

MÓN NGON TỪ RAU ĐẮNG QUÊ NHÀ

Ngọc Hương

Đất Cẩm Thanh quê tôi vốn phèn chua nước mặn nên cây trái không được tươi tốt như mọi nơi. Vùng đất này bị chia cắt bởi nhiều hói, lạch, tạo môi trường thuận lợi cho cây dừa nước, cây mắm sinh trưởng, phát triển. Nhiều người dân nơi đây đi cắm chum, dựng nõ để bắt cá, tôm mưu sinh cho cuộc sống. Vào thời của ông bà, ba mẹ tôi, cuộc sống nơi đây cơ cực biết dường nào. Người đất Cẩm Thanh phải vất vả lắm mới trồng được cây lúa, cây khoai trên mảnh đất không mấy màu mỡ như những nơi khác. Còn cái nghề chài lưới ven sông, kiếm được chút ít cá tôm đem bán lấy tiền mua về cũng không được bao nhiêu gạo để nấu, những ngày mưa gió thì lại càng khó khăn hơn. Trong những ngày tháng khó khăn này, một ít cá tôm, củ khoai, hay một ít rau đắng cũng là đáng quý. Rau đắng có lẽ là loại rau phổ biến và sinh trưởng thích hợp nhất ở vùng đất này vào mùa mưa nên người dân quê tôi khi kể chuyện ngày xưa lại nhắc đến câu thành ngữ:

*“Trời mưa rau đắng
Trời nắng rau cau”*

Trên mảnh đất Cẩm Thanh quê tôi, mỗi khi mùa mưa về, những đám rau đắng cần cỗi mọc dựa các hồ nước, con mương, ruộng lúa lại bắt đầu vươn mình trời dậy xanh non tươi tốt. Cứ đến mùa này, mọi người dân rủ nhau ra đồng, ra mương hái rau đắng, cái đem đi chợ bán, cái thì để lại ăn. Rau đắng từ xưa đến nay cũng là loại rau làm thức ăn quen thuộc của người dân nơi đây.

Rau đắng hay còn gọi biển súc, rau sam trắng, ba kích (*tên khoa học: Bacopa monnieri*) là họ Hoa mõm chó Scrophulariaceae, đây cũng là loài cây có thân thảo mọc, thân nhẵn láng mọc bò trên mặt đất, hoa màu trắng mọc riêng lẻ. Theo y học cổ truyền, rau đắng có tính mát vị đắng có khả năng thanh nhiệt giải độc, rau đắng vừa là món ăn vừa là vị thuốc gần gũi với người dân.

Rau đắng có thể nấu chín hoặc ăn sống đều được, cũng có thể kết hợp với một số loại thức ăn khác để làm nên những món ăn ngon, lạ miệng. Trước đây người dân quê tôi thường nấu canh rau đắng với con điệp cũng là một món ăn khá đặc biệt. Điệp là một loại nhuyễn thể, sống bám trong bẹ dừa nước. Người ta cạy về ngâm nước, rửa thật sạch rồi cho điệp lên nồi luộc chín. Khi chín, vớt ra gỡ lấy ruột. Nước luộc điệp được giữ lại cho rau đắng vào để nấu canh. Lúc rau vừa chín cho ruột điệp vào, nêm một ít mắm cá, ít bột ngọt, nếu ăn cay có thể cho một ít tiêu hoặc ớt xanh, nêm vừa miệng thì nhắc xuống. Cũng có thể cho thêm một ít lá nghệ tươi vào cho có mùi thơm. Canh rau đắng nấu với điệp, vị ngọt của điệp, vị đắng đắng của rau cùng với hương vị đậm đà của mắm cá và lá nghệ, trở thành món ăn thơm ngon đến lạ thường.

Rau đắng có thể ăn kèm với món “cáy um”. Đây cũng là một món ăn đặc trưng của người dân Cẩm Thanh. Con cáy thuộc họ nhà cua, trông nó giống như con nha, con rạm. Cáy sống trong các hốc của bẹ dừa nước bị mục, hay

làm hang trên bờ lạch, hói, ăn rong rêu và các sinh vật nhỏ khác. Những ngày nước cạn, người dân thường đi câu hoặc dùng tay bắt cá đem về. Cá được đem về tách yếm, lưng rửa sạch. Ướp gia vị cho lên bếp um chín, nêm gai vị vừa ăn. Để lửa nhỏ khoảng mười lăm phút, cho thêm lá nghệ tươi cắt nhỏ vào nồi cáy trộn đều, đập nắm kỹ um cho đến khi cáy vừa cạn nước rồi nhắc xuống. Rau đắng tươi hái về rửa sạch để ráo nước. Múc cáy ra đĩa là chúng ta có được một món cáy um ngon lành, thơm phức. Một miếng cáy, vài cọng rau đắng cho vào miệng nhai giòn. Cái vị mặn mà, ngọt ngọt, béo béo của cáy um, vị đắng đắng của rau thật tuyệt vời.

Ngoài ra, rau đắng luộc hoặc để tươi sống chấm mắm cáy ăn (một loại mắm rất phổ biến của người dân nơi đây) cũng thật ngon com. Rau đắng trộn đậu phộng thì chẳng chê vào đâu được. Chỉ cần một ít rau đắng rửa sạch, bóp giấm hoặc chanh, bỏ thêm ít đường, bột ngọt, đậu phộng rang trộn đều là có một món ngon miệng. “Món rau đắng trộn” với vị đắng của rau, chua của chanh, cộng thêm cái béo của đậu phộng tạo nên một hương vị riêng khó tả.

Ngày nay, rau đắng còn dùng để ăn kèm với các loại rau ăn lẩu, rau đắng còn dùng làm món gỏi trộn tôm thịt, nước sốt chua ngọt, tạo thành món ăn giòn, chua ngọt; món bò nhúng ớt cay cũng sử dụng nguyên liệu từ rau đắng làm món rau chính được nằm trong các thực đơn của các nhà hàng, quán ăn,...

Vùng đất quê tôi không có nhiều món ngon vật lạ, chỉ đơn sơ mộc mạc nhưng chính con người nơi đây, chỉ với món rau đắng đậm bạc chân quê, nhưng với những người con của đất Cẩm Thanh này thì cái hương vị đắng ngọt ấy sẽ mãi mãi in sâu trong tâm hồn mỗi người dân. Để mỗi khi nhớ về quê hương của những người con xa xứ, vùng ký ức ấy lại chợt hiện về, với mùi chày của rom rạ, tiếng là dừ sột soạt trong gió, tiếng gà gáy, tiếng ếch kêu mỗi khi mưa về và đặc biệt hơn cả là những món ăn mà bà, mẹ nấu thuở xa xưa với món cá kho, tôm cua đồng, hay chỉ những cọng rau trồng sau hè, hay hái ở bờ mương con nước, ruộng lúa mà thấm đẫm tình quê hương ấy, có ai đã từng trải qua khó lòng mà quên được ♦

