như là quê hương của các món ăn ngon. Từ những món ăn bình dân thường ngày đến các món ăn trong các dịp lễ tết đều để lại những giá trị sâu sắc. Tập quán ăn uống sinh hoạt của người Việt có những nét đại đồng nhưng trong cái chung ấy lại có những cái riêng mang hơi hướng của từng tộc người, từng vùng miền khác nhau . Đây

chính là sắc thái địa phương trong ẩm thực Việt Nam và chính những sắc thái này tạo ra sự đa dạng và làm cho bức tranh ẩm thực Việt Nam thêm phần sinh động. Nằm trên cái nền chung ấy, ẩm thực Biển Hạ Long - Quảng Ninh nổi nên một điển hình với nét cá tính, mạnh mẽ nhưng sâu sắc, mộc mạc mà có sức lôi cuốn vô cùng.

Với du khách có lẽ Hạ Long là địa điểm du lịch quen thuộc. Thế nhưng người ta thường biết đến Hạ Long bởi di sản thiên nhiên thế giới chứ không mấy người biết đến Hạ Long bởi văn hoá ẩm thực nơi đây. Trong khi ẩm thực Hà Nội, ẩm thực Huế, ẩm thực Nam Bộ lại được nhắc đến nhiều bởi những đặc sản nổi tiếng xa gần như: bún chả, chả cá Lã Vọng, phở, bánh cuốn Thanh Trì, bún bò giò heo, cơm hến Vậy văn hoá ẩm thực biển Hạ Long- Quảng Ninh có đặc trưng gì?

Giống như nhiều địa phương khác tập quán ăn uống của người Hạ Long cũng bắt nguồn từ nền chung của ẩm thực Việt Nam. Ngoài nghề nông, săn bắt thì cũng có một bộ phận dân cư còn nhờ vào ngư nghiệp để sinh sống. Đời sống gần sông nước cho nên trong tư duy của cư dân thắm đậm tư duy sông nước tư duy biển cả. Vốn có bề dày lịch sử về nghề chài lưới lại ảnh hưởng của tính biển sâu sắc nên từ tính cách, tập quán, lối sống, ăn, ở đi lại của họ cũng mang đậm dấu ấn biển cả. Văn hoá ẩm thực biển Hạ Long, ban đầu cũng được định hình và xây dựng trên nền tảng chung đó. Song cũng ẩn chứa những nét riêng do điều kiện tự nhiên và môi trường xã hội mang lại.

Với người dân biển Hạ Long, tuy chưa thật cầu kỳ và sang trọng trong phong cách ẩm thực nhưng cũng biết chắt lọc những tinh hoa của ẩm thực Trung Hoa, Pháp kết hợp với kinh nghiệm chế biến truyền thống để chế biến nên những món ăn đậm đà phong vị của biển cả.

Trong tâm trí của người Việt Nam, đánh giá về cư dân miền biển ta thường nghĩ tới lối sống giản dị, lành mạnh và thuần phác đầy cá tính. Chính môi trường sống hàng ngày hàng giờ phải đối mặt với cái sóng, cái gió đã tôi luyện họ thành những con người cứng cỏi. Điều này khác hẳn với người Hà

Nội- Kẻ Chợ “xa rừng nhạt biển” luôn lấy việc ăn ngon mặc đẹp làm bản sắc riêng cho mình. Nếu như phong cách ẩm thực của người Hà Nội được gói gọn trong hai từ “sành ăn” và “cầu kì” thì phong cách ẩm thực của người Hạ Long tuy chưa thật rõ nhưng cảm nhận trong cách ăn uống của con người nơi đây là sự phóng khoáng, “dám ăn, dám chơi”.

2.5. Đặc sản biển Hạ Long - Quảng Ninh

Đặc sản là những sản vật khác thường, có chất lượng cao. Đặc sản có thể hiểu là những sản vật tự nhiên vốn có ở vùng này mà không có ở vùng khác, hoặc những vật nuôi cây trồng đã được thuần dưỡng lai tạo để tạo ra những giống mới, giống quý cho mỗi vùng miền. Đặc sản còn là những sản phẩm do con người bằng tài khéo léo của mình chế biến sáng tạo nên những món ăn có tính độc đáo và đặc sắc, có khi bao hàm cả ý nghĩa tâm linh, giá trị tinh thần tình cảm trong dịp hội hè, lễ tết, chiêu đãi khách khứa, yến tiệc linh đình... Đặc sản đôi khi còn là các sản vật lạ và quý của các vùng miền khác nhau, trong những không gian văn hoá khác nhau.

Trong phạm vi đề tài này, người viết muốn tập trung giới thiệu những sản vật được coi như “đặc sản” của vùng có giá trị trong việc kinh doanh du lịch biển Hạ Long, với hy vọng tìm ra được hướng khai thác phát triển du lịch biển dựa trên nét độc đáo đặc sắc của ẩm thực biển Hạ Long - Quảng Ninh

2.5.1. Những món ăn phổ biến

2.5.1.1. Sứa biển

Vùng biển Hạ Long trước kia được thiên nhiên ưu đãi ban tặng cho một loài hải sản quý, đó là con sứa. Sứa đã được những người dân Hạ Long đặt cho cái tên trù mền và quý trọng “vàng biển”. Bởi lẽ, với người dân ở vùng biển Hạ Long, Minh Châu (Vân Đồn), nghề đi vớt sứa đã đã giúp họ đổi đời, vào mùa cao điểm mỗi ngư dân đi vớt sứa có thể bỏ túi cả vài triệu bạc một ngày.

Vào mùa hè thời tiết nóng bức chọn món ăn để “hạ nhiệt” thì có lẽ không món nào sánh bằng sứa. Sứa là loài thuỷ tinh ruột khoang, thân hình tán, có nhiều tua thịt dạng keo trong suốt, chứa nhiều nước, sống trôi nổi trên

biển. Dân gian gọi tua sứa là “chân sứa”, mép thân sứa là “sứa tai”. Sứa có cả trăm loài lợi có, hại có, sứa độc có, sứa lành có. Sứa hiền ngư dân thường gọi là “sứa sen”. Các nhà khoa học đã nghiên cứu Thành phần dinh dưỡng của sứa(100g)12,3g Protein 3,9g Đường 0,1g Béo182mg Ca 9,5g; Fe1,32g IotB1,B2,PP và cùng với 1 số thành phần dinh dưỡng có lợi cho sức khỏe.

Hàng năm sứa sen có 2 kì rộ là tháng 4 và tháng 7 âm lịch, thường ngư dân gắp một mẻ sứa thì không thể nào vớt hết, dù là phải dùng tàu vận tải. Thời trước chỉ ngư dân và người sống gần biển mới biết ăn sứa bởi sứa không đem bán đem bán ra thị trường cho các tiệm đặc sản như bây giờ. Họ bắt về biếu tặng nhau để làm gỏi ăn chơi mà không bao giờ lấy tiền nên chỉ chọn lấy phần chân của sứa, còn lại thì bỏ hết. Trước khi đem về nhà, họ đã rửa thật sạch phần nhớt ngoài biển, nên sứa ngả màu xanh pha tím rất đẹp. Về nhà người ta giã ổi (có chất chát) hoặc phèn chua ngâm vào cho sứa se lại, vài tiếng đồng hồ đem ra xả nước lạnh thật kĩ, xắt nhỏ để thật ráo. Chợ quê ngày xưa bày bán những mẻ sứa lớn bày thành từng dãy, nhưng đến tầm tám, chín giờ sáng đã bán hết, cũng bởi vì sứa rất mau tan thành nước; và cũng vì vậy người mua lúc nào cũng chuẩn bị sẵn những loại gia vị có khả năng làm giảm sự tan của sứa. Là món ăn bình dị có hương vị riêng nên có người ăn được, người không ăn được, nhưng nếu ai đã ưa nó thì không thể dứt bỏ được thói quen ăn sứa. Có người “ghiền” đến độ sứa chưa kịp trộn, cứ vừa đội rổ sứa trên đầu vừa bốc từng miếng ăn ngon lành, khi về đến nhà thì rổ sứa đã vơi đi quá nửa. Sứa có thể chế biến được nhiều món nhưng thông dụng nhất vẫn là món sứa trộn. Sứa đem về được chần sơ qua nước ấm cho sạch và giòn sau đó đem để cho ráo nước trước khi trộn. Gia vị dùng để trộn sứa có rất nhiều loại. Mùa giêng hai rau trái tươi tốt, đặc biệt là món cải cay và các loại rau thơm. Món sứa trộn muốn dùng được nhiều phải trộn nhiều rau để bớt ngán. Ngày nay người ta hay dùng chuối chát để đánh bạt mùi tanh của sứa, nhưng nếu “sành điệu” hơn phải tìm cho được dái mít (trái mít non - loại có những vàng cám lấm tấm như nhung bên ngoài). Sau khi cho rau, sứa, các loại gia vị,

nước mắm, ớt, tỏi vào trộn đều, rồi rắc đậu phụng rang và bóp bánh tráng nướng vào. Vậy là đã có một món ăn lạ miệng sau những ngày “dầm mình” trong các mâm cỗ tết. Sứa có thể làm nhiều món ăn ngon như bún sứa, nộm sứa. Hạ Long có món gỏi sứa ăn kèm với đậu phụ nướng nghệ và mắm tôm. Mùi thơm miêng đậu phết nghệ khi nướng lên đi chung với vị biển của sứa, thêm chút mắm tôm nữa thì hết ý. Rồi sứa ăn với washabi (mù tạt) của Nhật, vị sứa mát lạnh được hơi cay nồng sốc mũi của washabi làm thành một bản phối có âm – dương. Nhưng món gỏi sứa trộn thịt gà lại là món làm người ăn nhớ lâu vì cách chế biến khá tốn công và sự đa vị phong phú của nó. Sứa khô được ngâm xả với nước sôi cho nở ra và nhả vị mặn, rồi cho ngay vào nước đá để lấy lại độ giòn đặc trưng của sứa. Vớt sứa để ráo, cho nước trộn gỏi pha bằng nước mắm, đường, chanh, tỏi, ớt ướp với sứa cho thấm. Các loại rau củ, dưa leo, cà rốt, cần tây, hành tây, khổ qua được cắt mỏng, trộn đều với nước trộn gỏi. Cho sứa và thịt gà xé vào, nếu muốn thay đổi khẩu vị có thể dùng thịt thăn heo cắt sợi cũng được. Sau cùng thêm các loại rau thơm cắt nhỏ, ớt sợi và mè rang lên mặt gỏi. Gỏi sứa đặc biệt bởi trong cái giòn của miếng sứa thoang thoang cái hơi hướm mát lạnh của biển khơi. Vị ngọt của thịt gà làm tròn trịa cho món gỏi vốn nhiều rau thanh nhẹ. Gỏi sứa còn thích hợp cho sức khỏe người ăn kiêng, tim mạch.

Ngày nay, xuất hiện nhiều trên đường phố Hạ Long ta thấy những quầy hàng rong bán sứa rất nghiệp dư, không bàn ghế, không mái che, chỉ là đôi quang gánh đơn sơ tạm bợ, mà người bán hàng đã lấy chiếc đòn gánh đặt xuống làm chỗ ngồi cho mình, còn khách thì tự thu xếp lấy chỗ ngồi cạnh hai chiếc quang vẫn đứng như sẵn sàng đi ra chỗ khác.

Một bên quang là chiếc nồi hông còn nguyên sắc đỏ hồng như mới dỡ ra từ một lò nung gốm nào, hoặc chiếc chậu sành da lươn còn rõ đường vân nâu nâu, trong đó bập bênh, dập dềnh những lát sứa tươi nâu đỏ, có chỗ trong vắt, trong như pha lê, trong như thạch trắng, lẫn vào đó là những sợi râu có mấu nhỏ, như cái râu con cá mực, râu con bạch tuộc, nổi chìm trong một thứ

nước cũng nâu đỏ là nước muối có vỏ sù vỏ "già", bốc lên chút ít mùi urê vương vấn (mà có người cứ cho nó là khai khai và còn đồn là con sứa được ướp bằng nước tiêu, nhưng thực ra hoàn toàn không phải, chỉ là chất nồng của thứ hải sản gọi là con sứa mà thôi.)

Chiếc quang bên kia là đầy đủ gia vị: Rau kinh giới, bánh đa nướng, quả dưa chuột, miếng đậu phụ nướng vàng, chút bún trắng tinh, âu mắt tôm xám đỏ để sẵn sàng được bốc vào cái mẹt tre xinh xinh mỗi thứ một ít.

Khách phần lớn là phụ nữ, đi chợ mua đồ ăn, cái bụng không no mà cũng chưa đói, sà vào hàng quà lạ miệng và hấp dẫn con mắt, tự thu xếp lấy chỗ ngồi, có người con gái ý tứ, còn che nghiêng vành nón để ăn quà chợ. Khách gọi. Bà bán hàng thoăn thoắt đôi tay, cầm tảng sứa tươi lên, còn ròn ròn nước màu hồng cho khách chọn miếng nào ưng ý. Bà có con dao thật đặc biệt, dao Thái, dao Pháp cũng không sao sánh được. Đó là một thanh tre cật được vót nhẵn, mảnh như chiếc lá lúa. Con dao bằng tre ấy đưa một vài đường, từng miếng sứa ngon lành vuông vức đã nằm lên trên mẹt, miếng dày miếng mỏng, miếng trong miếng đục, miếng trắng miếng hồng, thơm thơm, nồng nồng, mần mần, man mát, tê tê. Sứa tươi kiêng kỵ mọi thứ kim khí, từ chiếc đũa ăn đến đồ dùng cả con, và con dao thái sứa. Vì thế mà cái nôi hông, con dao cắt tre, cả mẹt đựng con gái con dâu, cháu gái đi ăn quà tháng ba chớm hè cuối đông trời trở dạ vị... cứ nguyên cổ sơ như từ trăm năm trước, nghìn năm trước các cụ, các bà, các mẹ, các chị đã từng như thế và nay đến lượt cô.

Những du khách đi nghỉ mát và thăm Vịnh Hạ Long trước đây khi về thể nào cũng có chục con cua gạch thật to, bó bẹ chuối đem về là quà. Bây giờ thì cảnh ấy không thấy nhiều nữa vì con cua người ta buôn bán sang trung Quốc, giá cua đắt quá nên một số có thể mua vài ba cân sứa khô về thỉnh thoảng đổi món vừa lạ vừa kinh tế dễ vận chuyển đi xa không bị dập nát hư hỏng và cũng chẳng nặng mùi như cá khô hay mực tươi.

2.5.1.2 Sam biển

Đến Hạ Long, muốn tìm được một món ăn mang đặc trưng hương vị biển vừa ngon, vừa độc đáo, có nguồn gốc tự nhiên, luôn đảm bảo độ tươi sống và chứa đựng một giai thoại (khi thưởng thức sẽ được nghe kể) thì Sam biển chắc chắn là một sự lựa chọn khôn ngoan. Sự tích loài sam gắn liền với câu chuyện tình cảm động của đôi vợ chồng người đánh cá. Ở một làng đánh cá ven biển có một cặp vợ chồng trẻ. Cả hai vợ chồng đều siêng năng cần kiệm, tuy không phải là giàu có nhưng cuộc sống không mấy thiếu thốn. Những lúc rảnh rang, hai người quần quít bên nhau chuyện trò không bao giờ dứt.

Một hôm, người chồng cùng nhiều trai tráng trong làng giong buồm ra khơi đánh cá. Bất ngờ, một cơn bão ập đến. Đoàn thuyền ra sức chống chọi với sóng cả gió to. Cuối cùng mọi người cũng tìm cách tạt được vào bờ, chỉ có chiếc thuyền nhỏ của chàng là mất hút ngoài khơi xa. Hay tin chồng mất tích, người vợ trẻ như phát điên, phát dại. Sau ba ngày đêm khóc ròng rã, nàng mới nguôi ngoai dần và quyết chí tìm chồng cho bằng được. Hết ngày đến đêm, nàng cứ theo bờ biển mà đi mãi, đi mãi. Có một ông bụt hiện lên cho nàng một viên ngọc màu hồng với lời dặn phải giữ cẩn thận nếu không sẽ bị chìm nghỉm dưới đáy biển. Nhưng thật không may, sau khi tìm thấy chồng, trên đoạn đường trở về nhà người thiếu phụ đã sơ ý đánh rơi mất viên ngọc xuống đáy biển. Và cả hai người từ từ chìm dần cho đến khi mặt nước chỉ còn lại những làn sóng nhấp nhô.

Ngày nay, chúng ta thường thấy loài sam biển bao giờ cũng bơi theo từng cặp, con cái bám vào lưng con đực. Người ta cho rằng đó chính là hiện thân của đôi vợ chồng người đánh cá chung thủy ấy, khi sống cũng như khi chết, họ chẳng bao giờ muốn rời nhau nửa bước.

Đến Hạ Long thưởng thức món sam và được nghe ngư dân kể sự tích loài sam thì thật thú vị biết bao.

Từ nguyên liệu chính là thịt sam biển, người Hạ Long có thể chế biến ra được rất nhiều món ăn khác nhau, như: tiết canh sam, gỏi sam, chân sam

xào chua ngọt, sam xào xả ớt, trứng sam chiên giòn, trứng sam xào lá lốt, sam hấp, sam bao bột rán, sụn sam nướng, sam xào miền...

Các món ăn từ thịt sam biển thơm ngon, nhưng để có được những món ăn độc đáo ấy, thì khâu làm thịt sam và chế biến là cả một quy trình công phu.

Việc đầu tiên cần nói đến là quá trình đánh bắt sam biển. Để bắt được sam biển, ngư dân phải tính con nước và định ngày ra khơi. Sam thường đi theo đôi (một đực, một cái), nên đã tìm thấy sam là bắt được cả hai con một lúc. Nếu chỉ bắt được 01 con, thì ngư dân sẽ nhanh chóng thả ngay xuống biển, vì đó là con so. Sam rất dễ nhầm với so, mà ăn so hay bị đau bụng. Những người đi biển lâu năm dễ dàng phân biệt được hai loại này. Về kích thước, so giống sam cái nhưng nhỏ hơn. Miệng của sam bằng phẳng còn so thì hõm sâu. Dấu hiệu dễ phân biệt nhất là so có số gai nhiều hơn rất nhiều so với sam.

Sam biển là loại hải sản chỉ sống trong tự nhiên, chưa nuôi trồng được, khi đánh bắt lên bờ chỉ sống được không quá ba ngày. Đây cũng là một thử thách đối với những người làm nghề đánh bắt, kinh doanh sam.

Quy trình đánh bắt sam và kinh doanh các món ăn chế biến từ sam biển vừa vất vả, vừa công phu nên không có nhiều nhà hàng làm món ăn này. Ở Hạ Long chỉ có duy nhất một con phố có đông nhà hàng chế biến sam biển ngon và uy tín. Người Hạ Long vẫn quen gọi là Phố Sam. Bởi dãy phố này tập trung nhiều nhà hàng chế biến sam biển.

Công đoạn chế biến được quan tâm hàng đầu. Bởi lẽ, nếu không khéo léo trong quy trình này, rất khó lấy được thịt sam và món ăn dễ gây đau bụng cho người thưởng thức.

Khi giết sam phải có đủ ba dụng cụ là dao nhọn, dao chặt và kéo để lấy phần chân, lọc thịt, bỏ ruột và gan (vì bộ phận này chứa nhiều tác nhân gây đau bụng).

Sam là món ăn thuộc loại hàn tính, nên phải ăn cùng những gia vị nóng như: gừng, sả, ớt, lá lốt... cùng với tài nghệ khéo léo và kinh nghiệm lâu năm của người đầu bếp, chúng ta sẽ có những món ăn đặc sắc chế biến từ sam biển

với những hương vị rất riêng.

Một thực khách chia sẻ: “Tôi rất thích ăn sam vì nó mát, và lại nghe nói sam đi đâu cũng có cặp, nên tôi đã cùng bạn trai đến đây thưởng thức món này với hy vọng về một tình yêu bền chặt”.

Thịt sam ngon, vỏ sam cũng rất hữu dụng, có thể khắc hàn, cảm lạnh và ky sài cho người và vật nuôi. Ngày nay, người ta bắt sam chủ yếu để lấy vỏ. Vỏ sam được xuất khẩu sang Trung Quốc. Từ vỏ sam, người Trung Quốc có thể dùng để chế tác ra đồ lưu niệm có độ tinh xảo, hấp dẫn khách du lịch

2.5.1.3 Tôm và các món từ tôm

Biển Hạ long là nơi hội tụ của rất nhiều loại tôm: tôm he, tôm hùm, tôm vằn, tôm sắt... Nhưng quý nhất là tôm he và tôm hùm. Tôm hùm có vỏ cứng, đôi càng to khoẻ rất dữ tợn, bởi vậy, có tên là tôm hùm (chúa tể của các loài tôm). Vỏ tôm hùm thường làm vật trang trí trong các nhà hàng khách sạn, trong các gia đình ngư dân miền biển Hạ Long. Nếu tới khu chợ đêm Hạ Long du khách sẽ được xem rất nhiều những bộ vỏ tôm hùm được bày bán thành đồ lưu niệm rất đẹp mắt. Tôm he có vỏ mềm hơn tôm hùm thường được dùng làm đặc sản trong các bữa tiệc. Có hai cách chế biến tôm he phổ biến nhất đó là tôm hấp và tôm tẩm bột rán, nhúng. Tôm hấp được ưa chuộng bởi vẫn giữ được hương vị đậm đà của biển. Tôm he khi còn sống có màu xanh, cái móc trên đầu tôm rất sắc và nhọn, khi đem chế biến người ta phải bắt tôm cẩn thận, rửa sạch nước rồi hấp sao cho càng tôm không bị rụng. Tôm hấp chín chuyển màu hồng. Tôm hấp ăn với hành trần, rau thơm, chấm với muối tiêu hoặc nước mắm có nêm ớt. Trên bàn tiệc có đĩa tôm hấp màu hồng, bên cạnh có đĩa hành trần củ trắng tinh, dọc hành và rau thơm màu xanh lại có bát nước chấm với ớt màu đỏ tạo nên một bức tranh tĩnh vật trông đẹp mắt và hấp dẫn.

Khi ăn tôm hấp, người ta phải bóc vỏ đầu tôm trước, đầu tôm có lớp gạch màu vàng sánh ăn rất ngậy. Nếu ai không ăn được chất béo thì không nên ăn gạch tôm bởi sau đó không muốn ăn các thứ khác. Nhưng nếu không sợ chất béo thì gạch tôm ăn sẽ rất ngon, điều đó phụ thuộc vào sở thích của

mỗi người. Tôm hấp khi bóc vỏ, thịt tôm trắng hồng, từng thớ thịt chắc nịch, nhìn thấy đã muốn ăn. Nếu được chế biến hoặc sắp đặt khéo léo trên bàn tiệc, món tôm hấp trở thành món ăn có giá trị dinh dưỡng và giá trị thẩm mỹ cao. Bởi vậy tôm hấp được liệt vào hàng đệ nhất đặc sản Hạ Long

Giống tôm ở biển có lắm loại. Có một loại người ven vịnh Hạ Long khi sử dụng thường phải bóc vỏ, vì vỏ của nó cứng, đó là tôm sắt. Không ít gia đình người Hạ Long xa quê vẫn luôn nhớ hương vị quê nhà mà tôm khô bóc nõn là một nét gọi nhớ dễ kiếm tìm.

Mua tôm về, muốn ăn chúng, dù rang, rim hay để chế biến thành một món nào khác, người nội trợ phải ngồi bóc bỏ vỏ. Nếu thử rang chúng cả con, loại nhỏ hơn bút bi Thiên Long, ăn thấy vỏ cứng, giòn, chóng vỡ vụn, gây khó chịu khi cảm giác có gì đó nhàm nhạp trong miệng

Ở chợ người ta vẫn bán tôm sắt tươi, loại này thường rẻ hơn các loại tôm khác. Mua tôm về, bóc lấy mình tôm để rang hay rim, hay sốt cà chua, hay để xào lẫn với một thứ rau nào đó, hay băm nhỏ để trộn với một vài thứ khác làm nhân cuốn chả nem; còn vỏ và đầu tôm thì bỏ vào luộc, gạn lấy nước nấu canh bầu, canh mùng toi, canh rau cải... Song tôm sắt ở chợ chúng có dạng khác, đó là tôm khô bóc nõn. Đừng nghĩ đây là thịt của loại tôm đã bị ươn, người ta mới chế biến thành tôm nõn khô. Nó chính là tôm sắt. Những mẻ tôm sắt đánh được nhiều bằng giã tôm, ngư dân thường đồ chúng lên, sau đó bóc vỏ, phơi hoặc sấy khô nõn tôm đem bán. Làm như thế, giá trị của một cân tôm sắt nâng lên nhiều. Một cân tôm khô bóc nõn có giá từ 150 đến 170 ngàn đồng tùy loại nõn tôm to hay nhỏ hơn.

Có lẽ vì tôm khô bóc nõn đắt, vả lại ai dại gì đi ăn những thứ khô trong khi thứ tươi đang có sẵn, nên người nội trợ vùng vịnh Hạ Long ít khi mua để dùng bữa. Song tôm khô bóc nõn lại đặc biệt có giá trị cho người sống ở xa quê, nhất là đang sống ở những vùng không gần biển, nó tham gia vào các món ăn, vừa ngon, lại vừa luôn gọi nhớ hương vị quê nhà. Nhất là, nó là thứ “gia vị” dành cho chế biến nhiều món thức ăn của người xa quê đang sống

độc thân, bận việc, ngại đi chợ hay không có thời gian đi chợ, thì tôm khô bóc nõn như là một cứu cánh.

Đầu ngõ, có bà lão bán dưa, đi làm về tiện thể mua năm trăm hay một ngàn đồng; về, lấy một nhúm nõn tôm khô cho vào nước lạnh rửa qua rồi dùng dao đập dập thả vào nồi nước dùng để nấu canh, sau đó thì bỏ dưa vào, đun sôi lên, tra mắm muối cho vừa ăn, đun tiếp cho dưa mềm, rắc hành hoa, thì là, bắc xuống (mà chẳng có hành hoa, thì là thì hành khô cũng được; thậm chí không có cũng chẳng sao, chỉ làm cho nồi canh bớt ngon đi chút đỉnh). Thế là ta đã có món canh dưa nấu tôm thơm tho, ngon ngọt. Cách nấu nướng ấy còn là canh bí đao nõn tôm khô, canh bầu, canh rau mùng toi, canh rau cải, rau muống vân vân và vân vân. Mùa thu se sắt, mùa đông giá rét, cơm vừa chín tới nóng hôi hổi ăn với canh nấu tôm nõn khô vừa bắc ở bếp xuống còn gì thú bằng!

Với người dân vùng biển Hạ Long còn có món ăn rất độc đáo từ tôm đó là món gỏi tôm. Đến thăm những nhà ngư dân Hạ Long hiếu khách nếu muốn thử bạn sẽ rất có thể được thưởng thức món này ngay trên chính những chiếc thuyền của ngư dân. Chiếu trải trên thuyền, cạnh cửa sổ nhìn rõ một khoảng đầm rộng, sóng gợn lăn tăn lấp loá nắng, gió mơn man thổi. Những con tôm to bằng ngón tay trở người lớn trong động được nhắc nhô lên khỏi mặt nước, chúng nhảy rào rào. lấy một cái đĩa sắt tráng men to - đĩa để đựng ẩm chén, xúc lấy xúc để, để đến gần 2kg tôm, rồi nhanh tay phủ lên đó một mớ lòng bông rau lòng chuối lẫn với rau thơm "để tôm nó không nhảy ra khỏi đĩa". Những con tôm không ngừng cựa mình lục đục, tanh tách dưới lớp rau sống ấy. Giữa chiếu là đĩa tôm to, những con tôm vẫn lục đục cựa mình dưới lớp rau sống. Một bát nước chấm to, có những lát ớt tươi đỏ au thái vát chéo, mỏng. Một bát khác cũng to không kém, nước đục lờ, màu hơi xanh. Đó là bát nước me. vén lớp rau sống nhón một con tôm, nó vẫn co mình bật pạch pạch giữa hai ngón. Nhanh nhẹn cấu bỏ đầu, bóc nhanh lớp vỏ ở thân., ngắt đuôi, rút sợi dây chỉ đen chạy dọc, bỏ vào bát ("Cấu đầu rút ruột"). Xong rồi

lấy hai tay gỡ một nhúm rau sống trên đĩa tôm chấm vào bát nước chấm, bỏ tiếp vào bát, tiếp đó là ớt, rồi múc chút nước me tươi vào, cuối cùng là vào miệng. Khởi sự quý khách sẽ thấy chua, cay, thấy rõ thịt tôm đang bị vỡ ra lứt bứt, thoảng chút hơi tanh của mùi tôm, nhai kỹ dần dần thấy bùi, ngậy ngậy. Lại nói đến mù tạt, bạn muốn ăn tôm sống, cá sống, nói nhẽ là "ăn gỏi", bây giờ các nhà hàng ăn uống ở thành phố Hạ Long lúc nào cũng sẵn sàng chiêu bạn. Thân tôm bóc nõn, chẻ đôi, còn dính ở phần đuôi, xếp nghiêng tằm tắp trên một cái đĩa hình bầu dục, trông rất đẹp. Khi ăn, một cô phục vụ bàn mới lấy chanh vắt nhiều vào đĩa tôm, sao cho thịt tôm đang màu trong chuyển qua màu vàng trắng. Thế rồi cô ấy lấy bánh đa nem, đặt lên đó nào rau thơm, khế chua, chuối chát, dứa ương và con tôm đã được làm tái bởi chanh, đã ngắt bỏ đuôi, cuộn tròn lại, chấm vào đĩa nhỏ xíu như cái vỏ sò thứ xì dầu đã đấm mù tạt, "đút" vào miệng, mời cắn. Mù tạt xộc lên mũi cay hóp hóp, chỉ chực chảy nước mắt.

2.5.1.4 Cá biển

*“cá vào hội xoè hoa mang cá đẹp
cá nục, cá chuồn, cá chim không phải chim
đâu cá hồng hồng sắc vẫy
con cá song cầm đuốc dẫn thơ về
Nơi nghìn thứ cá nức lòng sinh sôi vì thợ mỏ
cho bát canh rau từ nay thêm chất ngọt”*

(Cảnh phong lan bể-Chế Lan Viên)

Câu thơ của nhà thơ Chế Lan Viên đã cho người đọc thấy sự giàu có về nguồn cá của biển Hạ Long. Dường như nơi đây là hội tụ của hầu hết các loại cá quý ngon nổi tiếng của biển Việt Nam: cá thu với các loài thu phần, thu ngư; cá chim có chim đen, chim trắng, chim xanh; cá song lớn nhỏ; cá giò hình dáng như cá mập, mom về hàm hổ nhưng thịt thì ngon chưa từng thấy; cá mú, cá nhệch hay cá chình có thân dài nửa mét, to gần bằng bắp chân người lớn; cá lốt; cá hồng; cá nục; cá đế...Còn gì thú vị hơn nếu như được biết tên các loài cá, quan sát

cách làm , chế biến và thưởng thức chúng ngay giữa khung cảnh dào dạt của sóng biển.

a, Cá một nắng

Không biết ai đã đặt tên cho thứ cá biển khô ấy là cá một nắng, tên nghe thật đẹp, thật thi vị. Với cá có nhiều món chế biến, cá một nắng đã thành đặc sản của biển Hạ Long.

Bạn vào chợ đến dãy hàng cá hỏi mua cá một nắng không ai không sẵn lòng chỉ cho bạn. Nhưng hình ảnh nhất, cũng dễ bắt gặp nơi phường phố như Hạ Long, Cẩm Phả, Uông Bí... những người phụ nữ tần tảo, đầu đội một cái mẹt, ngược nhìn thấy trên rìa vành mẹt những cái đuôi cá xinh xinh chìa ra đều tăm tắp, ấy là mẹt bày cá một nắng họ đang đội đi rao bán.

Đó là thứ cá biển phơi thật khô, có nhiều loại: cá thu, cá phèn, cá uớp, cá mối, cá bõn, cá ghim... Mỗi loại có một vị ngon riêng và tùy giá bán, ở nhà hàng người ta hay mời bạn cá thu, khó có thể so sánh loại cá nào ngon hơn cá nào.

"Cá phải mua đúng của Chã (người dân dưới thuyền gánh, đội lên bán). Mua cả mớ, làm sạch, bỏ dọc thân cá, bỏ hết ruột, rửa sạch; sau đó cho cá vào nước muối hòa đậm đặc ngâm chừng 15-20 phút (không ngâm lâu quá, cá sẽ bị mặn), vớt ra xả lại nước rồi đem phơi, được nắng, chịu khó trở đều, cá khô đến độ 60-70% là được. Muốn ngon hơn và tránh ruồi thì khi cá đã làm sạch, ngâm nước muối, xả nước... vớt ra để ráo cho chút mì chính vào xóc đều rồi mới đem phơi".

Những hôm mưa dầm gió bắc hay khi trời se lạnh mà ăn cá một nắng rán nóng với cơm vừa chín tới thì "tuyệt cú mèo". Bữa cơm có cá một nắng, có rau muống luộc, nước rau muống đánh chua hẳn là đã thịnh soạn. Các loại canh khác cũng luôn hợp với cá một nắng. Cá một nắng còn để ăn với cháo trắng, để làm thức nhắm (chẳng hạn với cá ghim, xé nhỏ, rán chín rồi chọn với tỏi băm nhỏ, chút ớt bột khô, chút đường đảo đều). Một bữa tiệc người vùng Vịnh Hạ Long đãi bạn phương xa sau khi thỏa thêu thù tạc, kết thường là ăn cơm với cá một nắng, với canh hà nấu chua... thực khách sẽ cảm thấy no

nê thỏa mãn.

khi thưởng thức cá một nắng, chắc chắn thực khách sẽ thấy cá một nắng có chút muối đậm đà, phơi chưa thật khô, hay nói cách khác "thao tác phơi" chỉ là quá trình rút bớt nước, cho bay bớt mùi tanh, cá còn ớt ết, đang ở dạng cá tái (cau phơi tái, gói đoạn tang...) nên khi thưởng thức, bên cạnh ta vẫn cảm nhận được độ tươi ngon của cá tươi đồng thời còn thấy hương vị của cá khô và hương vị của trời đất thông qua ánh nắng vàng rực rỡ thấm đượm vào từng thớ thịt nơi mình cá nên cá một nắng trở thành một loài cá đặc biệt do đó mà cũng trở thành một món ăn đặc biệt, rất được người vùng Vịnh Hạ Long ưa chuộng.

Thậm chí cá một nắng như trở thành vị thuốc quý để chữa... xốt ruột, khi bị nóng trong cơ thể

b, Cá Ba gai

Cá biển om riềng mẻ thường có cá ghim, cá đuối, cá ba gai... Trong đó có cá Ba gai tuy độc với những người không khoẻ hoặc các cụ già nhưng cá ăn rất ngon, thịt rất thơm.

Người nội trợ Hạ Long phân biệt có hai loại cá Ba gai: cá Ba gai thịt vàng và cá Ba gai thịt trắng. Cá Ba gai thịt vàng ngon hơn phân biệt với cá Ba gai thịt trắng, kém ngon hơn bởi màu sắc phía bên ngoài của nó. Cá thịt vàng thì da phớt trắng có ánh vàng, còn cá thịt trắng thì da hơi sẫm màu và không có ánh vàng.

Đây là loại cá da trơn, nhiều nhớt và tanh vì thế phải cạo rửa thật sạch nhớt, thật sạch mang để ráo. Khi mổ không nên rửa lại.

Và khâu tẩm ướp để om, chỉ riêng cá Ba gai nấu với chuối xanh là phải đặc biệt chú ý. Gia vị dùng để tẩm ướp gồm có riềng, mẻ, mắm tôm, một chút ớt bột hoặc hạt tiêu, chút bột canh, chút mì chính. Ướp sao cho khi ăn thấy món cá hơi có vị chua thanh của mẻ, hơi cay, dậy mùi riềng, thoảng mùi mắm tôm và vị vừa ăn. Ướp đủ gia vị để ngấm chừng từ 20 phút đến nửa tiếng, sau đó đặt nồi cá lên bếp đun nhỏ lửa, âm ỷ, trở các miếng cá qua lại trong khi sôi lăn tăn cho ngấm đều gia vị. Nếu thấy nồi cá bị khô thì chế thêm chút nước

sôi vào, nếu đủ nước thì không nhất thiết phải chế thêm nước; sao cho khi ăn thứ bột thứ bột sền sệt dính vào miếng cá không quá ướt là được. Gia vị rắc cuối cùng vào nồi cá là hành hoa thái nhỏ.

Nếu nấu lẫn với chuối xanh việc ướp gia vị cũng tương tự như trên. Chỉ có điều khác sau khi ướp để ngấm thì nhặt chuối xanh để riêng, rồi cho cá vào đun cách thức như trên, khi cá chín khoảng độ 70% mới đổ chuối xanh vào khê đảo đều đun cho tới chín, rắc gia vị bắc ra. Nước chế vào nồi các nấu chuối chỉ độ xấp xỉ, không nên nhiều hơn.

Cá Ba gai ăn nóng có thể ăn kèm thêm với rau thơm, với bún. Đây là một món khoái khẩu dành cho người uống rượu.

Có lẽ hầu hết mọi người đều cho rằng giống cá biển da trơn và tanh này chỉ om riêng mẻ mắm tôm là hay nhất. Vậy mà chúng còn dùng để kho; kho xong rồi phơi khô. Ngoài ra còn có thêm món canh cá Ba gai cũng rất ngon, món này chế biến ngược lại với món om trên: Cá không hề có mùi tanh và nấu nhiều nước để chan bún.

Cá Ba gai làm sạch sau đó tẩy mùi tanh bằng nước gừng pha với rượu trắng. Tẩy kỹ, rồi xả nước để ráo, chế biến bình thường như các loại cá nấu canh khác. Có thể chỉ nấu riêng cá, có thể nấu lẫn với dọc mùng, hoặc với chuối xanh, hoặc nấu chín cá trước khi bắc ra cho giá đỗ vào. Nêm hành hoa và tía tô. Nước chế đủ dùng để chan bún, ăn thật nóng.

Cá Ba gai nhiều đạm. Lâu đói đạm, ăn một bữa cá Ba gai thấy tỉnh người, không còn cảm giác thèm chất đạm nữa như là thỉnh thoảng ăn đầy một bữa thịt chó vậy.

c, Cá thu kho chè tươi

Người Hòn Gai, vùng Hòn Gai, nay là người của TP Hạ Long có câu: "chim, thu, nhụ, đế" để nói đến bốn thứ cá biển ngon nổi tiếng của vùng Vịnh Hạ Long xinh đẹp. Ngay trong cá thu, người ta phân biệt các loại khác nhau, phổ biến có cá thu tròn, cá thu máu và cá thu bè. Ba loại cá thu này đều có thể đem làm món "Cá thu kho nước chè tươi", song cá thu tròn làm món này là ngon hơn cả.

Cá thu tròn, loại 5-6 lạng/con làm sạch, cắt khúc hơi vát chừng 2-2,5cm/lát, để thật ráo nước; chè tươi rửa sạch nấu nước hơi đặc hơn nước chè tươi thường uống; dẫn mía dóc sạch vỏ chẻ dọc làm tư, làm sáu hay làm tám tùy theo dẫn to hay nhỏ; thịt ba chỉ làm sạch, thái miếng và ăn (nửa cân cá thu cần khoảng 2-3 lạng thịt ba chỉ)... Xếp mía lót kín đáy nồi ngang dọc một hoặc hai lớp; sau đó xếp kín một lớp thịt ba chỉ; các lát cá thu hơi trên lửa cho nhỏ hết nước tanh, sau đó xếp trên lớp thịt ba chỉ, cứ lần lượt như thế, một lớp cá một lớp thịt cho đến hết. Đặt nồi cá trên bếp đã có lửa, rót đều vào đó nước hàng, nước mắm, chút muối; khi nồi cá sôi bốc hơi thì đổ nước chè tươi cho ngập kín cá; đậy vung đun nhỏ lửa cho sôi liu riu, khoảng vài tiếng cho đến lúc nào nước cạn hết; mở vung rắc chút tiêu bột vào là được. Cá thu kho nước chè tươi ăn nóng ngon hơn ăn nguội. Miếng cá thu kho màu nâu đậm, đậm cả bên trong, không còn màu trắng trông nhây nhầy mỡ. Nó không hẳn là mềm, nhưng cũng không thật khô.

c. Gỏi cá

Ai đó đã đến với Hạ Long xin đừng quên đặc sản Gỏi cá, đây là món ăn nổi tiếng của vùng biển này. Nếu như cá nhệch ngon nhất của nước ngọt, cá vược quý nhất của nước lợ thì cá chim sẽ là tuyệt nhất của nước mặn dùng làm gỏi cá

Cá dùng để làm Gỏi thường là loại cá ít xương, nặng chừng 3-5 ký. Cá được rửa sạch, dùng dao sắc lọc riêng phần thịt). Thịt cá được thái thành từng lát mỏng và to bản rồi cho vào bát tô to, cứ 1 kg thịt cá thì vắt vào đấy 5 - 7 quả chanh, trộn đều cho tới khi thịt cá từ màu hồng nhạt chuyển sang màu trắng ngà thì lấy ra và dùng tay vắt kiệt nước rồi để sang một bát sạch khác.

Thính để làm gỏi được làm bằng gạo hoặc ngô rang vàng rồi tán nhỏ thành bột, trộn thính với thịt cá đã khô nước sao cho bề mặt của từng miếng thịt đều đã được thính bao phủ, bày lên đĩa. Tiếp đến là công đoạn làm nước chấm, với nguyên liệu chủ yếu là da và gan cá, thịt ba chỉ, trứng vịt và các gia vị như hành tỏi khô, mẻ, mắm muối, mì chính, đường, hạt tiêu (ớt) ... Da và

gan cá được băm nhỏ cùng với thịt ba chỉ rồi ướp với mẻ và các gia vị nói trên cho mỡ lợn hoặc dầu ăn vào xoong đun sôi để phi thơm hành tỏi, cho hỗn hợp trên vào sào qua rồi cho thêm vào một ít nước, đun sôi nhỏ lửa khoảng 15 - 20 phút. Trứng vịt đập vào bát, đánh tan cho vào nồi khuấy đều, nêm thêm muối và bột ngọt cho vừa ăn là được.

Rau sống để ăn gỏi cá bao gồm các loại rau thơm thông thường như húng, ngò, răm ... và nhất thiết phải được bổ sung thêm các loại lá như đinh lăng, lá sung, mơ tam thể ... Bày tất cả lên mâm, đĩa cá gỏi màu trắng ngà lấp lăm sắc vàng của thính, đĩa rau sống tổng hợp màu xanh lục, bát nước chấm thơm ngào ngạt và đặc sánh, thêm đĩa gia vị gồm ớt, khế, chuối xanh thái thành lát mỏng, vài chiếc bánh đa cùng một chén rượu nữa là bữa gỏi cá đã được chuẩn bị một cách hoàn toàn.

Sẽ thiếu sót và mất đi vị ngon, giá trị của gỏi nếu như không nói đến nước chấm để chấm gỏi. Những người đánh dấm đòi hỏi phải có kinh nghiệm biết được loại cá nào phải đi với dấm nào, liều lượng ra sao cho vừa. Tuy có nhiều loại dấm gỏi, nhưng thường tập trung vào hai loại chủ yếu là dấm đặc và dấm loãng, hai vị chủ yếu là chua và ngọt. Khi thưởng thức phải nêm từ từ để điều chỉnh lượng vừa chất.

Cách thưởng thức món đặc sản này cũng hết sức dân dã và đặc biệt, gỏi ăn ngon nhất là dùng tay chọn cá và tất nhiên là dùng tay chấm dấm để thưởng thức. Thực khách sẽ dùng thìa san một ít nước chấm vào bát của mình, lấy rau thơm làm bao gói, cuộn một miếng gỏi cá vào giữa, chấm ngập vào nước chấm rồi đưa lên miệng ... và sẽ cảm nhận được vị ngọt thơm của cá gỏi, mần mẫn, cay cay, beo béo của nước chấm hoà quyện với mùi vị của các loại rau thơm, thật là một cảm giác đặc biệt khó nói hết thành lời huy động thưởng thức của đầy đủ ngũ vị giác xua con người. Một chén rượu nhỏ để đưa cay, trong phút lâng lâng chắc thực khách sẽ tự mỉm cười và cảm ơn cuộc đời lại có một món ăn lạ lùng và kỳ thú đến như vậy.

2.5.1.5 Cua, ghẹ và cù kỳ

Đây là ba loại hải sản có cùng họ với nhau. Về hình thức chúng rất giống nhau. cua, ghẹ và cù kỳ là những loài có là đặc trưng có ở vùng biển Hạ Long.

a, Cua

Trước hết phải nói đến cua vì so với hai loại kia cua được nhiều thực khách biết đến hơn cả. Cua biển (còn gọi là cua bể, cua xanh, cua bùn, cua lửa, cua chuối, cua sù...) là một trong những hải sản có giá trị cao trong thực phẩm và y học. Thành phần dinh dưỡng trong cua biển rất phong phú, hàm lượng protein cao hơn nhiều so với thịt lợn hay cá. Ngoài ra canxi, photpho, sắt và các vitamin A, B1, B2, C... cũng chiếm ở mức cao. Cua biển còn chứa một lượng lớn calcium, magnesium và axit béo omega 3, rất tốt cho tim, mạch. Một số nghiên cứu dinh dưỡng còn ghi nhận cua giúp làm giảm cholesterol xấu và triglycerides trong máu

Cua gồm hai loại cua gạch (trứng) và cua thịt. Cua vốn là đặc sản của vùng biển Quảng Ninh, cua có thể chế biến thành nhiều món nướng, hấp, xào... Phàm hải sản thì càng tươi sống càng ngon, nên người dân Hạ Long ở đây ít chế biến. Nhắc đến cua Hạ Long người ta thường nghĩ tới món cua hấp vì đây là món ăn có trong thực đơn của hầu hết các nhà hàng biển. Để làm món này người ta phải chuẩn bị rất kỹ từ nguyên liệu, vì để có món cua có ngon thì việc chọn được nhưng con cua béo và mẩy phải được ưu tiên hàng đầu. Cua dùng để hấp không hẳn cứ là loại cua to là ngon, cua bể vừa vừa, khoảng 300g đến non nửa ký một con, vì loại cua này cho thịt chắc và thơm ngon chứ không bở rạt như các loại cua to ở các vùng biển khác. Pha chế gia vị, với khoảng 1kg cua, ta dùng một thìa gừng tươi, lưu ý loại gừng này phải để nguyên cả vỏ vì nếu bỏ vỏ đi sẽ làm giảm mùi thơm của gừng đối với món ăn này. Tiếp cho thêm một nhỏ thìa dầu vừng, dấm hai thìa nhỏ vào đảo đều. Sau khi làm sạch cua cho cua vào nồi hấp khoảng 15 phút bằng lửa to, lấy ra và bóc mai, yếm cắt thành hình con cua vào trong đĩa, đập mai cua cho nước gừng dấm vào là được. Cua bể hấp với cách làm đơn giản nhưng đã trở thành

thức ăn yêu thích của thực khách khi đến với Hạ Long bởi hương vị béo ngậy và đậm đà nguyên chất của nó, giúp thực khách dễ dàng cảm nhận được đầy đủ hương vị của biển cả. Với cách làm đơn giản nhưng hương vị đậm đà khó quên của món ăn này, người Hạ Long muốn gửi gắm đến thực khách bốn phương sự chân chất, mộc mạc, phóng khoáng của người dân vùng biển.

Cùng với món là cua hấp thì cua rang me cũng là đặc sản tại các nhà hàng hải sản ở Hạ Long. Cua rang me muốn ngon thì là nước sốt me phải đủ vị chua, ngọt, mặn và khi nhai nuốt xong vẫn còn lại dư vị thật thanh.

Sau khi làm sạch cua, chặt đôi để ráo và đập dập càng lớn. cua làm sạch cần chiên sơ qua dầu thật nóng nhưng phải canh vừa chín để thịt cua không bị khô, nhờ đó thịt cua không bị bở khi thấm chất chua của sốt me. Me chín ngâm nước nóng để lấy phần cơm hơi sánh, khoảng 12 con cua loại vừa cần có 100g me chín. Cho vào nước me mật ong và nước mắm trắng cho đến lúc tới đường, vị của nước me bây giờ vừa chua, ngọt thật thanh nhờ vị ngọt của mật ong và hơi thoảng hậu mặn của nước mắm.

Phi dầu với tỏi cho thơm rồi cho nước me vào, sau đó cho cua vào rim cho hơi sật nước sốt là được. Đây là giai đoạn quan trọng, nếu không quen tay thì cho lửa nhỏ để sốt cạn dần. Bí quyết canh lửa lúc này là quan sát và không để miệng chảo khét. Nếu lửa lớn, miệng chảo bị khét tức là vị ngọt của đường sẽ bị mất đi nhiều do sức nóng, sốt sẽ có vị chua nhiều không cân bằng với vị ngọt làm mất ngon món cua sốt me. Cuối cùng cho cua ra đĩa, rưới gạch đã phi vàng với tỏi và gia vị lên, rải mùi lên mặt cua. Món cua rang me ăn với muối tiêu chanh đã trở thành ấn tượng khó phai cho du khách khi tới thăm vùng biển xinh đẹp Hạ Long.

b, Ghe

Hạ Long không chỉ nổi tiếng với non nước nên thơ mà còn hút hồn bao thực khách bởi nhiều loại hải sản vừa ngon, vừa lạ và cho dù du khách đến nơi đây vào bất cứ mùa nào trong năm cũng có thể dễ dàng thưởng thức. Đến Hạ Long thì tất nhiên là phải ăn ghe rồi. Ghe xanh là ngon nhất nhưng còn

phải theo thời điểm, con nước, cũng có thể người dân ra chợ và hôm đó không có món ghe chắc nịch, mấy con như mong muốn, nên chờ đến ngày tốt chứ đừng cố mua về.

Những con ghe cái với cái yếm to và căng phồng, dấu hiệu của mùa sinh sản, phần gạch của con ghe lúc đó hấp dẫn phải biết. ghe có thể bị chết vì... sặc gạch, Ghe cũng có thể vì béo quá mà gặp họa, kiểu như ở người, có thể bị nhiều cholesterol hay đại loại vậy! Nghe quá đỗi khôi hài, nhưng sự thật là thế, chúng có thể vì có quá nhiều gạch mà chết vì... sặc gạch. Vì vậy người nuôi giữ ghe để bán còn phải nắm được giai đoạn tăng trưởng của nó mà phòng, kéo nó chết hết thì hết vốn.

Thịt ghe xanh không chỉ ngon khi được luộc, nó là thứ nguyên liệu không thể thiếu trong món nem rán của người dân ở Quảng Ninh, thay vì cua bể.

Khi trước, ghe và con sò điệp, bẹ bẹ... là những thứ mà các bà các mẹ ở Hạ Long hay mua về, luộc nguyên cả một rổ rồi bỏ đó cho con trẻ ăn chơi vào buổi chiều, giống như một thứ quà vặt chứ chưa bao giờ nó được coi là món ăn chính cả. Ngày nay ghe trở nên đắt đỏ vì nhu cầu thưởng thức của người dân từ các vùng miền không có biển tăng lên trong khi nguồn tài nguyên biển thì đang cạn kiệt đi. Chính vì vậy mà Hạ Long đã có nhưng cơ sở chăn nuôi ghe có chất lượng tốt và giá cả lại khá rẻ để đáp ứng nhu cầu của các thực khách yêu ẩm thực Hạ Long.

▪ BÚN RIÊU GHE

Biển mênh mông và vô tận nên nguồn hải sản nước ta khá nhiều. Con ghe, con cua biển lâu nay người ta chỉ khai thác khía cạnh đặc sản biển, không mang hương vị đồng quê. Cái khó ló cái khôn. Người ta đã biến con cua, con ghe biển thành món ăn đồng quê độc đáo.

Ghe ở Hạ Long khá nhiều, giá rẻ và hầu như có suốt bốn mùa. Ghe giống như cua, nhưng que càng dài khoằm, điều đặc biệt là ghe lên khỏi nước là chết nhưng ghe không mau ôi như cua, có thể đến năm sáu tiếng đồng hồ vẫn dùng được. Ghe bỏ vào cối đá giã nhuyễn. Quét xong người ta đưa lên rổ

lượt, ta có loại nước gẹ sền sệt, vàng vàng, trên mặt nổi những váng mỡ loang loáng. Chùng ấy cũng đủ hấp dẫn. Nước gẹ được trộn với trứng gà đánh nhuyễn thêm một ít bột ngọt, đường, muối, tiêu, ớt. Đun một nồi nước sôi già đổ hỗn hợp này vào ta có nồi nước riêu thơm. Mùi thơm khá đặc biệt vừa mang hương vị biển vừa phảng phất hương vị đồng quê. Chùng dăm phút nước riêu đã kết đặc lại thành từng mảng màu nâu vàng chỉ cần một đôi đũa, xắn nhẹ là riêu vỡ ra theo ý bạn.

Rau dùng cho riêu gẹ chẳng khác mấy so với riêu cua đồng, gồm các thứ rau như: bắp chuối xắt rìa (đây là rau chủ lực, thiếu bắp chuối là thiếu vị riêu). Lạ và ngon hơn khi có thêm rong câu. Thêm vào các loại rau mùi, tía tô, rau răm (có lẽ rau mùi hòa với mùi gẹ mà hóa thành hương riêu của đồng), một ít bún tươi nữa là đủ. Hiện nay các quán bún riêu ở Hạ Long còn thêm cả giá sống. Có lẽ món này mới khai sinh, mang nhiều ảnh hưởng cả Bắc-Trung-Nam chẳng? Thật vậy vào những ngày mưa, ngoài trời mưa sục sùi, ngồi bên nồi bún riêu bốc khói tỏa hương là thấy ấm áp tình quê rồi, dù bạn là người Bắc, Nam hay miền Trung đều có chung một cảm giác thân thương ấy. Trên bàn ăn đã sẵn một chén tương ớt, một chén mắm ruốc-Hương vị Huế đó, vị ngọt riêng mà bột ngọt không thể thay thế được.

Ngồi trước bàn bún riêu nóng hổi này với một đĩa rau tươi xanh, thơm ngát khiến bạn có thể tưởng nhớ đến đồng quê.

Bún riêu gẹ là món ăn lạnh, bạn có thể ăn vài tô mà vẫn thấy thèm, vừa đậm, vừa ngon, giá lại rẻ, chùng 5-6.000đ một tô. Món ăn tuy có vẻ mới nhưng nó mang được sắc thái quê hương dù quê bạn ở nơi nào.

Mời bạn đến Hạ Long để thưởng thức cái hương vị vừa lạ vừa quen ấy, nó đáp ứng mọi tiêu chuẩn về ẩm thực: ngon, bổ và rẻ lại đầy ắp phong vị quê hương.

c, Cù kỳ

Loại hải sản này có cái tên nghe khá lạ tai “cù kỳ”. Bề ngoài giống cua nhưng càng của nó to gấp 3 lần cua và giá thành cũng chỉ như thế! chân có nhiều lông, thịt chắc và rất thơm. Nhiều nơi người ta còn gọi nó là con cùm

cù. Cù kỳ có thể làm nhiều món như nếu đúng mùa cù kỳ lột thì càng ngon. Có lẽ với người Hạ Long cù kỳ đã trở thành món đặc sản độc đáo bổ sung vào thực đơn của vùng biển hiếu khách này. Miến cù kỳ xào là món ăn được nhiều thực khách đề nghị khi ăn cù kỳ. Nguyên liệu chính làm nên sức hấp dẫn cho món ăn này chính là những con cu kỳ còn tươi nguyên. Miến ngâm nở, cắt khúc nhỏ. cù kỳ rửa sạch, luộc chín lấy thịt. Ướp thịt cù kỳ với chút hạt nêm. Chanh tươi bỏ thành nhiều miếng nhỏ. Hành khô bỏ vỏ, băm nhỏ. Cho một thìa dầu vào chảo, đun nóng già, bỏ hành vào phi thơm, cho thịt cù kỳ vào xào nhanh tay. Để lửa to để thịt cù kỳ không chảy nước, thịt cù kỳ đã săn chín xúc để riêng. Cho tiếp hai muỗng dầu vào chảo, bỏ cọng hành chẻ sợi vào phi thơm sau đó bỏ miến vào xào, vừa xào vừa thêm một chút nước có hòa hạt nêm vào để miến chín mềm mà không dính cục. Khi miến chín, cho tiếp giá đỗ vào đảo cùng rồi bỏ thịt cù kỳ vào đều. Nêm hạt nêm rồi cho hành lá, rắc một chút hạt tiêu vào là được. Món này ăn nóng với chút nước cốt chanh. Thực khách yêu thích món miến cù kỳ bởi đã ăn một lần là nhớ mãi đến hương vị của món ăn độc đáo ấy. Còn gì thú vị hơn khi được thưởng thức món miến cù kỳ và ngắm mặt trời lặn với người thân trong khung cảnh ấm áp của buổi chiều hoàng hôn trên biển Hạ Long.

Món mai Cù kỳ nhồi thịt hấp

Nguyên liệu: Cù kỳ: 8 con - Thịt nạc thăn: 200g - Thì là, rau răm: 2 mớ - Gừng tươi: 1 củ, hạt nêm, hạt tiêu.

Cách làm Cù kỳ rửa sạch, hấp chín, bóc riêng mai dùng bàn chải nhỏ cọ sạch để ráo nước, phần còn lại gỡ lấy thịt. Thịt nạc thăn rửa sạch, thái miếng mỏng, băm nhỏ. Cho thịt thăn, thịt cù kỳ vào cối dùng chày quết thật nhuyễn. Thì là, rau răm nhặt rửa sạch, băm nhỏ. Gừng tươi bỏ vỏ thái chỉ nhỏ. Rắc thì là, rau răm, gừng sợi vào thịt rồi nêm thêm hạt nêm thịt heo, hạt tiêu cho vừa ăn. Xúc nhân thịt vào mai Cù kỳ rồi miết kỹ để thịt nằm chắc vào mai sau đó xếp vào vỉ hấp cách thủy. Khoảng 20 phút, khi mặt thịt đã chín, dùng tăm nhọn xăm thử nếu thấy nước trong chảy ra là đã chín. Mai Cù kỳ nhồi thịt hấp ăn nóng, kèm với nước chấm pha dấm, tỏi ớt.

Càng Cù kỳ chiên tỏi

Nguyên liệu: càng Cù kỳ: 6 chiếc - Tỏi: 2 củ; bơ: 100g - Hạt tiêu, muối, giấm, cà chua, rau xà lách, dầu ăn, hạt nêm

Cách làm: Càng Cù kỳ rửa sạch hấp chín rồi dùng búa đập nhẹ cho phần ở càng hơi dập. Nhặt bỏ những miếng vỏ bị vỡ vụn để tránh bị hóc khi dùng món. Tỏi chọn củ nhỏ, mỏng, bóc bỏ vỏ, đập dập, băm nhỏ. Cà chua chọn quả nhiều bột, chín tới, rửa sạch, cắt bỏ núm bỏ miếng cau vừa. Rau sống rửa sạch, ngâm nước muối loãng khoảng 15 phút sau đó vớt ra, vẩy ráo nước. Trộn cà chua, xà lách với giấm và vài thìa dầu ăn làm thành salad. Xếp salad vào đĩa to. Đặt chảo lên bếp, khi chảo nóng, bỏ bơ vào, đợi khi bơ đã tan chảy, sôi, cho tỏi đã băm vào phi thơm, tiếp đó bỏ càng Cù kỳ vào chiên vàng là được. Gắp càng Cù kỳ ra đĩa. Phần bơ còn lại cho một chút hạt nêm, hạt tiêu vào rồi rưới lên càng Cù kỳ. Món càng Cù kỳ chiên bơ tỏi ăn nóng cùng với sa lát trộn.

2.5.1.6. Ốc, Sò

Ai đã đi trên những con phố Hà Nội, đã từng đến những quán ốc mà người Hà Nội cho là ngon nhất, thế nhưng khi đến Hạ Long mới biết những loại ốc mà người Hà Nội thường ăn vẫn còn là quá ít so với ốc ở thành phố biển xinh đẹp này. Ốc ở Hạ Long có nhiều loại mà nếu nghe một lần du khách sẽ phải yêu cầu nhắc lại hoặc lấy giấy bút ra ghi vì... khó nhớ: Ốc hương, ốc đĩa, ốc gai, ốc vặn, ốc mút... Cùng là thứ nước chấm ấy, cùng ngồi trên bờ biển lộng gió ấy nhưng mỗi loại ốc lại có một hương vị riêng, một cách thưởng thức riêng...Nét riêng đầu tiên đến từ những điều rất nhỏ, đó là ... vật khều ốc. Người Hạ Long dùng kim băng để khều ốc chứ không như ở Hà Nội. Có lẽ vì đặc điểm những loài ốc ở đây, ruột lặn sâu vào trong nên chỉ có thứ “dụng cụ” này là “hữu dụng” nhất.

Và cũng có những loại ốc ở Hạ Long mà khi ăn thực khách không cần ... khều ! Như cái tên gọi của nó: ốc mút – ăn được nó là cả một nghệ thuật ! Con ốc nhỏ xíu ,chỉ bằng cái đinh ốc 3 phân. Nhìn người phục vụ hướng dẫn

khi ăn phải bẻ đuôi ốc bằng lỗ ở một chiếc chìa khóa, rồi chấm đầu ốc vào bát nước chấm có gừng, ớt, lá chanh và mút đánh chọt một cái mà những du khách lần đầu thưởng thức phải làm đến ... vài ba lần mới thành thực. Có lẽ vì thế nên khi phần thịt ốc cùng nước chấm lọt thỏm trong miệng. Cảm giác cay, nóng, thơm ngon, xuýt xoa nơi đầu lưỡi khiến bạn càng cảm thấy món ăn này thú vị hơn.

Khi tới bãi sò ở Vịnh Bái Tử Long, quý khách sẽ được thưởng thức sò huyết ngay trên mặt biển. Người bắt sò thả người từ trên thuyền xuống nước, hai tay cầm thúng đẩy tới, hai chân dậm nhẹ trên mặt bùn sục sạo kiếm sò. Khi đập trúng sò, lắc nhẹ bàn chân, rồi dùng ngón chân quặt chặt từ từ đưa lên, bàn tay thò xuống bắt sò qua kẽ ngón chân rồi cho vào thúng. Lúc lò than đã đỏ lửa, đặt vỉ nướng lên, đưa tay vào thùng đựng sò đã nhả bùn làm sạch vỏ. Ai ăn chọn con vừa bỏ lên vỉ, gắp rau thơm xà lách cho vào chén.

Sò huyết trên vỉ vừa chín tới há vỏ tuôn nước, dùng muỗng nạy phần thịt khỏi vỏ sò, trút cái và nước vào chén, thêm ít muối tiêu, chút chanh giắt, là có món đặc sản tuyệt vời. Thật hấp dẫn khi từ đầu lưỡi cảm giác cái dai của thịt sò, vị ngọt, vị mặn của nước từ thân sò túa ra, cộng với mùi rong biển hoà quyện mùi rau thơm, vị chua của chanh rồi vị cay nồng của rượu. Trời trắng thanh, gió mát, bên bếp lửa hồng, vừa thưởng trăng vừa lai rai vị ngọt mềm của sò với vị cay của rượu, còn gì thi vị hơn.

2.5.1.7 Hà

Vùng Quảng Yên (Quảng Ninh) có hai loại hà, hà "đá" và hà "sú". Hà "đá" là loại hà bám vào vách đá bên trong, ruột nó dẹt hơn con hà "sú" và có màu hơi đen.

Để lấy được hà "đá" người ta phải dùng cái búa có một đầu nhọn vút, bở, cạy, tách nó ra từ đá, ven chân núi ngoài biển. hà "đá" vì thế có thể mang theo những mảnh vỏ cứng còn sót lại, nếu nhặt ruột nó không kỹ thì khi ăn sẽ rất ghê răng vì cắn phải chúng.

Riêu hà là một món ăn rất quen thuộc trong gia đình người dân Hạ Long và cũng là món được thích nhất vào mùa hè. Tuyệt nhất vẫn là món riêu Hà "sú". Con hà "sú" mình tròn xoe, béo ngậy và mềm nồm, bởi nó sống bám trên thân cây Sú nên không có những mảnh vụn của đá như Hà "đá".

Riêu Hà hồi trước thường được nấu với măng chua, thêm chút me, hành lá cắt khúc thả trước khi ăn, nóng hổi, chua đậm và ngọt mát, chứ không nấu với dọc mùng (bạc hà), hay rau răm như bây giờ.

Trước khi về Hạ Long ghé vào Quảng Yên thưởng thức món canh hà, đây là món không đâu có, đặc biệt là giống hà còn sống ở vùng sông Chanh.

Đây là dòng sông của biển, có sự giao hoà giữa nước ngọt từ vùng đồng bằng ra hoà với nước mặn của biển Hạ Long. Hà sông Chanh đem nấu canh chua ăn rất ngon và có cả bốn mùa, nhưng thú vị nhất vẫn là được ăn vào những ngày hè nóng bức. Với người Quảng Ninh món canh hà đã trở thành một nét ẩm thực rất đổi bình dị và dân giã.

2.5.2 Những món ăn cao cấp

2.5.2.1. Ngán:

Trong các loại hải sản của Hạ Long, ngán là loại đặc sản độc đáo gây ấn tượng hơn cả. Ngay tên gọi làm cho ai lần đầu nghe, cũng không khỏi ngạc nhiên và tò mò. Tuy tên gọi là thế, nhưng ngán rất hấp dẫn, không ngán một chút nào.

Ngán lúc còn sống, hình thù giống con ngao, có hai vỏ cứng ôm lấy thân mềm. Nhưng vỏ ngao màu sáng còn ngán thì đen và dày hơn. Ngao sống trong cát còn ngán sống trong bùn, ở các bãi triều cửa sông và ven chân đảo. Lúc thủy triều xuống, các bãi triều lộ ra, là các bà các cô rủ nhau đi xăm ngán. Dụng cụ để xăm là một que sắt to bằng chiếc đũa, dài 0.8 mét. Người ta vừa đi vừa xăm xuống bãi triều, hễ nghe “cục” một tiếng là y như rằng có ngán. Ngán dằm mình trong độ sâu từ 5-10 cm. ngán mang về ngâm vào chậu nước cho nhả hết bùn cát rồi mang đi luộc. khi luộc phải lấy dây cao su buộc chặt hai vỏ lại với nhau để giữ chặt được nước khi ngán chín tiết ra. Cũng có

thể bỏ ngán sống ra, cho gia vị vào rồi hấp, ăn cũng rất ngon. Món canh ngán nấu chua, vừa béo, vừa bùi rất ngon miệng. Ngán nhiều đạm, mát và bổ, dùng làm thức ăn cho người mẹ cho con bú thì rất nhiều sữa.

Ngán, sò ở Yên Hưng (Quảng Ninh) rất nổi tiếng, bởi nó béo. Những con ngán bánh tẻ là thích hợp nhất cho món gỏi, đơn giản, đây là thời kỳ sung sức nhất trong cuộc đời của chúng.

Đầu tiên dùng bàn chải kỳ cọ, đánh sạch hết đất cát trên vỏ các con ngán trong nước. Chà xát, rửa lại nhiều lần cho đến khi mình con ngán trắng tinh, nước ngâm ngán trong veo thì vớt ra, để ráo. Rồi dùng dao tách lấy thịt ngán và nước trong mình chúng được hứng vào một cái âu nhựa. Thịt ngán tách ra được rửa trong âu nước ngán này, bằng cách mân mê chúng, lựa hết bùn, cát ở miệng của chúng, vớt để vào cái rổ cho róc kiệt nước. Xong thì thái chỉ, nhỏ, ngang thân ngán trên một cái thớt khô, sạch. Thái được chừng nào thì hót đưa luôn vào đĩa chừng ấy. Ngán có gan màu tiết hoặc màu sẫm, vì thế khi thái chỉ nhỏ, trộn đều lại với nhau trông đĩa thịt ngán có màu đỏ hơi sậm. Thế là đã có đĩa gỏi ngán...

Mỗi mâm một đĩa. Bên cạnh là rau răm, rau húng, rau ngổ, lá sung, lá sanh, vọng cách, hành củ tươi thái lát mỏng, lạc rang xát vỏ giã nhỏ, bánh đa nướng, nước chấm pha chanh ớt và mỗi người một cốc Liên Xô rượu ngán (Thứ rượu ngán được pha chế từ ngán bánh tẻ luộc, có cả thịt ngán và nước trong mình nó hứng cho chảy vào cốc rượu, chúng phớt hồng hoặc ánh xanh do dùng đĩa chọc khẽ lớp gan bám dính quanh mình ngán rồi khuấy đều). Thật kỳ lạ cho một món ăn: gỏi ngán uống với rượu ngán !

Khi ăn, bẻ một chút bánh đa nướng để vào đáy bát, gấp một ít thịt ngán đặt lên miếng bánh đa ấy, rồi lạc giã nhỏ, rau thơm, hành củ thái lát... lấy mỗi thứ một tý để tiếp lên trên, sao cho thật vừa miếng, cuối cùng là rưới chút nước chấm pha chanh ớt. Tất cả là nên một món ăn thật hấp dẫn.

Khi ăn quý khách sẽ thấy hương vị thật đặc biệt, chỉ có “một không hai”.

Nếu hải Phòng nổi tiếng với món bún tôm thì đến Quảng Ninh món bún xào ngán lại mang đến cho một hương vị mới làm bạn đã ăn một lần là nhớ mãi đến hương vị

Thoạt trông, món bún ngán xào nhìn không được bắt mắt, bởi bún trắng trộn với ngán đen, lại có thêm mộc nhĩ, nấm hương và hành lá cũng đều là thứ xanh, đen cả. Hơn nữa, nếu chưa quen ăn ngán thì khó thích món này vì nó nồng, một mùi vị nồng rất đặc trưng của ngán. Nhưng khi đã yêu thích bún ngán xào nó có thể gây nghiện và mới vỡ lẽ ra rằng đĩa thức ăn trông không được bắt mắt kia lại làm cho ta nhận ra được ngay thứ mà ta yêu thích, bởi nó tạo ra một khoảng riêng trên mâm tiệc, không lẫn với bất cứ món ăn nào.

Bún dùng kéo cắt ngắn độ 5cm, gỡ toi, để sẵn trong một cái đĩa to sâu lòng hay trong cái chảo, cái xoong cũng được. Ngán dùng dao bổ tách vỏ, hứng lấy nước trong mình ngán vào bát to, gạt thịt ngán luôn vào đó. Tùy vào lượng ngán mà cần nhiều bún hay ít. Thường thì nửa cân bún cần khoảng 3 lượng ngán, nhiều thì tới 5 lượng. Thịt ngán lấy đủ vào bát, dùng tay mân mê, đẩy sạch bùn cặn vớt ra cho lên thớt, thái nhỏ. Nước ngán trong bát để lắng cặn, gạn sang một cái bát khác, để riêng. Mộc nhĩ, nấm hương ngâm rửa sạch, thái chỉ, nhỏ. Hành hoa cắt khúc dài khoảng một đốt ngón tay... Sau đó đổ thịt ngán vào bún, cho vừa bột canh, mì chính, trộn đều. Bắc chảo lên bếp, để dầu hoặc mỡ nóng già, cho hành hoa vào phi thơm thì đổ bún ngán đã trộn vào xào. Ngán, bún chín chừng bảy lè đổ tiếp mộc nhĩ, nấm hương vào xào lẫn. Tiếp tục xào cho tới gần chín thì rưới một ít nước mình ngán ở cái bát để riêng kia vào, đảo đều chờ tới khi mọi thứ chín hẳn (thứ nước ở mình ngán có thể cho hoặc không cho vào, nếu người ăn thích hoặc không thích tăng vị thơm nồng của ngán. Cũng giống như khi rửa ngán, người ta không rửa nước lã, phải rửa ngay trong nước ở mình nó, để ngán không bị nhạt, bị tanh, là vậy). Bắc ra rắc hạt tiêu, ăn nóng.

Ngán có vị đặc trưng là khá nồng. Không biết có phải nó có vị nồng mà người ta gọi nó là “ngán” không, hay là có cả con ngao nữa, cũng có vị đó,

mà thành “ngao ngán” (!). Dầu vậy, kể cả ngao và nhất là ngán, như ở trên có nhắc, lúc đầu chưa ăn quen, món bún ngán xào nói riêng và các món ăn khác chế biến từ ngán nói chung không dễ ăn, song ăn quen rồi lại thành ra nghiện, để rồi khi xa cồn cào nổi nhớ.

Cùng một cách làm để chế biến như món bún ngán xào, người ta còn có thể thay bún bằng miến để làm món miến ngán hấp. Cũng có vị ngon riêng... cách đây chừng 4 năm, tại một cuộc thi nấu ăn dành cho các khách sạn, nhà nghỉ tiêu biểu vùng Quảng Ninh do Sở Du lịch Quảng Ninh tổ chức, đã có một nhóm đầu bếp của một khách sạn nọ đã đưa món bún ngán xào vào thực đơn của mình hòng giành giải của ban tổ chức.

2.5.2.2. Tu hài

Tu hài có tên tiếng Anh là snout otter clam, tên khoa học là *lutraria rhynchaena jonas*, thường sống ở vùng hạ triều Vịnh Hạ Long với đặc điểm: vỏ lớn hình bầu dục, hơi thuôn, dài chừng 10cm, hai vỏ khớp lại trước sau đều thông kín, da vỏ rất mỏng, màu vàng nâu dễ bong ra, để lộ tầng trong của vỏ. Thịt tu hài thơm ngon giàu dinh dưỡng có giá trị kinh tế cao. Tu hài có thể ăn tươi, hấp, nướng, làm khô, nhưng phải ăn nướng mới ngon nhất và như vậy mới biết thưởng thức món đặc sản Hạ Long.

Tu hài có sự tích như thế nào? Chẳng biết ai đã đặt tên cho loài nhuyễn thể này. Chỉ biết rằng giống như con trai ngọc nhưng thịt dày đặc như sò huyết, ăn mát, ngọt như bào ngư. Chính vì lẽ ấy, nên người sành đồ biển mới xếp tu hài vào loại “gà biển” và ngày xưa vốn là món tiến vua.

Con tu hài nằm sâu dưới cát hạ triều ven biển. Phải đào sâu xuống ít nhất 50 cm trở lên mới tìm nhặt được. Người đi kiếm tu hài phải dầm mình nơi bãi cát sù vệt cả buổi mới nhặt được vài ba chục con vì thế tu hài đã trở thành mặt hàng hải sản quý hiếm nhất vùng. Người chưa có kinh nghiệm khó long đoán biết được bãi nào nhiều hay ít, bãi nào được người đào bới hôm trước vì nước lên chẳng để lại dấu vết gì, thủy triều đã san bằng mặt cát ban đêm. Chính vì vậy người tìm kiếm tu hài không có mấy chỉ lơ thơ ít người

hành nghề độc chiếm từng vùng, từng bãi, chẳng mấy ai cạnh tranh nên con tu hài càng có giá.

Tu hài ngon nhất là món nướng. Ăn tu hài nướng phải rắc gừng tươi thái chỉ cùng với hành củ phi giòn chám với nước mắm mới thấy ngon. Khách du lịch lần đầu được thưởng thức tu hài nướng đều thấy lạ miệng bởi thịt tu hài mềm mại, ngon ngọt lại có hương vị đặc trưng không giống vị sò, hến nước mặn.

Tu hài là loại hải sản có ở các vùng biển Việt Nam. Thế nhưng, chỉ có tu hài ở Vân Đồn - Quảng Ninh được đánh giá là ngon nhất Việt Nam. Bên cạnh món tu hài nướng còn có món tu hài hấp. Món này khai vị ăn vừa mát vừa thanh, vừa có có dư vị ngọt rất riêng. Thịt tu hài hấp dòn, quyện với mùi gia vị thơm nức của Tỏi và hành khô được băm nhỏ chiên dầu ướp với tu hài trước khi hấp. Có thể nói khó có một món khai vị nào ngon, bổ dưỡng và an toàn vệ sinh như món tu hài hấp. Đó cũng là lý do để nhiều nhà hàng ở Hạ Long chọn món Tu hài hấp khai vị là món không thể thiếu trong thực đơn nhà hàng của mình và giờ đây, tu hài đã trở thành món được nhiều người biết đến trong cả nước.

Ngày nay con tu hài được ngư dân nuôi quanh năm để cung cấp cho các nhà hàng ở khắp Hạ Long. Trên vịnh Bái Tử Long, có ông Đỗ Hữu Tờ được mệnh danh là “vua tu hài” đã xây dựng trại nuôi tu hài với quy mô lớn. Năm 2005, ông vinh dự đón Chủ tịch nước lúc ấy là Trần Đức Lương ra thăm. Tháng 12.2007, Bộ trưởng Bộ NN&PTNT Cao Đức Phát cũng ra tận đảo trực tiếp hướng dẫn việc phát triển sản xuất của công ty.

Con tu hài lớn lên thịt ngon ngọt nh- vậy nh- ng chỉ có thể th- ởng thức trên đất mỏ vào giờ nhâm nhi , nhậ nhệ chiều chiều hay lúc khai vị đầu một bữa tiệc chiêu đãi linh đình trong khách sạn. Thông th- ởng là phải thêm vài ba ly r- ợi thuốc đ- a cay thì mới gọi là món hoàn chỉnh, hiếm hoi của vùng ẩm thực biển. Có thể nói hầu nh- mọi h- ơng vị của biển đều thấm đẫm trong từng thớ thịt tu hài. Cuối thu chớm đông khoảng từ tháng 8 đến tháng 10 âm lịch th- ởng là thời kì tu hài rất béo và thịt cũng thơm ngon nhất. Vào mùa sinh sản th- ởng gầy, thịt xác không ngon. Giá tu hài thay đổi tùy theo chất l- ợng và

mùa vụ đánh bắt nh- ng dao động từ 280.000-350.000/kg (2009). Tu hài loại to 1 kg đ- ợc 5-6 con, loại nhỏ thì 10-15 con/kg.

2.5.2.3 Mực:

Vịnh Hạ Long không chỉ nổi tiếng với những cảnh đẹp thiên nhiên kỳ ảo mà hải sản của Vịnh Hạ Long cũng mang hương vị đặc biệt rất quyến rũ trong đó phải kể đến món ăn được nhiều người biết tới đó là Chả mực Hạ Long. Mực từ lâu vẫn được xem là món ăn cao cấp bởi hương vị của nó rất ngon, chế biến biến được nhiều món rất ngon, chế biến được nhiều món, chất lượng dinh dưỡng của mực ít thực phẩm nào sánh kịp. Trên khắp dọc bờ biển Việt Nam, nơi nào cũng có mực, nhưng không phải mực ở vùng biển nào cũng có chất lượng như nhau. Mực Nha Trang nổi tiếng là to, mực Hạ Long nổi tiếng là ngon bởi môi trường sống của nó. Biển Quảng Ninh có nhiều loại mực: mực rang, mực ống, mực sim.

Mực ống thường phi khô đem nướng ăn. còn mực sim, mực nang thì xào. đặc biệt mực nang còn dùng làm chả mực rất ngon. Cách chế biến chả mực đòi hỏi sự khéo tay và kinh nghiệm. Người Hạ Long xa quê ai mà không nhớ những chiều hè cùng bạn bè đạp xe dọc theo con đường ôm lấy bờ Vịnh Hạ Long ngắm những chùm hoa phượng đỏ ôi, những bữa cơm "cải thiện" sum họp gia đình mà đĩa chả mực thơm lừng nóng hổi được đặt trình trọng giữa mâm cơm.

Trong hồi ức của một người con Hạ Long “Những buổi sáng mùa đông giá rét, hôm nào sang lắm thì được mẹ nắm cho nắm xôi trắng tinh kèm miếng chả mực vàng tươi mà chỉ dám ăn dè vì sợ nó chóng hết...” những kỷ niệm nho nhỏ nhưng đáng nhớ biết bao của những người đã từng sinh ra và lớn lên ở Hạ Long.

Mực được đánh bắt trong vùng Vịnh Hạ Long thường rất dày và có hương vị thơm ngon đặc biệt không hề lẫn với hương vị mực của các địa phương khác.

Mực tươi có thể chế biến thành nhiều món ăn khác nhau như luộc, chiên, xào, tẩm bột rán, nhồi thịt... nhưng món thông dụng và ngon người ta vẫn nhắc đến là chả mực.

Làm chả mực không khó, ai cũng có thể làm được, nhưng để làm được miếng chả mực tươi ngon cũng không đơn giản.

Cách chế biến chả mực đòi hỏi sự khéo tay và kinh nghiệm. Từ phần chọn mực đến phần 'giải phẫu' bỏ phần ruột và bọng mực, lớp da bên ngoài cho đến việc nêm gia vị, cách giã, cách rán

Khi làm chả mực người ta thường chọn những con mực to vừa mới bắt từ biển lên còn tươi sống, lớp thịt thật dày, trên lưng nó còn những vân nhỏ màu ghi luôn luôn chuyển động như những làn sóng, chả mực ngon quyết định đến 99% vào chất lượng con mực được chọn.

Mực được bỏ từng miếng một vào cối và giã hơi rôi (chỉ đủ nhuyễn để nặn chả) chứ không giã kỹ như giã giò lụa, những phần giã nhuyễn lẫn với phần miếng giã chưa kỹ sẽ làm miếng chả mực giòn hơn và khi ăn cho ta sự cảm nhận rất thú vị, phần vây mực xắt ngắn chỉ giã thật dỗi rồi trộn lẫn vào thịt mực.

Khi giã ta cho một chút hạt tiêu đã xay nhỏ và vài nhánh tỏi vì làm như vậy mới có thể trộn đều các gia vị trên vào thịt mực đã giã, nếu khi giã xong mới trộn thì thịt mực như một chất keo dính rất khó trộn đều gia vị.

Mực giã xong cho có thể cho thêm một chút hành băm nhỏ, một chút mắm nguyên chất, vài thìa mỡ nước hoặc mỡ xay trộn đều để hỗn hợp thấm đều gia vị trong khoảng 30 phút. Người ta không bao giờ cho thìa là vào món chả mực, nếu không nó sẽ có mùi... chả cá

Dùng chảo sâu lòng có chiếc ghi kim loại được gác lên miệng chảo để những miếng chả rán được róc dầu ăn, đổ nhiều dầu bắc lên bếp để dầu nóng dần dần. Lấy một bát nước lã hoặc một chút dầu ăn xoa tay cho khỏi dính và nặn chả, dùng thìa xúc thịt mực nặn chả.

Chả to hay nhỏ tùy ý người làm nhưng thường nặn vo tròn bằng quả bóng bàn và ấn dẹt, khi dầu đã nóng thả miếng thịt mực đã nặn vào rán và lật đều.

Lửa cho món chả mực không quá to nhưng cũng không quá nhỏ, chả mực rất kén lửa cũng tương tự như rán phồng tôm vậy.

Thịt mực tươi ngon thì ngay phút đầu thả mực vào nó đã toả mùi thơm nức mũi rất quyến rũ, khi chả chín tới vàng tươi thì lấy ra đặt lên ghi cho ráo dầu.

Chả mực Hạ Long ăn với xôi trắng hay bánh cuốn sẽ rất ngon, nếu muốn chấm với nước chấm thì tốt nhất vẫn là mắm nguyên chất thả thêm chút hạt tiêu. Nếu ở Hà Nội, bánh cuốn phải thưởng thức với chả quế mới là đúng kiểu thì ở Hạ Long, bánh cuốn được dọn cùng chả mực. Nếu du khách có dịp đến Hạ Long đừng bỏ qua cơ hội nếm thử món bánh cuốn chả mực hấp dẫn này. Du khách có thể đến hàng “bánh cuốn cây bàng” ở khu Bạch Đằng để thưởng thức một cách trọn vẹn hương vị đặc biệt của chả mực Hạ Long ăn kèm bánh cuốn.

Chả mực ăn với xôi trắng đồ từ gạo nếp cái hoa vàng, hạt mềm thơm, hơi khô, trắng tinh khiết quyện với miếng chả mực vàng ruộm vừa béo vừa bùi, vừa mềm vừa giòn lại ngọt lịm, vị thơm lan toả trong miệng khó mà cưỡng lại được, đảm bảo ai ăn một lần sẽ nhớ mãi.

Chả mực Hạ Long đã trở thành một "thương hiệu" nổi tiếng được nhiều khách du lịch và người sành ẩm thực tìm đến.

Chả mực Hạ Long cũng là một món ăn không thể thiếu ở những cỗ cưới sang trọng hoặc những bữa tiệc đón khách phương xa, nó đã chiếm được cảm tình của tất cả những người đã từng một lần thưởng thức nó.

Ngày nay rất nhiều địa điểm sản xuất chả mực ở thành phố Hạ Long, khu vực chợ Hạ Long 1 có vài "xưởng" chuyên sản xuất chả mực phục vụ cho nhu cầu của nhân dân thành phố và bán cho các tỉnh thành lân cận, chả mực Hạ Long đã theo chân du khách đi khắp mọi miền đất nước.

2.5.2.4 Bào ngư

Bào ngư là một loại hải sản quý. Cùng với yến sào, hải sâm, vi cá mập, ốc khi, gân nai, tay gấu..., nó là một trong "bát trân" - 8 món ăn quý trong các buổi tiệc cung đình của vua chúa thời xưa. Ngày nay, Bào ngư hiện diện trong hầu hết thực đơn của các nhà hàng sang trọng cao cấp.

Bào ngư (Abalone, tên thương mại hay dùng :gianttopshell) là động vật giáp xác, thuộc họ hào, hến. Bào ngư thiên nhiên khai thác từ biển sâu 5-20m. Ở Quảng Ninh bào ngư có nhiều ở vùng biển đảo Vân Đồn. Bào ngư Việt Nam cũng có đủ hai loại bào ngư vành tai (donkey's ear Abalon) và bào ngư chín lỗ (vỏ có một hàng lỗ khí khổng từ 7-13 lỗ nhưng thường là 9 lỗ) có kích cỡ trung bình từ 5-6cm. Khối thịt bên trong vỏ bào ngư cá thể vài chục gam, lên đến 100gram. Thịt bào ngư có cấu trúc mô dày mịn, tương tự như mực nhưng mềm hơn, nấu lâu cũng không bị bở, dai. Bào ngư Việt Nam có rải rác từ vùng biển Phú Quốc ra Bình Định, Quy Nhơn đến Quảng Ninh, Hải Phòng, nhưng không có nhiều nên chủ yếu chỉ khai thác kinh doanh tại chỗ như một đặc sản địa phương hoặc chế biến khô, số lượng rất thấp. Đối với đa số các bà nội trợ bình dân Việt Nam, bào ngư là một cái gì rất xa vời chứ không quen thuộc như sò huyết, sò lông, sò điệp,... Và những cái tên như cháo bào ngư, bào ngư hầm gà, bò câu hầm bào ngư... thường chỉ được nhắc đến như món ăn cực kì đắt tiền trong những nhà hàng sang trọng. Theo nghiên cứu Trong 100 g bào ngư chứa nhiều chất bổ dưỡng: chất đạm 17,05 g; đường (carbonhydrat) 5,89 g; chất béo 0,75 g; cholesterol 84,7 mg; các loại vitamin B1, B2, khoáng chất và nguyên tố vi lượng. Trong chất đạm cũng có đủ 19 loại axit amin thiết yếu cho cơ thể ở lượng mức tương đối cao như Threonin 0,73 mg; Isoleucin 0,75 mg; Valin 0,7 mg; và axit glutamic 2,31. Vì những giá trị dinh dưỡng mà bào ngư được coi là thức ăn cao cấp và chế biến dùng làm thuốc.

Bào ngư ăn riêng có thể ăn sống hoặc hấp. Ăn sống phải dùng bào ngư còn tươi, phải vùi nguyên con cả vỏ vào nước đá bào nhỏ khoảng một giờ trước khi ăn. Ăn bào ngư sống ngon nhất là phải có nước chấm ngon. Hoà tan một phần xì dầu và 1/3 mù tạt xanh(hoặc có thể nhiều hơn nếu khẩu vị chịu được vị cay nồng). Tùy vào sở thích có thể thay nước chấm bằng muối- tiêu- chanh. Khi ăn phải nạy vỏ bào ngư, tách lấy nạc gỡ bỏ những mô tạp lam đến đâu ăn đến đó . Nếu muốn dọn sẵn thì tùy thích cắt thành miếng mỏng dùng

một đĩa sâu lòng, cho nước bào vào đĩa, bịt kín miệng đĩa bằng một lớp giấy nhôm, trải bào ngư lên mặt đĩa dọn kèm nước chấm và dầu hành ướp lạnh.

Đối với món bào ngư hấp thì hấp chín bằng hơi nước, có thể dùng bào ngư sống hoặc bào ngư đông lạnh, rã đông, tùy ý cắt dài, mỏng. Nước chấm bằng nước mắm gừng: một muống súp nước mắm ngon, ½ muống súp gừng băm nhỏ, 3 hoặc 4 muống súp nước lọc, 1 hoặc 2 muống cà phê đường tùy khẩu vị và ớt băm nhỏ, tùy ý ăn cay được ít hay nhiều có thể thay nước mắm gừng bằng muối - tiêu - chanh và ăn kèm vài lá rau răm nếu thích.

Ngoài ra, cháo bào ngư và bồ câu hầm là những món ăn cầu kì nhưng rất bổ dưỡng với sức khỏe. Để nấu cháo bào ngư quan trọng là nước dùng phải ngon ngọt, được ninh xương từ heo hoặc nước cốt gà. Gạo để nấu cháo phải là gạo ngon, rang khô trong một cái chảo dày cho đến khi gạo dậy mùi thơm là được, không rang gạo đến độ gạo trở màu vàng. Cắt bào ngư thành lát mỏng tẩm ướp gia vị, xào sơ với hành băm, khi cháo gần chín thì trút vào nồi, nấu sôi nhẹ khoảng 5 phút là được món ăn vừa ngon vừa hấp dẫn. Với món bồ câu hầm bào ngư, chỉ cần ướp bồ câu với muối tiêu, hành băm, dầu mè đen, chà xát gia vị trong, ngoài để qua 30 phút, chiên vàng đều. Sau đó cho bồ câu vào một nồi vừa, cho nước heo hoặc nước lèo gà vào xâm xấp, nấu nhỏ lửa cho bồ câu vừa mềm rồi mới đổ bào ngư tươi hoặc khô đã chế biến và nắm vào nấu tiếp để nước còn khoảng 1/3 là vừa. Nếu dùng bào ngư hộp thì chỉ cho vào khi thịt đã mềm hoàn toàn. Món ăn đạt yêu cầu là bào ngư thấm vị bồ câu, dọn kèm muối tiêu.

Khi nấu chung bào ngư với các loại thực phẩm khác thì tùy việc sử dụng bào ngư hộp, tươi hoặc khô sẽ cho thành phẩm có hương vị khác nhau rất nhiều. Bào ngư có thể nấu kết hợp với rất nhiều loại thực phẩm khác như bào ngư om với lòng trắng, gạch cua; Bào ngư xào cá mú, bào ngư cuốn vịt quay; Bào ngư xào tỏi...

Ngày nay, nhiều nghiên cứu đã chứng minh thịt Bào ngư có tính trị liệu tốt, giúp bồi bổ khí huyết, bổ thận, tăng thị lực, chống suy nhược cơ thể và điều hoà

huyết dịch, dùng rất tốt cho người cơ thể suy nhược, mắt kém, suy thận, hay đi tiểu đêm và đặc biệt dùng cho người mắc bệnh tiểu đường giúp ổn định hàm lượng đường trong máu. Tới Hạ Long ăn thịt bào ngư quý khách sẽ thấy ngon miệng và dễ chịu ngay sau ngày dài trên chặng đường về với Hạ Long.

2.5.2.5 Hải sâm.

Hải sâm có tên khoa học là Stichopvssa Selelon, ngư dân thường gọi là con đôn đột hay con đĩa biển. Hải sâm quý hiếm, ngon bổ được y học phương đông coi là thứ thuốc bổ thận.

Hải sâm sống ở vùng biển nông, có nhiều bùn cát đá ngầm hay các bãi rạn san hô lờm chờm. Đây là một loài động vật không xương sống ở biển, thường gặp ở những vịnh và những nơi có nhiều đá ngầm ở biển khơi. Hải sâm có khả năng tái sinh rất cao và sức chịu đựng bền bỉ, nó có thể sống dưới nước tới độ sâu 6.000m. Đây là tính chất của mộc và thủy, con hải sâm có thân thể dài, mềm do hấp thụ thần khí, nó có các tính chất trị bệnh độc đáo như nhân sâm cho nên mới gọi là hải sâm (sâm biển). Dọc theo bờ biển Việt Nam nơi nào cũng có hải sâm, nhưng để bắt được thì giống như mò kim đáy bể.

Cơ thể hải sâm tròn có lông mịn, dài chừng vài tấc tây, to bằng ngón tay cái, mềm nhũn, uốn lượn và luồn lách rất lẹ làng. Đầu hải sâm có một lỗ nhỏ gọi là miệng, xung quanh có từ 18-30 tua xúc giác dùng để bắt mồi. Thức ăn của nó là sinh vật nhỏ như tảo và các chất bùn bã tận đáy biển. Hải sâm thích ứng với mọi thời tiết. Khi trời mưa bão, biển động, hải sâm ẩn vào các hốc đá, chờ đến mùa xuân nó mới bắt đầu bơi đi kiếm ăn. Hải sâm sinh sản vào mùa nắng nóng, tháng 9 là mùa rằm rộ. Săn bắt hải sâm là công việc hết sức cực nhọc và chỉ thuận tiện vào mùa nắng ráo. Ngư dân phải lặn sâu vào từng hang hốc hay các bãi rạn san hô và dùng cây xiên đâm vào thân nó.

Theo kết quả nghiên cứu của dinh dưỡng học hiện đại, hải sâm là một trong những loại thực phẩm có giá trị dinh dưỡng hết sức phong phú. Các nhà khoa học Trung Quốc ước tính cứ 100 g hải sâm khô có chứa 76 g protein, cao gấp 5 lần so với thịt lợn nạc và 3,5 lần so với thịt bò. Hải sâm còn có hàm

lượng cao các acid amin quý như lysine, proline... và nhiều nguyên tố vi lượng như P, Cu, Fe..., đặc biệt là Se - một chất giải độc kỳ diệu, làm vô hiệu hóa các kim loại nặng đi vào cơ thể qua đường ăn uống (như Pb, Hg) để thải ra nước tiểu. Ngoài ra, trong thành phần hải sâm còn có nhiều loại vitamin, hoóc môn, các chất có hoạt tính sinh học trong đó có 2 loại saponin là Rg (gây hưng phấn thần kinh, chống mỏi mệt và tăng cường thể lực) và Rh (có tác dụng ức chế tế bào ung thư). Bởi vậy, từ xa xưa, hải sâm đã được coi là một trong “tứ đại danh thái” (bốn loại thực phẩm nổi tiếng) cùng với óc khi, tay gấu và yến sào của ẩm thực cổ truyền phương Đông và được mệnh danh là “nhân sâm của biển cả”. Về mặt thực phẩm, nhiều y gia coi thịt hải sâm là một trong tám món ăn “cao lương mỹ vị” nổi tiếng (bát trân) của phương Đông cùng với yến sào, bào ngư, vây cá...

Hải sâm tươi rói đem ngâm nước sôi rồi lộn từ trong ra ngoài, vớt bỏ ruột, đem luộc sơ, vớt ra thái mỏng, sau đó ngâm vào nước tro, rồi rửa sạch nhiều lần bằng nước nóng. Thịt hải sâm ướp với ngũ vị hương, hành tỏi và đem xào chín, thêm vào các loại rau thơm, chuối chát thái mỏng, khế lát, đậu phụng rang, giã dập ăn với bánh tráng, chấm nước mắm gừng thì tuyệt. Người ta còn chế biến hải sâm cầu kì hơn. Hải sâm bóc bỏ hết ruột, đem sấy khô, khi ăn thì đem ngâm nước nóng để thịt nở đều, vớt ra thái mỏng, sau đó đem xào với tôm và mộc nhĩ. Hải sâm còn được chế biến với các thức khác như thịt vịt tiềm hải sâm, gà hầm hải sâm, hải sâm tẩm thuốc bắc, hải sâm xào mướp đắng... Đến Hạ Long nghỉ dưỡng du khách đừng quên thưởng thức món ăn này.

2.5.2.6. Sá sùng

Sá sùng chính là con trùn biển, có nơi gọi là con sâu cát. Ở Việt Nam, Quảng Ninh là vùng biển đặc biệt có nhiều sá sùng.

Sá sùng màu nâu đỏ, nhìn qua có hình dạng giống như con trùn đất, trên mình có những sợi vân nhỏ li ti, nhưng kích thước lớn hơn và ruột chứa toàn cát. Sá sùng sống trong hang sâu dưới cát.

Người ta bắt sà sùng thường vào lúc sáng sớm, khi nước triều vừa rút đi để lại những dấu vết của chúng sau một đêm ngoi ra khỏi cát đi kiếm ăn, giao phối. Cũng như đào trùn đất, nếu thấy dấu vết sà sùng, chỉ cần xúc vào sâu lớp cát sẽ thấy chúng bên dưới. Thức ăn của sà sùng là những mảnh vụn hữu cơ, sinh vật phù du lơ lửng trong nước. Một con sà sùng dài từ 7 đến 15cm.

Sà sùng có nhiều giá trị dinh dưỡng như axit amin, glyxin, alanine, glutamin, succinic... và nhiều taurine, khoáng chất. Khi được chế biến sà sùng có hương vị thơm ngon đặc trưng. Theo một nhóm nhà nghiên cứu khoa học của trường Đại học Khoa học tự nhiên TP.HCM, trong thịt của sà sùng có chứa 17 nguyên tố khoáng, tám loại axit amin không thay thế và mười loại axit amin thay thế rất cần thiết cho cơ thể con người. Theo quan niệm Đông y, sà sùng có vị ngọt, tính mát, chủ trị chứng tâm hàn, bổ dương khí.

Ngày xưa, người ta dùng sà sùng chủ yếu như một dạng tôm khô dùng trong chế biến các loại nước lèo làm phở, hủ tíu, bún. Một lượng nhỏ sà sùng khô rang lên cho vào túi lọc bỏ trong nồi nước lèo sẽ làm cho nồi nước có hương vị đậm đà. Ngày nay, sà sùng có trong thực đơn các nhà hàng hải sản, đặc biệt là món nướng.

Chế biến sà sùng phải rất tỉ mỉ, bởi phải lộn nó ra và chà xát thật kỹ với muối cho ruột hết cát và hết mùi tanh, rửa nhiều lần đến khi sà sùng có màu trắng hồng mới thôi.

Sà sùng tươi có thể chế biến các món như xào chua ngọt, chiên, nướng. Để chế biến sà sùng tươi, sau khi rửa thật sạch, cho nguyên liệu vào chảo rang trên bếp cho khô rồi trút ra rổ, xoa cho hết những hạt cát còn bám vào. Tiếp đó, có thể nướng, làm gỏi bóp chanh, thêm ít bắp chuối, rau thơm, đậu phộng. Bản thân sà sùng có vị ngọt tự nhiên nên càng nhai lâu càng ngấm vị ngọt, giống như khô mực.

Sà sùng có thể nướng, ăn chấm muối ớt vắt chanh, cũng có thể ướp muối ớt rồi nướng. Các nhà hàng thường dùng món này để mời khách lai rai cùng bia, giống như mực khô nướng xé nhỏ! Sà sùng vừa giòn, mềm, lại dai

dai, có vị béo và ngọt nên càng ăn càng thấy ngon.

Sá sùng ở Quảng Ninh là loại Sá sùng nhỏ, khi khô lại, thân nó chỉ dài khoảng chừng 8 cm. Xứ sở của sá sùng là vùng bờ biển Quảng Ninh, nhất là các xã Minh Châu, Quan Lạn. Nơi đây cũng là vùng đất có sá sùng ngon nhất. Sá sùng sống trong các bãi cát có nước triều lên xuống. Người đào sá sùng đòi hỏi có kinh nghiệm, có kỹ thuật, động tác điệu nghệ như người nghệ sỹ múa trên cát.

Sá sùng đào được đem xào với tỏi tươi ăn rất ngon, một món ăn dân dã đặc sắc mà người dân vùng biển Hạ Long gọi là *mồi xào*. Sá sùng rang khi chín có màu vàng, mùi rất thơm - một hương thơm nồng ngậy, đậm đà của biển. Sá sùng rang chấm với tương ớt, điểm thêm rau dấp cá, rau thơm và uống với bia thì thật tuyệt!

Người dân ở Hạ Long còn chế biến nhiều món xào rất ngon với con Sá sùng tươi, tất nhiên khi thành phẩm, nó đã được chế biến, lột trái mặt trong ra ngoài (do quá trình sơ chế và rửa cho sạch cát), nên trông hình thù nó không đáng sợ nữa. Sá Sùng tươi có thể được xào với cần tỏi, khá thơm ngon hấp dẫn. Sá Sùng khô còn được rang thơm, đem làm món nhậu với bia. Nhờ vị ngọt lợ rất tự nhiên của nó mà con Sá sùng sớm được người dân Quảng Ninh "đặc cách" dùng thay cho mì chính, đặc biệt là trong nước dùng Phở. Quảng Ninh không phải là cái nôi về phở, song một nồi phở ngon không thể thiếu Sá Sùng khô. Khi mình còn nhỏ thì Sá sùng khô còn không quá đắt, có những lúc trong nhà trữ nguyên cả một bao để dùng dần. Trong món phở, Sá sùng được nướng hoặc rang thơm, có màu vàng nhạt, rồi cắt làm những khúc ngắn, cho vào một chiếc rổ lắc nhẹ cho rụng cát, rồi mới được thả vào nồi nước dùng ninh cho ra nước ngọt. Sá Sùng bây giờ cũng trở nên khan hiếm, việc đánh bắt chúng cũng lắm công phu. Hiện tại chúng có giá là một triệu hai trăm đến một triệu bốn trăm ngàn đồng/ kg, đắt hơn nhiều so với loại Sá Sùng ở các vùng miền khác.

2.5.3. Đồ uống

Ăn và uống là hai hoạt động đi liền. Theo các nhà dinh dưỡng nói: con người có thể nhịn ăn được nhiều ngày nhưng nhịn uống 2 ngày là sẽ nguy đến tính mạng. Khát thì uống đó là điều tất nhiên. Nhưng không khát mà vẫn uống. Uống để mang lại sự sảng khoái cho cơ thể và cũng là để thẩm thấu cho trọn vẹn thú vui trong hàng "tứ khoái" của con người.

Hàng ngày cũng giống như những người dân ở các vùng quê khaki nhau, người Hạ Long cũng uống khác thức uống như uống trà, uống bia, uống rượu, các loại nước hoa quả, cà phê,... Hơn thế đã từ lâu người Hạ Long vẫn tự hào bởi nguồn nước khoáng mặn dồi dào Quang Hanh, nổi tiếng gần xa.... Trên cái nền chung về "văn hoá uống" ấy, người hạ Long còn có những đồ uống rất độc đáo từ biển.

2.5.3.1 Uống mắm

Là những người thường xuyên đối mặt với cái lạnh, đội gió, đội nắng... vừa rét vừa lạnh nên họ thường mang theo mắm nguyên chất để phòng cảm lạnh. Người xưa đã dùng nước mắm "lâu năm" để chữa bệnh. Theo các nhà đông y : Nếu suy nhược do thương hàn tiêu hoá, vị khí trong người bệnh không giao lưu được sinh chứng nấc cụt, có thể dùng nước mắm lâu năm chữa khỏi. Đó là loại nước mắm nguyên chất đem chôn dưới đất sâu càng lâu càng tốt (có nhà chôn đến 9, 10 năm) sẽ ôn hoà được các chất mặn, ngọt, béo, sinh ra "chất kích thích" điều hoà được âm dương trong người bệnh."

Uống mắm là một thức uống chữa bệnh rất hiệu quả của người dân Chài hạ Long, vì nhiều lí do nó khó có thể được đưa vào thực đơn của các nhà hàng. Thế nhưng, nếu như tò mò và yêu ẩm thực Hạ Long, muốn tận hưởng đầy đủ phong vị của biển thì du khách có thể đến với làng vạn chài để nghe và thưởng thức "tận mắt, tận miệng.." thức uống này. chắc chắn du khách sẽ cảm thấy rất thú vị.

2.5.3.2. Rượu tiết ngán

Có lẽ bất cứ một du khách nào khi đến Hạ Long đều có cơ hội được thưởng thức nhiều loại hải sản của biển Hạ Long, và ngán là một món không

còn lạ đối với nhiều du khách.

Ngán được chế biến đủ các món như: ngán nướng, ngán hấp, hai món này được chấm với tương ớt trộn ít bột canh, hạt tiêu, vắt miếng chanh tươi, ăn cùng với các loại rau thơm. Cháo ngán rắc lá hành, rau dăm thêm ít hạt tiêu, hành khô phi vàng lên trên. Ngán xào với mì và rau cải cũng rất hấp dẫn... bởi vị ngọt đậm đà của ngán nên gọi là “ngán” nhưng khi ăn sao không thấy ngán chút nào. Đó là các món ăn được chế biến từ ngán. Không chỉ có ngán chế biến thành các món ăn mà ngán còn được chế biến thành một thức rượu nổi tiếng ở Hạ Long.

Rượu ngán pha chế muốn ngon cũng phải đảm bảo đúng quy trình. Tiết ngán nằm trong con ngán có màu đỏ thẫm, khi tách bầu tiết ra khỏi thân ngán phải nhẹ nhàng, không được để bầu tiết vỡ. Cho bầu tiết vào trong một chiếc cốc thuỷ tinh, đổ rượu trắng vào cốc, dùng dụng cụ đánh trứng để đánh tan bầu ngán. Tiết ngán được hoà tan trong rượu có màu đỏ nhạt, khi uống có vị cay, ngọt và mùi thơm đặc trưng.

Đêm đông lạnh giá du khách hãy ngồi với bạn bè bên bờ biển Hạ Long. Cùng nhau quây quần bên bếp lửa hồng, cùng uống rượu ngán. Trên bếp lửa hồng nhớ nướng vài con mực khô, cùng nhau hát những bài hát về Hạ Long, Thường thức rượu ngán thú vị nhất là khi ăn hải sản trên các nhà bè. Với bạn bè xung quanh, cười nói bên những đĩa tôm nướng, mực hấp, sò trần... bốc khói nghi ngút thì cảm giác thật ấm áp như mùa đông ngoài kia chưa bao giờ tồn tại. Lại thêm mấy bình rượu ngán nóng hổi, bạn bè hào hứng rót cho nhau những chén sóng sánh thơm lừng trong khi cái nhà bè cứ chòng chành, lắc lư bởi những đợt sóng biển thì chỉ nhìn vào mắt nhau thôi đã thấy say lắm rồi.

Các quán ăn đêm, các quán ốc ở Hạ Long đều có rượu ngán. Ban đêm các bạn có thể về khu bến tàu để uống rượu ngán với cở, cánh gà. Ở bến tàu có thể ngồi uống rượu ngán đến 3-4h đêm để tha hồ mà độ tửu.

Nếu bạn có dịp về Hạ Long vào mùa đông thì đừng quên thử cảm giác thú vị này nhé! Đảm bảo bạn sẽ thích phong cách này của người Hạ Long.

2.7 Tiểu kết

Việc trình bày các món ăn, đồ uống của vùng biển Hạ Long có thể thấy chính sự đa dạng, phong phú của nguồn hải sản đã là cái nền hình thành nên diện mạo ẩm thực của vùng biển Hạ Long-Quảng Ninh không lẫn với bất cứ vùng biển nào trên đất nước Việt Nam. Những món ăn mà người viết trình bày ở trên phần lớn đều là những món ăn thường ngày của người Hạ Long, một số nữa là những món ăn cao cấp được xếp vào hàng sơn hào hải vị... Đơn giản nhưng không đơn điệu, đậm đà nhưng không cầu kì...tất cả đã làm nên một diện mạo chung của ẩm thực biển Hạ Long

Khi nghiên cứu về văn hoá ẩm thực biển Hạ Long người viết đã chú trọng tới việc đề cập chi tiết tới nguyên liệu và cách thức chế biến món ăn và nhìn nó dưới góc độ văn hoá với mục đích giúp du khách hiểu rõ về những đặc trưng của vùng biển này. Trên khía cạnh kinh doanh, đây sẽ là thế mạnh của du lịch biển Hạ Long có thể thu hút khách du lịch tới bên cạnh các loại hình du lịch biển khác. Đến Hạ Long thưởng thức hải sản biển Hạ Long cũng là tìm hiểu phong tục tập quán và văn hoá Hạ Long vậy thì thật thú vị biết bao!

Trên khắp vùng “ biển bạc” Việt Nam đâu đâu cũng có tôm, cá , cua, mực vì thế nếu coi chúng là đặc sản thì rất khó.Tuy nhiên, với những cách và thói quen chế biến, nguyên liệu của từng địa phương thì từ cái chung tự nhiên đã được phân biệt thành đặc sản, độc đáo của vùng tạo nên sức hút với thực khách và khách du lịch. Với rươi ngán, chả mực... chính là những minh chứng tạo nên thương hiệu “ẩm thực biển Hạ Long”. Khi thưởng thức ẩm thực Cái ẩn tượng của sự tìm hiểu, cái lạ miệng khi thưởng thức món ăn, sự đồng điệu trong tâm hồn, sự đồng cảm trong nhận thức, nhiều khi trở thành “đặc sản vùng” . Do vậy nếu có sự hội tụ của 3 yếu tố trên thì “ ẩm thực biển Hạ Long” sẽ là cái tên khó phai trong lòng du khách gần xa.

CHƯƠNG 3

MỘT SỐ ĐÁNH GIÁ VÀ GIẢI PHÁP

KHAI THÁC ẨM THỰC HẠ LONG PHỤC VỤ PHÁT TRIỂN

DU LỊCH

3.1 Đánh giá Hiện trạng kinh doanh ẩm thực biển trong hoạt động du lịch tại Hạ Long

Cùng với quá trình đổi mới toàn diện đất nước, ngành du lịch Việt Nam đã trở thành một trong những ngành kinh tế triển vọng đóng góp vào ngân sách quốc gia. Trong tất cả các loại hình du lịch, du lịch biển là một trong những loại hình du lịch hấp dẫn hàng đầu đối với du khách cả nước và quốc tế. Theo thống kê của UN WTO (năm 2006), hơn 70% số du khách được hỏi đều đưa ra câu trả lời thích đi du lịch biển. Do vậy, nhiều vùng bờ biển của nước ta đang trong quá trình đô thị hoá khá nhanh, nhiều đô thị biển được mở rộng ra bên cạnh nhiều đô thị biển mới ra đời. Hạ Long (Quảng Ninh) nằm trong chuỗi các đô thị biển của đất nước như Hải Phòng, Khánh Hoà, Vũng Tàu, Thành phố Hồ Chí Minh được nhà nước xác định là một trong những trung tâm du lịch lớn của cả nước và là một vùng quan trọng trong tam giác tăng trưởng kinh tế phía bắc là Hà Nội-Hải Phòng-Quảng Ninh. Với diện tích bờ biển dài, cộng với khu di sản thiên nhiên thế giới đã đem lại cho du lịch biển Quảng Ninh những kết quả to lớn. Trong đó không thể không nhắc tới vai trò quan trọng của hoạt động kinh doanh ăn uống các mặt hàng thủy hải sản. Bên cạnh các loại hình du lịch biển đang được khai thác như: du lịch nghỉ dưỡng, du lịch tham quan, du lịch tắm biển, du lịch nghiên cứu, du lịch thể thao... thì *du lịch ẩm thực* chính là loại hình du lịch mới đầy tiềm năng. Đi du lịch và thưởng thức các món ăn không chỉ là nhu cầu thường nhật mà quan trọng hơn nữa ẩm thực tựa như “chất keo” kết nối du khách với mỗi vùng đất mà họ đặt chân tới, giúp họ hiểu thêm về phong cách ẩm thực và bản sắc văn hoá địa phương.

Với tư duy kinh doanh nhanh nhẹn và sắc bén, nhiều nhà kinh doanh đã đưa nguồn hải sản tươi sống vào chế biến thành nhiều món ăn độc đáo đáp ứng mọi nhu cầu đa dạng của khách, thông qua đó góp phần thu hút khách càng tìm đến nhiều hơn tới Hạ Long.

Có thể nói ăn uống là loại hình kinh doanh khá sôi động mang lại doanh thu lớn cho hoạt động du lịch nơi đây. Trước tiên phải kể đến hệ thống các cơ sở ăn uống rất đa dạng. Hầu hết các nhà khách sạn, nhà nghỉ đều phục vụ ăn uống. Hiện nay, Hạ Long có khoảng hơn 300 khách sạn, nhà nghỉ với trên 4000 phòng nghỉ. Ngoài ra còn có 234 nhà hàng tư nhân, quán ăn chuyên phục vụ các món ăn hải sản, đặc sản của biển như tôm hùm, cá, cua, sò, tu hài, mực và những món ăn dân tộc Âu, Á (Non nước Hạ Long - Thi Sảnh). Đặc biệt, Ở Vịnh Hạ Long còn có một hệ thống các nhà bè nuôi thủy hải sản luôn sẵn sàng phục vụ du khách ngay tại trên bè nuôi hải sản với các món được chế biến từ hải sản tươi sống. Du khách sẽ có thể tự tay lựa chọn để chế biến. Một trong những địa điểm ẩm thực nổi tiếng nhất, người Hạ Long “ai mà chẳng biết” chính là khu nhà bè sầm uất ở khu cột 5 phường Hồng Hà. Hàng loạt nhà bè nổi đèn điện sáng trưng, được trợ giúp đắc lực bởi hàng chục con đò lúc nào cũng sẵn sàng đưa đón khách, giá cả ở các khu nhà bè cũng dễ chịu, chỉ chừng 100.000-200.000 đồng/thực khách là bạn đã có thể thưởng thức những món ăn nhớ đời từ biển cả: sò huyết nướng, nghêu hấp sả, nghêu xào bún, tôm rang muối, cá song hấp xì dầu. Rồi mực sim luộc nước mắm gừng, chả mực, chả cá thu nữa chứ... Được ăn uống trong không khí mặn mòi, “đông ấm, hè mát”, bập bênh như mình đang ở giữa đại dương, lại được thưởng thức những món ăn từ những động vật biển đang bơi lội tung tăng, chế biến ngay trước mắt, dọn lên bàn ăn còn bốc khói thì còn gì thích bằng!

Các khách du lịch tự đứng ra tổ chức chuyến đi không mua tour của công ty du lịch họ thường ăn theo hình thức gọi món. Còn khách đi theo tour thì ăn theo tiêu chuẩn đặt trước, những suất ăn này thường chỉ bao gồm những loại hải sản thông dụng mà ít khi du khách được thưởng thức những món hải

sản cao cấp.... Do vậy, muốn cảm nhận cái hay cái đẹp và quan trọng hơn cả với ẩm thực là cái ngon của vùng biển Hạ Long du khách hãy lựa chọn cho mình những địa chỉ phù hợp với túi tiền và sở thích của mình. Nếu như bạn là một sinh viên hoặc một viên chức bình thường cùng gia đình đi du lịch thì bạn có thể chọn những quán ăn bình dân cũng rất ngon mà giá cả tất nhiên là rất phải chăng! Còn nếu thu nhập cao hơn thì bạn có thể lựa chọn những nhà hàng cao cấp-nơi có những cô nhân viên trẻ trung luôn sẵn sàng phục vụ bạn một cách tận tình trong không gian đẹp và tráng lệ của của nhà hàng như nhà hàng ở khách sạn 4 sao Sài Gòn-Hạ Long, khách sạn Hạ Long pearl,...Nhìn chung, văn hoá ẩm thực Hạ Long mang đậm bản sắc của một vùng biển lâu đời và đó là một tài nguyên du lịch vô giá góp phần làm phong phú hơn tiềm năng du lịch Hạ Long

Tuy nhiên hoạt động kinh doanh ăn uống của Hạ Long hầu hết là do các hộ tư nhân đảm nhiệm. Các hộ này thuê với diện tích nhỏ, thời gian thuê từng năm một. Vì vậy các hộ không đầu tư nhiều về cơ sở hạ tầng, vật chất kỹ thuật kinh doanh theo kiểu mùa vụ. Cho nên, đến Hạ Long quý khách sẽ thấy có khá nhiều nhà hàng được xây dựng rất tạm bợ.

Giá cả trong các nhà hàng cũng là vấn đề bức xúc lớn với Hạ Long. Vì với đại đa số nhà hàng Hạ long, mùa du lịch cũng là ...mùa làm ăn. Người ta vẫn nói vui là những người kinh doanh du lịch chỉ cần làm việc 3 tháng hè là đủ sống quanh năm. Cách đây mấy tháng, vào dịp trời rét, An-một du khách ở Đà Nẵng có dẫn họ hàng đi qua Hạ Long. Ghé vào quán cơm bình dân ăn đĩa cơm rang thập cẩm hết 20.000/ đĩa. Cũng vẫn quán cơm đấy, cũng vẫn món cơm rang đấy, đã phải móc túi 50.000/đĩa để trả cho chủ quán (Đó là cẩn thận hỏi giá trước khi ăn. Còn lịch sự không hỏi giá trước khi ăn thì có thể giá sẽ tăng lên gấp rưỡi hoặc gấp đôi). Theo quy định của trung tâm dịch vụ phát triển du lịch, giá các món ăn nhà hàng phải được niêm yết. Nhưng quy định này không được thực hiện một cách triệt để, vẫn xảy ra hiện tượng “chặt chém.” Gây ấn tượng không tốt với du khách. Điều này cũng góp phần làm

ảnh hưởng không nhỏ đến cái nhìn thiện cảm của du khách dành cho hoạt động du lịch Hạ Long. Bên cạnh đó, các món ăn ở Hạ Long còn được chế biến một cách đơn điệu, trình bày hình thức kém hấp dẫn, ấn tượng để lại trong lòng du khách phai mờ.

Hàng Năm cứ đến ngày 25-4, ngày mở cửa truyền thông du lịch Hạ Long, lễ hội Carnavan được tổ chức thu hút đông đảo khách du lịch từ mọi miền đất nước đến tham dự. Cho nên, hoạt động kinh doanh ăn uống lại nhộn nhịp hơn bao giờ hết. Lượng khách từ mọi miền đổ về: Hải Dương, Hà Nội, Lạng Sơn, Thái Bình...xa hơn nữa có khách đến từ các thành phố biển khác như Đà Nẵng, Vũng Tàu...Họ đến với Hạ Long ngoài nhu cầu tham quan, tắm biển, cũng háo hức được thưởng thức món ăn tươi nguyên từ đặc sản biển Hạ Long. Khách du lịch đến biển Hạ Long rất đa dạng cả khách nội địa và khách quốc tế. Chính vì vậy, các chủ hàng tập trung khai thác vào nhiều loại hải sản phục vụ được đông đảo du khách không kể là những người có thu nhập cao hay thấp. Ví dụ như: khai thác các mặt hàng hải sản tương đối phổ biến và phù hợp với túi tiền của nhiều người đặc biệt là khách nội địa như: tôm, cua, ngao, ghẹ, sò... Các loại cao cấp cho khách hạng sang hoặc khách quốc tế như: sá sùng, bào ngư.... Điểm mới lạ và thu hút khách của các nhà hàng này nằm chủ yếu ở vị trí nhà hàng, rộng rãi, thoáng mát, gần biển như nhà hàng Hoàng Gia nằm ngay trong công viên Hoàng Gia, nhà hàng seafoodrestaurant nằm trông ra biển....

Các nhà hàng ăn uống ở hạ Long đã từng bước nắm bắt được sở thích của từng đối tượng khách. Song vấn đề được quan tâm hàng đầu đối với hoạt động kinh doanh ăn uống ở đây là: Vệ sinh thực phẩm, đồ uống, chất lượng phục vụ giá cả. Đặc biệt là vấn đề vệ sinh an toàn thực phẩm, đây là một trong những nguyên tắc , yêu cầu hàng đầu đối với các nhà hàng kinh doanh ăn uống. trong năm 2009, và đặc biệt là mùa hè-mùa du lịch biển thường hay là thời điểm bùng phát dịch tả. Việc thiếu trách nhiệm , ham lợi nhuận trước mắt sử dụng cả những thực phẩm đã thiu thối chế biến đồ ăn cho du khách du

khách sẽ gây tới mất an toàn vệ sinh thực phẩm ảnh hưởng rất lớn đến sức khoẻ của du khách uy tín lâu dài của các nhà hàng tại Hạ Long.

Bên cạnh việc kinh doanh ăn uống tại khu du lịch, hải sản Hạ long còn được xuất sang các tỉnh lân cận để du khách khi đến với Hạ Long về sẽ mang được ít hương vị của biển làm quà với bạn bè và người thân.

Bên cạnh việc kinh doanh ăn uống hải sản ở vùng du lịch, thì trong thành phố Hạ Long cũng hình thành một mạng lưới các nhà hàng chuyên kinh doanh đồ biển. So với các nhà hàng nằm ở khu trung tâm du lịch thì nhà hàng ở đây vị trí không đẹp vì không được gần biển, không khí không thoáng đạt bằng nhưng bù lại các món ăn được chế biến cầu kì hơn, đa dạng bởi các tay đầu bếp có tiếng, điều này góp phần tạo nên phong cách ẩm thực và phong cách phục vụ tương đối chuyên nghiệp. Dù giá cả trội hơn một nhưng đến với các nhà hàng này du khách có thể hoàn toàn yên về độ tươi sống của nguyên liệu hải sản như nhà hàng biển xanh, nhà hàng hải sản mây chiều...

Bên cạnh tài nguyên biển Hạ Long còn là nơi có nhiều giá trị tài nguyên du lịch nhân văn. Vì thế, Hạ Long quảng Ninh đã trở thành nơi gặp gỡ của nhiều khách du lịch khi tới tham quan tìm hiểu khám phá. Có thể đến với Hạ long trong một khoảng thời gian ngắn ngủi nhưng chắc chắn du khách sẽ được làm quen với văn hoá ẩm thực biển Hạ long thông qua việc thưởng thức các món ăn tại các nhà hàng chuyên kinh doanh đồ biển Hạ Long.

Với người Việt hình ảnh của các phiên chợ đã trở thành một thứ gì đó rất gần gũi, chợ được xuất hiện trong các bài thơ, có cả trong các tác phẩm hội hoạ. Đó là những phiên chợ được nhìn trên cái nhìn cảm xúc và nghệ thuật là nơi gửi gắm giao lưu tình cảm. Trên thực tế chợ ngày nay được hiểu là nơi mua bán trao đổi các loại sản vật hàng hoá, là nét kinh tế đặc trưng của mỗi vùng miền, mỗi địa phương . Chợ đông vui nhiều mặt hàng biển là biểu hiện sự phồn vinh về kinh tế... Nếu như bạn lên một phiên chợ vùng cao để mua các sản vật của núi rừng thì xuống chợ hải sản của người vùng biển tất nhiên sẽ không thể bỏ qua việc mua các loại hải sản biển tươi ngon.

Hải sản vốn là nguồn tài nguyên giàu có của biển Hạ long, bên cạnh việc kinh doanh ăn uống các đặc sản này ở các nhà hàng, thì việc buôn bán thông qua hệ thống chợ sẽ giúp quảng bá được sâu sắc và rộng rãi hơn nữa hình ảnh ẩm thực biển Hạ Long tới bạn bè và du khách từ mọi miền đất nước.

Trở thành nghề truyền thống của người miền biển Hạ long, vào mùa đánh bắt người ta đem tôm, cua, cá... đến các chợ để bán và mua lương thực nguyên liệu làm nghề. Chợ gần ngư trường, bến bãi đủ các loại hải sản tươi sống đã đành, các chợ trong nội thị cũng ăm ắp cá tôm. Chính vì vậy, phong cách ăn uống của người dân thành thị cũng chịu ảnh hưởng bởi cách ăn uống của người dân vùng biển.

Là một địa điểm thu hút khá đông khách du lịch tới tham quan và mua sắm “Chợ hạ Long” đã trở nên quen thuộc với người dân đất mỏ cũng như là đối với khách từ vùng xa về bởi đây là nơi buôn bán rất đa dạng các loại thủy hải sản, nổi tiếng nhất của thành phố Hạ Long. Chợ nằm ở trung tâm thành phố Hạ Long. Đây là chợ đầu mối thương mại của tỉnh Quảng Ninh. Hàng hoá ở đây khá phong phú, từ các loại hàng thông thường đến các loại hàng cao cấp, trong đó đa số là hàng sản xuất từ Trung Quốc. Chợ được xây dựng khang trang, các sạp hàng sắp xếp trật tự, khoa học; nhờ đó, khách dễ dàng tìm được những mặt hàng theo nhu cầu. Các loại hải sản ở đây tươi ngon và rẻ. Đặc biệt trong chợ Hạ Long có món chả mực, dịch vụ cho món ăn này được bố trí thành dãy dài trong chợ. Đây chính là nét đặc sắc của chợ Hạ Long. Món chả mực rán nóng hổi, toả mùi thơm rất hấp dẫn khiến thực khách khó lòng từ chối nếm thử một lần để rồi nhớ mãi.

Không chỉ có chả mực Khi đến đây tham quan và mua sắm quý khách sẽ bị hoa mắt vì sự phong phú đa dạng của các mặt hàng hải sản tươi sống. với quy mô rộng, cùng với việc sắp xếp hợp lí giữa các gian hàng hải sản, tạo cho người mua có thể dễ dàng lựa chọn được các sản phẩm ngon tuyệt từ biển như cá thu phần, thu ngư, tôm he, ghe xanh, sá sùng...trong các bể cá sục khí có đủ các loại cá lớn nhỏ cá giò, cá mú, cá nhệch, cá lốt, cá hồng, cá nụ,

cá đé ...Trên các mẹt cá lớn, họ nhà giáp xác của biển cũng được trói chặt gọn gàng. Bên cạnh đó là các chủng loại gẹ gạch, gẹ nước mai màu vàng nhạt ít hoa, yếm tròn; Gẹ thịt mai có màu sẫm, hoa lốm đốm, yếm dài...

Họ hàng nhà nhuyễn thể ở chợ Hạ Long cũng rất phong phú: mực ống, mực mai, mực lá, ngao biển, sò huyết các loại và cả tu hài Vân Đồn. Các loại hải sản tươi sống được tập trung về chợ Hạ Long và từ đây cũng được chuyển tiếp lên Hà Nội, ra Hải Phòng để cung ứng cho các nhà hàng nội thành đã đặt trước. Chính vì vậy vào buổi sáng ở đây thường tấp nập kẻ mua người bán. Để giữ được hải sản tươi sống trong ba ngày tới vài ba tuần lễ là cả những việc khó khăn và vất vả. Người dân ở chợ thường cho tôm cua cá vào trong những bồn chứa nước biển có độ mặn cao so hơn với nước biển Hạ Long, sau đó giao hàng và tìm cách bảo quản trong các bồn chứa khác sao cho tôm cua không bị chết và hao hụt trọng lượng.

Như vậy, biết thưởng thức hải sản tươi sống không phải là một công việc dễ làm, đòi hỏi người kinh doanh phải có nhiều kinh nghiệm về đồ biển và cũng chính vì vậy mà chợ Hạ Long đã trở nên nổi tiếng xa gần, mỗi lần tới Hạ Long du khách thường ghé qua chợ mua các loại hải sản tươi sống để chế biến ngay hoặc mua chút đồ khô về để làm quà thì thật ý nghĩa cho chuyến du lịch về với biển Hạ Long. Chợ Hạ Long đã được một số công ty du lịch đưa vào tour du lịch về Hạ Long. Vì thế cho nên, Chợ Hạ Long đã trở thành thương hiệu quảng bá cho những món ăn đặc sản biển.

Bên cạnh hình thức kinh doanh hải sản là chợ thì ở Hạ Long xuất hiện thêm một hình thức mới mẻ hơn, hấp dẫn hơn đó là Hội chợ ẩm thực

Trong những năm qua nhận thấy vai trò quan trọng của ăn uống với hoạt động du lịch, Sở Văn hoá-Thể thao và Du lịch Quảng Ninh đã kết hợp với các doanh nghiệp, nhà đầu tư cùng nhân dân địa phương tổ chức hội chợ ẩm thực. Là một trong các hoạt động đặc sắc của Lễ hội Du lịch Hạ Long năm 2009, Liên hoan văn hoá ẩm thực các tỉnh, thành phố khu vực phía Bắc đã thu hút rất đông các du khách tới tham quan và thưởng thức đặc sản của các

miền đất trong và ngoài tỉnh Quảng Ninh. Đây là một trong những hoạt động thu hút khách của Lễ hội Du lịch Hạ Long và là cơ hội các doanh nghiệp, các địa phương quảng bá sản phẩm ẩm thực độc đáo của mình. Liên hoan đã được tổng kết và trao giải tối ngày 28/4/2009. 20h, sân công viên quốc tế Hoàng Gia, nơi diễn ra liên hoan văn hoá ẩm thực khu vực phía Bắc đã trở nên đông đúc. Với hơn 30 gian hàng trưng bày đặc sản các vùng miền, liên hoan đã mang đến sự phong phú, hấp dẫn của nghệ thuật ẩm thực nhiều tỉnh thành trong cả nước, đặc biệt là khu vực phía Bắc. Tại đây, du khách được thưởng thức của ngon vật lạ của nhiều vùng miền: từ bánh cuốn Thanh Trì đến bánh xèo Nam Bộ... Tỉnh Bến Tre cũng mang đến cho liên hoan những sản vật đậm chất sông nước Cửu Long với kẹo dừa, bánh tráng... Những đặc sản riêng có, những món ăn đậm đà sắc thái Việt này đã hấp dẫn nhiều du khách nước ngoài tham dự liên hoan.

Anh Alexander Kaldo Sasa - Du khách Nga cho biết: Thật là thích khi tham gia Lễ hội du lịch của các bạn, được thưởng thức những món ngon như thế này tôi thấy thích vô cùng.

Riêng tỉnh Quảng Ninh có khá đông các gian giới thiệu những món ăn mang đậm vị mặn mòi của biển như chả mực Hạ Long, nộm sứa Vân Đồn... và cả hương vị của núi rừng với rượu mơ Yên tử, gà đồi, bánh gặt gù Tiên yên

Anh Đào Trọng Đại, du khách Thái Bình cho biết: Các món ăn ẩm thực tôi thấy mang đậm truyền thống phong các Việt Nam và có nhiều sáng tạo. Không chỉ có các địa phương mà 14 doanh nghiệp khách sạn từ 3 sao trở lên cũng mang tới những món ăn do các đầu bếp chuyên nghiệp của mình chế biến để phục vụ du khách. Do vậy, bên cạnh những gian ẩm thực đậm chất Việt, đông đảo du khách lại có cơ hội chiêm ngưỡng nghệ thuật chế biến ẩm thực qua những mâm quả, những món ăn cầu kì, sang trọng của các khách sạn lớn. Đây là cơ hội cho các doanh nghiệp này gây ấn tượng với du khách tham dự lễ hội và quảng bá thương hiệu của mình.

Việc quy tụ được nhiều đơn vị tham dự liên hoan đã tạo nên một không gian văn hoá ẩm thực phong phú, hấp dẫn, mang đến cho du khách hương vị của nhiều vùng miền trong những ngày dự Lễ hội Du lịch Hạ Long.

Qua 3 ngày diễn ra sôi nổi, tới 28/4, Ban tổ chức đã tổng kết và trao giải nhất cho 3 đơn vị là khách sạn Công Đoàn , Khách sạn Hạ Long Pearl, đội tàu Hạ Long Bay Legend Cruises đạt giải cao nhất. Khôi đoàn văn hoá ẩm thực địa phương có 5 giải A được trao. Lễ hội năm nay với chủ đề “Kỳ quan Hạ Long - Điểm hẹn” diễn ra trong các ngày từ ngày 25/4 - 02/5/2009 tại khu du lịch Bãi Cháy và trung tâm thành phố Hạ Long với quy mô hoành tráng và hấp dẫn nhất từ trước tới nay. ngành du lịch Quảng Ninh sơ bộ ước tính đã đón khoảng 15 vạn lượt khách, trung bình mỗi ngày có 2 vạn lượt du khách đến Quảng Ninh. Trong đó đã có 8 vạn lượt khách mua vé đi tham quan Vịnh Hạ Long, kỷ lục là 22.522 lượt khách tham quan Vịnh Hạ Long vào ngày 1/5. Tổng số tiền thu được từ việc bán vé cho khách tham quan Vịnh Hạ Long đạt hơn 3 tỷ đồng. Tổng số tiền thu được từ hoạt động kinh doanh ăn uống đạt tới con số lớn.

Năm nay, bên cạnh lễ hội Carnival Hạ Long truyền thống còn có “Đêm hội ngộ di sản” lần đầu tiên được tổ chức (2 / 5). Đây là chương trình đặc sắc quy tụ nhiều tiết mục của các đoàn như: Đoàn nghệ thuật quốc tế Vân Nam (Trung Quốc), Quảng Ninh, Nhã nhạc cung đình Huế, Cồng chiêng Tây Nguyên, Nghệ thuật Chăm.... cùng các hoạt động của thanh niên: Liên hoan đôi nhảy, nhóm nhảy và các Ban nhạc trẻ...

Trong đó, du khách sẽ được chiêm ngưỡng cảm nhận vẻ đẹp của kỳ quan thế giới - Vịnh Hạ Long huyền ảo và toả sáng về đêm, độc đáo và nổi bật trong một không gian văn hóa nghệ thuật quốc tế. Như vậy là không chỉ đưa vẻ đẹp của Vịnh Hạ Long đến với bạn bè trong nước và quốc tế.

Bên cạnh lễ hội ẩm thực được tổ chức, Cách đây hơn 3 năm, phố ẩm thực (Giếng Đồn, TP Hạ Long) được khai trương với mục tiêu đáp ứng nhu cầu ẩm thực cho người dân quanh vùng, giải quyết dứt điểm tình trạng bán hàng ăn

tự phát trên tuyến phố, vỉa hè, gây mất trật tự, mỹ quan đô thị... Đặc biệt còn nhằm quảng bá, giới thiệu những món ăn đặc trưng Hạ Long với du khách. Vì thế, việc thành lập phố ẩm thực rất được người dân đồng tình, ủng hộ

Ngày khai trương phố ẩm thực dựng 2 công chào lớn, trang trí rực rỡ đèn màu, có cả biểu diễn ca nhạc. Ngoài 39 ki-ốt bán hàng ăn tối, phố ẩm thực còn có sự góp mặt của một số nhà hàng danh tiếng của TP Hạ Long, những đầu bếp giàu kinh nghiệm đến trở tài chế biến các món ăn. Những chủ ki-ốt tâm sự, khi chưa có phố ẩm thực, việc kinh doanh của họ khá vất vả, mạnh ai nấy bán; chưa kể nay bị đuổi, mai bị tăng giá thuê chỗ ngồi, hàng hoá thì ế ẩm, nhiều người không trụ nổi, phải bỏ. Chị Mai, chủ một ki-ốt nói với vẻ mặt rất phấn khởi: Bán hàng trong phố ẩm thực, chúng tôi như được gắn thương hiệu. Các cụ xưa bảo “Buôn có bạn, bán có phường” là thế!

Chị Mai còn vui hơn nếu được nghe những lời tâm sự của các “thượng đế” quanh vùng. Chị Hoa, trú tại phường Hồng Hà (TP Hạ Long), nói: Thỉnh thoảng muốn thay đổi không khí bữa ăn gia đình, vợ chồng tôi đưa các con đến đây. ở đây đồ ăn khá tươi sống, giá cả cũng hợp lý. Anh Trúc, nhà ở phường Yết Kiêu (TP Hạ Long) thì nói: Tôi thích đến phố ẩm thực, vì ở đây có nhiều món ăn hợp “gu” của tôi... Nhiều người khác cũng cho biết, lý do thường xuyên đến phố ẩm thực ăn tối, vì thích không khí đông vui ở đây. Các ki-ốt đều có máy nước sạch, nên yên tâm hơn về vệ sinh ATTP so với các quán ăn vỉa hè chỉ có vài ba thùng nước...Cố tìm ra món ăn đặc trưng của Hạ Long, bạn sẽ nghĩ đến món nem hải sản ăn với bún dấm..

Đúng 19 giờ 30 phút tối 22 - 4, chính quyền TP. Hạ Long (Quảng Ninh) đã tổ chức khai trương phố đêm ẩm thực Hạ Long tại phường Giếng Đồn chào mừng mùa du lịch Quảng Ninh năm 2006.

Phố đêm ẩm thực gồm 40 gian hàng bán những sản vật độc đáo, đặc sắc của vùng biển Quảng Ninh như: xôi trắng, chả mực, rượu ngán Hạ Long, nem chua và canh hà Quảng Yên, sá sùng rang môi xào và rất nhiều món ăn hấp dẫn khác...

Nhân dịp này, Ban quản lý phố đêm ẩm thực Hạ Long đã công bố quy định rõ về việc niêm yết giá kinh doanh và công tác an toàn Vệ sinh thực phẩm; yêu cầu các hộ kinh doanh bán đúng giá niêm yết và tuyệt đối không được bắt chẹt du khách.

3.2. Một số đề xuất nhằm khai thác hiệu quả các món ăn miền biển Hạ Long vào phục vụ du lịch

Suốt dọc chiều dài Việt Nam có biết bao nhiêu món ăn cổ truyền, có nhiều nhà hàng, hàng ăn gia truyền nắm giữ những bí quyết chế biến những món ăn truyền thống đậm nét dân tộc, bao địa danh đã gắn liền với tên sản vật, như làng Vân (Bắc Ninh) nấu rượu, làng vòng (Hà Nội) làm cốm, Bần (Hưng Yên) làm tương... mà trong mỗi chuyến đi tham quan khách du lịch thường tìm đến cốt để thưởng thức cái hương vị độc đáo chỉ có nơi đây, ở hàng ăn này mà không phải ở bất kì nơi nào khác. Nhưng dường như những món ăn đặc trưng của nền văn minh nông nghiệp lúa nước được du khách biết đến nhiều hơn là những món ngon từ biển. Nhất là đối với những người dân “xa rừng nhạt biển” thì những món ăn hải sản thường trở lên xa lạ và thường được coi là đặc sản cao cấp, đắt tiền. Làm thế nào để có thể khai thác hiệu quả các món ăn miền biển vào phục vụ du lịch đang trở thành vấn đề mà ngành du lịch Quảng Ninh, các nhà hàng kinh doanh, các cấp chính quyền và nhân dân địa phương quan tâm.

Thông qua việc sưu tầm nghiên cứu những đặc trưng của ẩm thực biển Hạ long, đồng thời dựa trên sự xem xét đánh giá tiềm năng và hiện trạng khai thác kinh doanh mặt hàng hải sản trong hoạt động du lịch hiện nay của Hạ Long, cùng với mong muốn được đóng góp công sức nhỏ bé của mình vào việc khai thác phát triển du lịch biển Hạ Long, người viết xin được đề xuất một số ý kiến cá nhân để cho việc khai thác du lịch với nguồn đặc sản biển được hiệu quả hơn.

3.2.1. Kết hợp các tour du lịch với ẩm thực địa phương

Trong những năm gần đây, tour du lịch ẩm thực đang được đông đảo thực khách quan tâm và hưởng ứng nhiệt tình, trong đó có cả khách nước ngoài. Nhưng hầu như ở Hạ Long các nhà hàng dạy nấu các món ăn thường không có. Với Hạ long ẩm thực là một trong những thế mạnh của du lịch biển. Thế nhưng người ta mới chỉ nhận ra điều đó thôi chứ vẫn chưa có thật nhiều sự kiện tổ chức thường xuyên mang tầm cỡ lớn để thu hút khách du lịch, qua đó quảng bá ẩm thực, hình ảnh của một hạ Long. Du lịch Quảng Ninh vẫn chưa đưa văn hoá ẩm thực biển vào du lịch bởi sự do dự, thiếu quyết tâm của mình.

Qua khảo sát các chương trình tour dành cho khách khi đến với biển Hạ Long mới thấy, phần lớn các công ty lữ hành khi chào bán các tour du lịch thì chỉ nhấn mạnh đến các điểm du lịch, lịch trình tour chứ hầu như không giới thiệu tới các món ăn biển Hạ Long. Việc quảng bá món ăn biển Hạ Long một cách có tổ chức là một vấn đề còn bị bỏ ngỏ.

Đối với khách du lịch, việc đi tìm hiểu ẩm thực nơi mình tới thăm là sở thích của hầu hết mọi người. Khách du lịch tới không chỉ là việc thưởng thức mà họ còn muốn học, muốn đem phong cách ẩm thực biển Hạ Long về quê hương của họ.

Quả vậy, bên cạnh việc đi thăm di sản thiên nhiên thế giới, du khách còn được khám phá những giá trị phi vật thể của địa phương được lưu giữ theo thời gian - Văn hoá ẩm thực. Khi nhắc tới “chả mực Hạ Long”, “rượu ngán”...thì du khách tỏ ra rất thích thú và yêu mến. Đã đến được với Hạ Long thì phải thưởng thức.

Chính vì thế, điều cần thiết là xây dựng các tour du lịch ẩm thực dành cho khách du lịch. Đây không chỉ là vấn đề mới của du lịch Quảng Ninh mà nó đã trở thành vấn đề quan tâm của cả ngành du lịch Việt Nam. Khi xây dựng các tour ẩm thực giúp cho du khách có cảm giác yên tâm và thoải mái hơn, có điều kiện thưởng thức đặc sản Hạ Long

Có thể thiết kế một số tour như Tour thưởng thức các món ăn: việc thiết kế các tour du lịch là điều cần thiết, giúp du khách có thể hiểu về mảnh đất, con người Hạ Long. Hơn thế, đó là những giá trị văn hoá ẩm thực biển.

Tour thưởng thức các món ăn sẽ là tour du khách được thưởng thức các món ăn Hạ Long, học cách chế biến, từ khâu chọn đến khâu chế biến nguyên liệu và thành phẩm món ăn. Sau đó ban tổ chức sẽ trao giải cho những đội nào làm đúng thao tác và nêm gia vị vừa và có món ăn ngon nhất. Bên cạnh đó còn có thể xây dựng các chương trình city tour, hoặc vào chương trình du lịch câu cá và thi nấu ăn ngay trên tàu biển, câu được loại hải sản nào thì trực tiếp chế biến luôn loại hải sản đó... Ở Hạ Long đã từng tổ chức cuộc thi câu mực và chế biến ngay trên tàu du lịch của khách. Cuộc thi này đã làm cho chuyến đi du lịch về Hạ Long trở thành một kỉ niệm vui khó phai trong lòng du khách

Có thể thấy việc đưa tour ẩm thực vào du lịch địa phương cần nhanh chóng triển khai ở Hạ Long. Với sự kết hợp này sẽ giúp du khách cảm nhận đầy đủ những giá trị của Vịnh Hạ Long. Đây cũng là yếu tố thu hút khách quay trở lại với Hạ Long.

3.2.2. Giữ gìn bản sắc văn hoá ẩm thực Hạ Long

Ăn uống vừa là vấn đề văn hoá lâu đời, đậm đà bản sắc dân tộc, vừa là vấn đề liên quan đến sức khoẻ của các đối tượng khác nhau, vừa là nghệ thuật, kỹ thuật chế biến, đòi hỏi phải sáng tạo không ngừng để đáp ứng khẩu vị phong phú của thực khách. Nước ta chủ yếu khai thác du lịch cảnh quan thiên nhiên và giới thiệu đến du khách các món ăn đặc sản của từng khu vực, được đa số khách quốc tế tin nhiệm, do đó việc giữ gìn và phát huy bản sắc văn hoá dân tộc trong ăn uống là điều vô cùng cần thiết.

Hạ Long đã có bề dày cũng như những nét đặc sắc trong ẩm thực với nghề cá có truyền thống lâu đời tập trung chủ yếu ở các thôn như Ba Hang, Cửa Vạn, Vòng Viêng, Cặp La. Tổng cộng có khoảng hơn 300 hộ với gần 2000 nhân khẩu. Trước đây phương thức kiếm sống là đánh bắt tự nhiên công cụ lao động chủ yếu của ngư dân là dùng đĩa đâm, lao, dăng nhọn, búa đánh hà,

bắt ốc...Sau này họ biết dùng nhiều loại dụng cụ đánh bắt khác: chài lưới, câu... cho năng suất cao hơn. Ngày nay, ngoài việc đánh bắt ở ngư trường, họ còn biết nuôi lồng bè, nuôi lợn, biết kết hợp đánh bắt cá và nuôi trồng kinh doanh du lịch, dịch vụ và một số nghề phụ khác tăng nguồn thu nhập cải thiện... Về nghề chế biến hải sản có nghề làm mắm tôm, mắm tép chung thịt, phơi cá, ướp cá, những mặt hàng hải sản cao cấp như phơi sấy vây cá mập, bóng cá, mực, tôm he, sứa cũng đều có làm. Qua các di chỉ khảo cổ học phong phú với 3 nền văn hoá kế tiếp nhau phát triển liên tục: Văn Hoá Soi Nhụ, Cái Bèo, Hạ Long chứng tỏ cư dân miền biển Hạ Long đã biết khai thác biển và làm nghề đánh cá từ rất sớm. Làng chài trên biển Hạ Long đã trở thành điểm du lịch hấp dẫn đối với thực khách chuộng đồ biển bởi nơi đây còn lưu giữ được các món ăn hải sản nấu theo phương pháp truyền thống vừa ngon vừa lạ. Song tiếc thay, cùng với việc Hạ Long càng được biết tên với cuộc bầu chọn “7 kì quan thế giới mới” thì dường như những món ăn này cũng đang ngày càng vắng bóng, một phần do sự vơi cạn của tài nguyên biển, một phần do chính sự phát triển của hoạt động du lịch đã làm ảnh hưởng đến môi trường sinh sống của các loài thủy hải sản, nhưng quan trọng hơn, chính là việc người Hạ Long dường như quá vô tâm với di sản ẩm thực của ông cha. Hơn nữa, số người nắm được bí quyết chế biến cũng không có nhiều, chính vì vậy mà một nguồn tài nguyên văn hoá vô giá đang ngày bị mai một.

Bên cạnh đó, Hạ Long- Quảng Ninh nằm giáp ranh với Hải phòng, nơi cũng rất giàu có về tài nguyên biển. Trong lịch sử, Quảng Ninh đã hình thành cho mình một nghệ thuật ẩm thực khá độc đáo. Do đó, nếu như ẩm thực Hạ Long không tự tìm cho mình một hướng đi thì không thể cạnh tranh được với tỉnh bạn và trong suy nghĩ của khách, ẩm thực Hạ Long sẽ không có gì khác so với ẩm thực biển của các vùng biển khác như Đồ Sơn- Hải phòng, Sầm Sơn- Thanh Hoá....

Có thể khẳng định rằng ẩm thực biển Hạ Long tuy chưa để lại ấn tượng sâu sắc trong lòng thực khách như ẩm thực Hà Nội, ẩm thực Huế, nhưng

những yếu tố để làm nên diện mạo một nền ẩm thực biển đặc sắc thì rất phong phú và sâu đậm, chỉ còn vấn đề thời gian sao cho phù hợp với khẩu vị của người thưởng thức, quan trọng hơn cả là phải khôi phục lại truyền thống ẩm thực của người Hạ Long xưa. Để làm được điều đó, ngành du lịch Quảng Ninh cùng với các nhà nghiên cứu các nhà hàng, đầu bếp danh tiếng cùng với nhân dân hợp sức để tìm cách khôi phục lại dấu ấn văn hoá đặc sắc trong phương pháp chế biến trong kỹ thuật pha chế, nghệ thuật trình bày món ăn... Bản sắc văn hoá hay nói khác đi cái tinh túy được chắt lọc qua nhiều thế hệ thấm đẫm vào trong từng món ăn tạo nên một thứ đặc sản vùng trong ẩm thực biển Hạ Long là chất keo kết dính lưu giữ chân du khách cần gìn giữ phát huy trong ngày nay.

3.2.3 Nâng cao chất lượng kinh doanh ăn uống trong hoạt động kinh doanh du lịch tại Hạ Long

Trong thời đại ngày, khi kinh tế ngày càng phát triển và các quốc gia trên thế giới ngày càng xích lại gần nhau thì vấn đề văn hoá dân tộc đang ngày càng gây sự chú ý. Văn hoá Việt Nam với bề dày truyền thống lịch sử từ ngàn xưa vẫn mang trong mình những nét đẹp bản sắc dân tộc.

Ăn uống cũng là một loại hình văn hoá mang những nét riêng vốn có. Xã hội mỗi ngày một tiến bộ, loài người sống văn minh lịch sự vì thế mà việc ăn, ở, đi lại đều được đề cao và chú trọng nhiều hơn. Người ta không chỉ ăn no mặc ấm nữa mà phải ăn ngon mặc đẹp. Vấn đề ăn uống gắn bó hàng ngày với tất cả mọi người tưởng quá quen thuộc nhưng vẫn ẩn chứa nhiều điều mới lạ, tưởng là đơn giản nhưng lại rất phong phú, cầu kì, tế nhị và luôn luôn phát triển, sáng tạo khi đặt nó trong thú đi du lịch. Hầu hết trong các ấn phẩm về du lịch, người ta thừa nhận các dịch vụ vận chuyển, khách sạn và ăn uống là ba loại dịch vụ cơ bản nhằm thoả mãn nhu cầu thiết yếu của khách du lịch. Hơn nữa khám phá văn hoá ẩm thực của từng địa phương là một trong những sở thích của du khách. Chính vì vậy” đặc sản vùng của từng nơi” của từng

noi- nhìn từ góc độ kinh doanh đây có thể là một tài nguyên quý giá chưa được khai thác hết.

Hoạt động kinh doanh ăn uống được hiểu là toàn bộ các hoạt động sản xuất, chế biến, cung ứng và phục vụ đồ uống tại các đơn vị kinh doanh nhằm thoả mãn nhu cầu của khách và tạo lợi nhuận.

Có thể hiểu hoạt động kinh doanh ăn uống gồm nhiều bước và liên tục nhau, có sự tham gia của nhiều nhân viên phục vụ tại cơ sở kinh doanh với sự chuyên môn hoá cao từ khâu chế biến thực phẩm đến phục vụ sản phẩm đó cho du khách và làm hài lòng họ. Việc kinh doanh ăn uống nhất là phục vụ cho khách du lịch đóng vai trò quan trọng trong tổng doanh thu của ngành du lịch bởi đây là phương thức xuất khẩu tại chỗ tối ưu lương thực phẩm, hiệu quả gấp 10 lần so với phương thức xuất khẩu ngoại thương. Mục đích của kinh doanh là đem lại lợi nhuận tối đa cho chủ kinh doanh song môi trường du lịch, điều quan trọng nhất là đảm bảo các yếu tố gây ấn tượng, cảm tình cho khách du lịch nhằm quảng bá một cách gián tiếp hình ảnh đất nước Việt Nam với nền văn hoá ẩm thực phong phú, giàu truyền thống dân tộc. Việc khai thác ẩm thực biển trong hoạt động du lịch hiện nay tại Hạ Long vẫn còn nhiều bất cập. Xoay quanh một số vấn đề như chất lượng món ăn chưa cao, giá cả còn quá đắt, phong cách phục vụ chưa chuyên nghiệp đồng thời cũng chưa làm tốt khâu vệ sinh an toàn thực phẩm. Vì vậy đối với từng đơn vị kinh doanh phải có những giải pháp cụ thể, tối ưu để hoạt động kinh doanh đạt hiệu quả cao hơn.

Về chất lượng, phải đảm bảo đủ chất dinh dưỡng trong khẩu phần ăn hàng ngày, cần phải cung cấp đầy đủ 6 dưỡng chất cần thiết đối với cơ thể người là chất đạm, chất béo, chất đường bột, vitamin, muối khoáng và nước. Đồ hải sản là một trong những nguyên liệu giàu dinh dưỡng nhất, do đó nhiệm vụ của cơ sở kinh doanh là phải biết phối chế, kết hợp một cách khoa học để lượng dinh dưỡng đó vừa đủ, không gây cảm giác đầy quá, dễ tạo sự lo

ngấy khiến thực khách e ngại khi tiếp xúc lần nữa với các món ăn có nguồn gốc từ biển cả.

Tiêu chuẩn thứ hai là phải đảm bảo vệ sinh an toàn thực phẩm. Đây được coi là yêu cầu quan trọng, nếu lựa chọn những nguyên liệu không tươi ngon, không đảm bảo vệ sinh sẽ ảnh hưởng đến sức khỏe của khách (gây ngộ độc dễ mắc một số bệnh), dẫn theo sự suy giảm lòng tin và kéo theo sự suy giảm của hiệu quả kinh doanh. Để đảm bảo sức khỏe phải đảm bảo các tiêu chuẩn về vệ sinh từ khâu lựa chọn nguyên liệu đến phương pháp chế biến trình bày món ăn. Món ăn đẹp mắt sẽ tạo ra sự hấp dẫn và đem lại cảm giác ngon miệng hơn cho khách.

Cùng với nhu cầu đi du lịch và thưởng thức, xu thế 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 ăn uống bình dân để phù hợp với mọi đối tượng khách. Giá cả phải chăng phù hợp với túi tiền người tiêu dùng chắc chắn sẽ thu hút được một lượng khách lớn, không chỉ một lần mà khách còn quay lại lần hai, lần ba... Để tránh tình trạng “chật chém.” Làm mất lòng tin và uy tín nơi khách, biện pháp tối ưu và thực hiện một cách triệt để quy định niêm yết rõ ràng giá cả các món ăn của trung tâm dịch vụ và phát triển du lịch Hạ long.

Mục tiêu cao quý của các nhà hàng cần hướng tới đó là đạt được danh hiệu: “sản phẩm vàng” và “thương hiệu vàng” trong giới kinh doanh ăn uống. Đối với “sản phẩm vàng” cần đảm bảo các tiêu chí về “kỹ thuật, nghệ thuật pha chế và cách trình bày, an toàn thực phẩm, tính truyền thống, đảm bảo dinh dưỡng kinh tế..”. Tiêu chí của thương hiệu vàng là “kỹ thuật, chất lượng, an toàn thực phẩm, sáng tạo, kiểu dáng, thẩm mỹ thương hiệu, uy tín, văn minh lịch sự...”. Để hoạt động kinh doanh đồ hải sản ở Hạ Long thực sự trở thành một bộ phận quan trọng đóng góp vào thành công chung của thành phố và của tỉnh Quảng Ninh, cần đẩy mạnh và nhân rộng những mô hình “thương hiệu vàng”, “sản phẩm vàng như vậy” như thế.

3.2.4. Nâng cao phong cách phục vụ của người làm du lịch

Để nâng cao hiệu quả kinh doanh ăn uống, bên cạnh việc nâng cao chất lượng món ăn, các nhà hàng phải chú trọng hơn nữa đến khâu phục vụ của các nhân viên bởi họ chính là sứ giả mang thông điệp văn hoá đến từng khách là những người trực tiếp tiếp thị món ăn cho khách. Muốn vậy phải xây dựng một phong cách phục vụ cho đội ngũ nhân viên.

Phong cách phục vụ chính là cung cách phục vụ khách tạo nên cái riêng của toàn thể nhân viên. Để có được phong cách phục vụ tốt hơn nữa ngoài tính cách vốn có của mỗi nhân viên thì cần phải có nghiệp vụ cao, thực hiện bài bản có chuyên môn. Điều này không dễ gì có được mà phải qua quá trình làm việc, tiếp xúc với nhiều tình huống thực tế thì mới rút ra được kinh nghiệm cho bản thân, từ đó tạo ra sự nhuần nhuyễn thành thục. Tham gia vào quá trình phục vụ ăn uống của khách không chỉ có một nhân viên mà là cả một đội ngũ nhân viên. Nên khi đánh giá chất lượng phục vụ của nhà hàng thì phải nhìn tổng thể đội ngũ nhân viên, chứ không phải một hai người. Sự thống nhất trong quá trình phục vụ của tất cả các nhân viên tạo nên ấn tượng cho khách, là cơ sở đánh giá phong cách phục vụ của nhà hàng đó. Vì vậy, đối với khâu này nhà hàng phải tuyển chọn được những nhân viên có trình độ ngoại ngữ ít nhất là giao tiếp được trong phạm vi công việc, tác phong phục vụ bài bản, nhanh nhẹn.

Ngoài ra các nhà hàng hiện nay nên chú ý tới trang phục của người phục vụ, có thể mang đồng phục cho tất cả các nhân viên để thực hiện nhip nhàng, nhanh chóng và linh động, đẹp mắt. Tế nhị trong khi phục vụ khách thưởng thức những món ăn dân tộc, để khách có thể cảm nhận được nét đẹp trong văn hoá ăn uống mang truyền thống các món ăn đó.

Các nhân viên phải biết tạo không gian ăn uống thật sự thoải mái cho khách, điều này ảnh hưởng khá nhiều đến sự ngon miệng của khách. Nếu bầu không khí căng thẳng do phải chờ đợi lâu hay do sự vụng về của nhân viên sẽ gây ra tâm lí khó chịu cho khách khi thưởng thức món. Mặt khác nếu nói cái

ăn là văn hoá thì “cái không gian văn hoá” để thưởng thức và cảm nhận cũng là vấn đề quan trọng, việc xây dựng các khách sạn, nhà hàng có cảnh quan hoà vào thiên nhiên, một không gian cổ kính, mang đậm hồn người Việt sẽ hấp dẫn không những khách trong nước, mà còn hấp dẫn khách quốc tế.

Dân gian Việt Nam có câu: “lời chào cao hơn mâm cỗ”. Trong du lịch lời chào ở đây chính là văn minh trong giao tiếp, là duyên dáng trong phong cách phục vụ của đội ngũ nhân viên.

3.2.5. Đa dạng hình thức phục vụ ăn uống

Các loại hình thức phục đồ biển hiện nay tại các nhà hàng lớn còn tương đối đơn điệu, chủ yếu theo hình thức phục vụ gọi món theo thực đơn. Để đáp ứng nhu cầu ngày càng đa dạng của du khách, đồng thời đem lại cho du khách cơ hội được thưởng thức nhiều loại đồ ăn một lúc với một khoản chi phí phải chăng, các nhà hàng có thể bổ xung thêm hình thức buffet, vào buổi sáng hoặc bữa trưa cho du khách lưu trú hoặc khách đi theo đoàn đặt trước. Các món ăn được chế biến sẵn sàng trên bàn rộng, khách tự lựa chọn món ăn mình ưa thích. Bên cạnh những món ăn hải sản cũng cần kết hợp với các món ăn của vùng đồng bằng Bắc Bộ tạo nên sự phong phú đa dạng trong thực đơn ẩm thực biển. Nếu như bữa tiệc buffet thường xuyên được tổ chức, thực khách có thể giao lưu trò chuyện với nhau về các món ăn địa phương, có cơ hội để so sánh và hiểu hơn về nét độc đáo của văn hoá ẩm thực từng vùng.

Bên cạnh đó có thể phục vụ hình thức Alacarte - là hình thức phục vụ các món ăn theo sở thích dựa trên thực đơn có sẵn của nhà hàng. Nhìn vào thực đơn, khách chọn món ăn theo khẩu vị và yêu cầu riêng của mình, sau đó món này được chế biến mang ra phục vụ khách. Như vậy khách sẽ cảm thấy hợp khẩu vị hơn, ấn tượng để lại cũng lâu dài và sâu sắc hơn.

Kết hợp các hình thức phục vụ này, các nhà hàng lớn có thể thu hút thêm sự chú ý của thực khách bằng cách đưa lên video cách làm, cách chế biến, thưởng thức một số món ăn tiêu biểu của vùng biển. Những hình ảnh đó có thể đặt tại quầy lễ tân, phòng ăn hay tiền sảnh. Làm như vậy, các du khách

có thể tận mắt chiêm ngưỡng và biết thêm về sự phong phú của các món ăn dân tộc. Qua đó khách có thể lựa chọn cho mình món thích nhất, hợp khẩu vị có thể do sự tò mò hay do món ăn được thể hiện quá hấp dẫn khiến du khách nảy sinh nhu cầu thưởng thức. Đó chính là hình thức quảng bá của các nhà hàng nên phát huy hiện nay.

3.2.6. Quảng bá tiếp thị món ăn tới khách du lịch

Tuyên truyền quảng bá là một chiến lược hết sức quan trọng trong phát triển du lịch. Nhưng khách du lịch lại có ít những thông tin về các món ăn và đồ uống của Hạ Long. Hầu như trong các cuốn sách viết về du lịch hạ Long mới chỉ dừng lại ở việc giới thiệu về các giá trị lịch sử, thẩm mỹ, địa chất, về con người... Những trang viết về ẩm thực Hạ Long hầu như không có. Mà nếu có cũng chỉ đề cập tới một số món ăn được đông đảo du khách biết đến. Như vậy ẩm thực Hạ Long độc đáo song dường như rất ít du khách khi đến với Hạ Long có thể cảm nhận được điều này. Bởi khâu quảng bá tiếp thị các món ăn đặc sản còn thiếu và yếu. Do đó điều cần làm của du lịch Hạ Long hiện nay là tăng cường công tác quảng bá, trước hết là các lễ hội, hội chợ ẩm thực như lễ hội ẩm thực trong lễ hội biển carnival diễn ra vào cuối tháng 4/2009... Thông qua những hội chợ như vậy, du khách sẽ có được cái nhìn gần gũi hơn và tổng thể hơn về những món ăn đặc sản biển. Họ có cơ hội được trực tiếp thưởng thức tại chỗ, từ đó sẽ tiếp tục giới thiệu sâu rộng hơn đến bạn bè và người thân.

Bên cạnh đó cũng cần xây dựng những trang website về ẩm thực biển Hạ Long bằng nhiều thứ tiếng để giới thiệu sâu rộng đến không chỉ người Việt Nam và cả bạn bè thế giới. Hiện nay, cũng có một số trang web như *halongbay.com*, *datmohalong.com.vn* cũng viết về ẩm thực biển Hạ Long nhưng những bài viết còn ít và đơn điệu chỉ là một phần nhỏ bên cạnh việc giới thiệu về các giá trị, các tour du lịch, con người Hạ long. Bên cạnh việc xây dựng những website về ẩm thực nên có những bài viết trên báo, chuyên luận viết về đặc sản biển cho thấy những giá trị và bản sắc riêng của một Hạ

Long không lẫn với bất cứ thành phố biển nào khác. Song song với công tác nghiên cứu cũng đẩy mạnh hơn hoạt động quảng bá bằng hình ảnh... để đưa du khách đến gần và dễ dàng hoà nhập vào ẩm thực Hạ Long.

Cuối cùng, đưa các món ăn đặc sắc vào trong các lễ hội của người dân miền biển cũng tạo ấn tượng độc đáo cho du khách tham dự lễ hội và nâng cao món ăn lên ở tầm giá trị văn hoá, sâu sắc, vững bền.

3.2.7. Xây dựng các bài thuyết minh, giới thiệu

Bên cạnh việc xây dựng, quảng cáo, tuyên truyền quảng bá về ẩm thực Hạ Long, việc xây dựng những bài thuyết minh về các món ăn, đồ uống cho nhân viên của nhà hàng cũng rất quan trọng, là một trong những biện pháp thiết thực nhất. Nhân viên phục vụ là những người trực tiếp tiếp xúc với khách du lịch, họ cũng chính là người có thể giải thích những thắc mắc của khách về những món ăn, đồ uống, cách chế biến, cũng như cách thưởng thức của ẩm thực biển Hạ Long. Vì vậy, nên xây dựng những bài thuyết minh về ẩm thực Hạ Long dành cho nhân viên phục vụ trong các nhà hàng, quán bar, để họ là những sứ giả tốt nhất đưa ẩm thực Hạ Long tới du khách trong và ngoài nước.

Ngoài ra, trong mỗi quyển thực đơn của đơn của nhà hàng, bên cạnh những chỉ nêu tên của món ăn, đồ uống, thì tại cuối mỗi quyển thực đơn nên có thể có một vài bài giới thiệu về một vài món ăn đặc sản của miền biển Hạ Long. Như vậy khi du khách đến biển Hạ Long sẽ có nhiều thông tin hơn về ẩm thực Hạ Long, từ đó nâng cao cơ hội thưởng thức.

3.3 Tiểu kết

Trong xu hướng phát triển và hội nhập ngành du lịch Hạ Long đã phần đầu không ngừng. Du lịch được xác định là ngành kinh tế mũi nhọn đang có những điều kiện thuận lợi và cơ hội để thu hút khách du lịch từ nơi khác đến. Trong xu thế chung đó ẩm thực Hạ Long tự hào là một trong những di sản văn hoá vô giá của người dân vùng biển Hạ Long, đã và đang được khai thác một cách hiệu quả nhằm tạo nên điểm nhấn cho thành phố biển giàu truyền thống

này. Bên cạnh đó, cũng vẫn còn nhiều bất cập trong hiện trạng khai thác các nguồn tài nguyên biển, chưa tận dụng được những ưu thế, gây lãng phí tài nguyên, làm giảm nét đẹp vốn có, mất đi lòng tin của du khách. với các tồn tại cần đưa ra một số giải pháp hỗ trợ như: giữ gìn và phát huy bản sắc văn hoá Hạ Long; xây dựng mới và nâng cấp cơ sở vật chất, cơ sở hạ tầng; nâng cao phong cách phục vụ của người làm du lịch và chất lượng kinh doanh ăn uống.

Tuy nhiên, các giải pháp trên chỉ mang tính định hướng, để ẩm thực Hạ Long trở thành một thương hiệu du lịch thì cần phải có sự nỗ lực của những người làm du lịch, những chuyên gia ẩm thực, các cấp các ngành có liên quan.

KẾT LUẬN

Trong buổi thỉnh giảng về văn hoá Việt nam, đặc biệt là văn hoá ẩm thực Việt Nam, đặc biệt là về văn hoá ẩm thực Việt Nam và du lịch văn hoá Việt nam tại Pháp, GS.Trần Quốc Vượng đã nhận định: “trong văn hoá không thể thiếu món ẩm thực, gọi nôm na là bồi, bép, buồng, bar. Có nhất thiết không khi nghiên cứu hệ giá trị di sản Văn Hoá ẩm thực Việt Nam-cần và có thể chuyển nhập dù vô thức hay hữu thức vào các ngành, các lĩnh vực hiện đại và du lịch? Chúng ta không bao giờ phủ nhận tâm lí chuộng lạ của con người kể cả các món ăn lạ họ đều muốn ăn chơi, uống thử, ném thử cho biết-“ăn uống cho lạ miệng”. Do đó ngoài các tài nguyên du lịch nhân văn và tự nhiên, văn hoá ẩm thực cũng là một cách gây ấn tượng với du khách. Khởi động “di sản thương thức mùi Việt Nam” để đưa thị trường du lịch, hấp dẫn khách “chuộng lạ” bằng các món ăn-sao không phải là chuyện thường ngày”

Từ ý tưởng trên mà người làm đề tài lựa chọn đề tài “tìm hiểu văn hoá ẩm thực biển Hạ Long - Quảng Ninh và việc khai thác phát triển du lịch” qua đó giới thiệu một số món ăn đặc trưng nhất của vùng biển Hạ Long với mục đích giới thiệu đến du khách thập phương nhưng nét đẹp và đặc sắc của văn hoá ẩm thực biển Hạ long. Với du khách ẩm thực Hạ long ban đầu đã có những nét độc đáo riêng từ các món ăn dân giã đến các món ăn cao cấp.

Trong thời đại ngày nay, khách du lịch không thể chấp nhận cách suy nghĩ thiên cận của một số nhà kinh doanh nhà hàng, đó là chỉ quan tâm đến lợi nhuận thuần tuý mà không quan tâm đến cảm nhận của du khách. Nếu chỉ cần đến những món ăn đáp ứng nhu cầu sinh học của cơ thể thì con người ta không phải bỏ một khoản chi phí lớn như thế để đến những nơi xa xôi như thế. Đi và thưởng thức các món ăn địa phương từ lâu đã trở thành thú vui không thể thiếu trong mỗi chuyến hành trình về vùng đất mới. Bởi vậy, đối với mỗi thức ăn, đồ uống ở mỗi nơi cần làm nổi bật nét đặc trưng riêng về hương vị, cách trình bày, cách thưởng thức để sau mỗi lần thưởng thức du

khách sẽ giữ ấn tượng khó phai về mỗi địa chỉ, mỗi vùng đất ấy. Đây là điều mà ẩm thực biển Hạ Long-Quảng Ninh cần tạo dựng.

Ẩm thực Hạ Long có sức hút với du khách nhưng việc đưa ẩm thực thành một chương trình du lịch cụ thể thì vẫn chưa làm được, vẫn chưa phát huy được những giá trị của ẩm thực hạ long. Cùng với các biện pháp đã hoạch định, muốn đạt được những mục đích trên thì cần phải có sự cố gắng của những người làm du lịch, những chuyên gia ẩm thực, ban ngành có liên quan cùng với nhân dân Quảng Ninh.

TÀI LIỆU THAM KHẢO

1. *Đào Duy Anh, Việt Nam văn hoá sử cương*, NXB Văn hoá thông tin Hà Nội, 2002
2. *Bùi Quốc Châu, Ẩm thực dưỡng sinh*, NXB Đà Nẵng, 2002
3. *Trần Ngọc Thêm, Cơ sở Văn hoá Việt Nam*, NXB Giáo dục, 1998
4. *Bùi Thị Hải Yến, Tuyển điểm du lịch Việt Nam*, NXB Giáo dục, 2007
5. *Thị Sánh, Non nước Hạ Long*, Sở Văn hoá thông tin tỉnh Quảng Ninh - Công ty cổ phần dịch vụ Hạ long, 2008
6. *Vương Xuân Tình, Tập quán ăn uống của người Việt vùng Kinh Bắc*, NXB khoa học xã hội, 2004
7. *Băng Sơn, món ngon nhớ đời*, NXB Văn hoá thông tin, 2006
8. *Tạp chí văn hoá ăn uống*, Hội văn nghệ dân gian Việt Nam, số 11 năm 2009
9. *www.Halongbay.com*
10. *www.datmohalong.com.vn*

PHỤ LỤC

MỘT SỐ NHÀ HÀNG CÓ TIẾNG Ở HẠ LONG

<p>1 - Nhà hàng Mithrin Địa chỉ: Đường Hùng Thắng, Bãi Cháy, Hạ Long, Quảng Ninh. Tel : (033) 848090/ 841780 - Nhà hàng phục vụ các món ăn tiêu chuẩn quốc tế theo thực đơn Việt Nam, Âu, Á phong phú do các đầu bếp tài hoa đảm nhiệm.</p>	<p>2 - Nhà hàng Trung Quốc Quan Hải Lầu Địa chỉ: Cạnh Cảng Tàu du lịch Bãi Cháy, TP. Hạ Long, Quảng Ninh. Tel: (033) 847037 - Nhà hàng chuyên kinh doanh theo thực đơn và phong cách Trung Hoa, do đầu bếp Trung Quốc thực hiện. Nhà hàng có thể phục vụ cùng lúc cho 250 thực khách với 1 phòng ăn lớn cùng nhiều phòng ăn nhỏ. Nhà hàng còn cung cấp thêm một thực đơn các món ăn từ biển Hạ Long hấp dẫn.</p>
<p>3 - Nhà hàng Panorama Địa chỉ: Hạ Long, P.Bãi Cháy, TP. Hạ Long, Tỉnh Quảng Ninh. Tel: (033) 845845 - Nhà hàng Panorama tọa lạc trên tầng thượng của khách sạn Sài Gòn Hạ Long, là nơi lý tưởng để quý khách thưởng thức các món hải sản, các món ăn Âu, Á, Việt Nam và ngắm nhìn Vịnh Hạ Long huyền ảo từ trên cao.</p>	<p>4 - Nhà hàng Thúy Hiền Địa chỉ: Khu 2 Vườn Đào, TP. Hạ Long, tỉnh Quảng Ninh. Tel: (033) 846185 - Nhà hàng Thúy Hiền là một trong những nhà hàng nổi tiếng ở tỉnh Quảng Ninh, chuyên phục vụ các món ăn Âu - Á với hương vị lạ và hấp dẫn.</p>

Một số nhà hàng khác:

Nhà hàng ăn Âu, Á	Nhà hàng đặc sản biển
Nhà hàng Hoàng Gia Khu công viên Hoàng Gia, đường Hạ Long, Bãi Cháy- T.P Hạ Long ĐT: 033.845.913	Sea food restaurant Đường Hạ Long, Bãi Cháy, T.P Hạ Long ĐT: (84.33) 845822
Nhà hàng khách sạn Heritage Hạ Long Số 88, đường Hạ Long, Bãi Cháy - T.P Hạ Long ĐT: 033.845.020	Nhà hàng Thu Hường Đường Hạ Long, Bãi Cháy , T.P Hạ Long ĐT: (84.33) 845.142
Nhà hàng khách sạn Hạ Long Plaza Đường Hạ Long, Bãi Cháy-T.P Hạ Long ĐT: 033.845.810 Nhà hàng khách sạn Hạ Long	Nhà hàng khách sạn Bin Bốp Tổ 10 khu1, phường Trần Hưng đạo, T.P Hạ Long ĐT: (84.33) 627686
Nhà hàng khách sạn Bạch Đằng Đường Hạ Long, Bãi Cháy - T.P Hạ Long ĐT: 033.846.330 Nhà hàng ăn Trung Quốc Quan Hải Lầu	Nhà hàng Nổi Nhớ Đường Trần Hưng Đạo, T.P Hạ Long ĐT: (84.33) 825614
Cạnh Cảng Tàu du lịch Bãi Cháy - T.P Hạ Long ĐT: (84.33) 847037 - Nhà hàng chuyên kinh doanh theo thực đơn và phong cách Trung Hoa, do đầu bếp Trung Quốc thực hiện. Nhà hàng có thể phục vụ cùng lúc cho 250 thực khách với 1 phòng ăn lớn cùng nhiều phòng ăn nhỏ.	Nhà hàng Biển Xanh Số 8, đường Lê Thánh Tông, T.P Hạ Long ĐT: (84.33) 825112

Thành ngữ, tục ngữ và ca dao của người Việt liên quan đến tập quán ăn uống

Kho tàng thành ngữ, tục ngữ và ca dao của người Việt có rất nhiều câu liên quan đến tập quán ăn uống. Để thêm sự phong phú, ngoài câu trực tiếp đề cập đến chuyện ăn uống, mượn chuyện ăn uống nói việc đời... người viết xin được thống kê cả những câu lấy từ ăn biểu đạt một vấn đề nào đó và các câu nói về ăn uống của các loài nhằm phản ánh các phương diện của xã hội

1. Món ăn và việc ăn uống

- a. Ăn cá bỏ xương, ăn quả bỏ hạt
- b. Ăn cá bỏ xương, ăn đường nuốt chậm
- c. Ăn cơm cá canh, tu hành có vãi
- d. Ăn cơm không rau như nhà giàu chết không kèn trống
- e. Ăn cơm lừa thóc, ăn cóc bỏ gan
- f. Ăn hương ăn hoa
- g. Ăn ít lo lâu
- h. Ăn kĩ lo lâu, cày sâu tốt lúa.
- i. Ăn kiêng năm cũ
- j. Ăn lấy thơm lấy tho chứ không lấy no lấy béo
- k. Ăn mít bỏ xơ
- l. Ăn lo tức bụng
- m. Ăn trầu không rể, như rể nằm nhà ngoài
- n. Sáng ngày bò dục chám chanh
- o. Trưa gói cá cháy, tối canh cá chày.
- p. Xem trong bếp biết nét đàn ông.

2. Đả kích thói phàm ăn, tục uống

- a. Ăn bốc, đái đứng
- b. Ăn cho sướng miệng
- c. Ăn cho thủng nồi trôi rế
- d. Ăn chó cả long
- e. Ăn cướp cơm chim
- f. Ăn đàn anh, làm đàn em
- g. Chết thềm chết nhát
- h. Chửi như chó ăn vãi mắt
- i. Có con mà gả chồng gần
Có bát canh cần nó cũng đem cho
- j. Con ăn một mẹ ăn hai

3. Phê phán thói hư tật xấu

- a. Ăn bậy nói càn
- b. Ăn bốc, đái đứng
- c. Ăn cá, bờ lở
- d. Ăn canh cả cặn
- e. Ăn cây táo rào cây bồ quân
- f. Ăn cháo, đái bát
- g. Ăn chẳng nên đọi, nói chẳng nên lời
- h. Ăn dối, nói thật
- i. No cơm dưng mỡ

4. Cách xử thế

- a. Ăn bằng, nói chắc
- b. Ăn bớt bát, nói bớt lời
- c. Ăn cây nào, rào cây ấy
- d. Ăn cho đều, tiêu cho song
- e. Ăn thô nói tục.
- f. Miếng khi đói bằng một gói khi no

5. Thân phận cực khổ của con người

- a. Cơm cha, cơm mẹ đã từng
con đi làm mướn kiếm lưng cơm người
cơm người khổ lắm mẹ ơi!
Không như cơm mẹ vừa ngồi vừa ăn
- b. Ăn bát mẻ, nằm chiếu manh
- c. Ăn cháo lá đa
- d. Ăn chẳng no, khó đến mình
- e. Ăn đói, mặc rách
- f. Ăn không rau, đau không thuốc
- g. Bụng đói, cật rét
- h. Cơm hàu, cháo dẫn
- i. Đói thì ăn ngô, ăn khoai
Đừng ở với dượng điếc tai lảng giềng

6. Các hiện tượng kinh nghiệm sản xuất

- a. Nuôi lợn ăn nằm, nuôi tầm ăn đứng
- b. Ăn lúa tháng năm, trông trăng rằm tháng tám
- c. Công cấy là công bỏ, công làm cỏ là công ăn.
- d. Thịt nạc dao phay, xương xẩu rìu búa.
- e. Nồi da nấu thịt.

GIÁ MỘT SỐ LOẠI HẢI SẢN TƯƠI SỐNG HẠ LONG

Cua thịt không dây: 240k/kg

Mực lá(làm sạch ruột, bầu mực): 210k/kg



Mực mai (làm sạch ruột, bầu mực, mai mực) 225k/kg

Mực ống(làm sạch ruột, bầu mực) : 200k/kg



Tu hài: 190k/kg



Cá vược đánh bắt: 145k/kg

Cá vược nuôi: 130k/kg

Cá trai, cá tráp: 145k/kg



Cá sủ: 100k/kg



Chả mực Hạ Long đặc biệt : 190k/kg

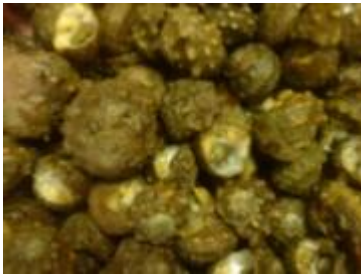
Chả cá Hạ Long :120k/kg

Mực khô loại đặc biệt(ngọt và mềm) :300k/kg (khoảng 13-16con/kg)

Ốc gai: 50k/kg



Ốc đá: 75k/kg



Ốc hương Hạ Long: 150k/kg



Cù kỳ: 140k/kg



Ngán: 200k/kg



Ngao hoa: 75k/kg



MỘT SỐ MÓN ĂN TIÊU BIỂU CỦA ẨM THỰC BIỂN HẠ LONG



Chả mực Hạ Long



Chả mực bánh cuốn



Mực nhồi lạp sườn



Cua rang me.



Ngân hấp



cù kỳ hấp



Cua hấp



Bê bê hấp



ốc sào, ngao luộc



Nộm sứa



rượu tiết gan



Món sà sùng nướng, lạ miệng!



Ốc luộc