

Trang Sư Tầm  
Chủ đề: Bia  
Tác giả: Liem Truong Dinh

# TẢN MẠN VỀ BIA (BEER)

Lại một tình cờ đã đưa tới sự khám phá ra cách chế biến món nước “Tinh Thần”, uống cho tới tận cùng say xỉn này.



Truyền thuyết kể lại là cách đây trên mười ngàn năm, một cô bé đang ăn miếng bánh mì khô uống với ly nước lạnh, thì có bạn gọi đi chơi trò nhảy dây. Cô ta ném miếng bánh vào ly nước, để trên mặt bàn rồi chạy ra ngoài. Đó là miếng bánh cũ bỏ quên trong cặp sách đã lâu, có bám bụi xanh [*bánh bị lên mốc*].

Mấy ngày sau bà mẹ dọn bàn thấy ly nước trong trong, có mùi thơm thơm. Đang khát nước, bà bèn uống. Một lúc sau cảm thấy trong người sáng khoái, lên tinh thần. Bà khoe với ông chồng và ngó ý muốn có thêm. Chiều vợ, ông chồng làm nước đó cho vợ và gia đình.

Lối xóm bắt chước và thiên hạ cũng làm theo. Thế là Bia ra đời.



Anh ngữ gọi là *Beer*, Pháp ngữ là *Biere* từ chữ Latin “*Bibere*” nghĩa là *Uống*.

Người Việt ta phiên âm là LA-DE từ chữ La Biere cho tiện việc sổ sách.

Tiếng Đức *Baere*, từ chữ *Barley* là loại lúa mạch dùng nhiều nhất để làm *la-de*.

Người Tàu gọi bia là *Ty tửu* vì có ít ethanol.

Theo các nhà khảo cổ, thì *la-de* được dân chúng thành phố Babylon chế ra đầu tiên một cách khá quy mô, cách đây trên 6,000 năm. Họ ngâm nước cho hạt lúa mạch lên mốc xanh, nghiền nát, trộn với nước, để vài ngày rồi uống. Khi đó, *la-de* rất được dân chúng ưa thích, mà khả năng biến chế giới hạn nên các Lãnh Chúa bèn đặt chính sách khẩu phần. Dân lao động chỉ được mỗi ngày hai lít, công nhân viên nhà nước ba lít, quan chức cao cấp và quý ngài tu sĩ năm lít.



Từ Ai Cập, la-de lan tràn ra các nước khác và được phổ biến rộng trước khi nho được trồng làm rượu vang vào thời kỳ đế quốc La Mã. Con dân đế quốc coi la-de như thứ nước uống của người man di, còn họ uống thứ nước dành cho Thần Quyền, ấy là rượu vang.

Cũng nên nhắc là việc nấu la-de, theo luật đời xưa, là việc làm của nữ giới. Đến sau Thiên Chúa Giáng sinh thì la-de được đưa vào thị trường thương mại, ai mua cũng được.

Chuyện này cũng có lý do. Vì đã có một thời kỳ, làm la-de được các tu viện hầu như giành quyền ưu tiên chế biến và là nguồn lợi tức đáng kể những cho cơ sở tôn giáo. Ngoài lợi tức, các tu sĩ còn muốn tự do dùng la-de chung với thực phẩm ngon mà họ được cung cấp. Đồng thời la-de không bị cấm trong thời gian ăn chay, nên các ngài tự do dùng và mỗi tu sĩ được chia tới 5 lít một ngày.

Chỉ sau thời kỳ Cải Cách giáo hội Thiên Chúa Giáo La Mã, đưa đến sự thành lập các giáo hội Tin Lành vào thế kỷ 16, sự ưu đãi độc quyền làm bia này cho tu viện mới được bãi bỏ. Bia mới được trao cho các nhà sản xuất thương mại phụ trách.



Nhưng phải công nhận là nhờ kiến thức của các tu sĩ mà kỹ nghệ làm bia tiên bộ rất nhiều, từ việc một miếng bánh rơi vào ly nước tới những máy móc, tuy thô sơ, nhưng mau lẹ, làm được nhiều loại an toàn vệ sinh, có phẩm chất cao hơn.

Kỹ nghệ sản xuất bia thực sự được cải thiện vào đầu thế kỷ thứ 19 với sự sáng chế ra máy hơi nước của James Watt và hệ thống sinh hàn của Carl von Linde. Trước đó, bia thường được làm vào mùa Đông, thuận tiện cho sự lên men của bánh. Từ khi khám phá ra hệ thống làm lạnh, bia được sản xuất quanh năm. Đầu máy hơi nước của James Watt giúp sự sản xuất bia từng loạt với số lượng nhiều hơn.



Trong việc làm bia, nhà bác học Pháp Louis Pasteur cũng công hiến một khám phá quan trọng: Đó là sự tìm ra những nấm lên men mà ông đã trình bày trong nghiên cứu tựa đề “*Etude de la Bière*”, vào năm 1876. Nhờ khám phá này mà ngày nay người ta đã nuôi được men để dùng trong kỹ nghệ làm bia và rượu vang.

Một khoa học gia khác người Đan Mạch, Christian Hansen, đã thành công trong việc tách một thứ nấm trong môi trường dinh dưỡng và dùng hàng loạt vào việc lên men lúa mạch để làm bia.

## Làm bia

Muốn có một lon bia, ta cần bốn vật liệu chính yếu: Nước, ngũ cốc, men và cây Hoa Bia (Hop=Houblon).

### A. Ngũ cốc



Bia có thể được làm từ gạo (Việt Nam, Tàu, Nhật Bản), ngô/bắp (thổ dân American Indian), mì (Đức, wheat), lúa mạch đen (Nga, ryes) yến mạch (Oats) nhưng thông dụng nhất vẫn là bằng hạt lúa mạch (Barley) rồi đến lúa mì. Bia làm từ ngô/bắp và gạo có phẩm chất thấp hơn.

Lúa mạch có nguồn gốc từ Châu Á và Ethiopia và là loại ngũ cốc được sản xuất đứng hàng thứ tư sau lúa mì, gạo và ngô. Lúa mạch có lượng carbohydrates khá cao, tới 67% và 13% chất đạm.



Trước hết, mạch được ngâm trong nước độ một tuần cho nảy mầm đồng thời tinh bột của mạch được biến thành đường maltose. Sau đó mạch có mầm được đun/nấu chín rồi sấy khô, xay để loại bỏ vỏ rồi ngâm trong nước nóng. Đường trong mạch sẽ hòa vào nước cho ra một dung dịch có vị ngọt.

Dung dịch này được đun sôi khoảng hai giờ để giết hết vi khuẩn. Đây là lúc mà Hoa Bia được thêm vào để tạo ra vị đắng cho bia.

## **B. Hoa bia**



Houblon là loại cây leo có hoa mọc thành từng chùm. Hoa được sấy khô để tạo vị đắng cho bia. Đun càng lâu thì chất đắng của hoa bia càng tan nhiều trong nước, bia sẽ đắng hơn.

Nghiên cứu ở Mỹ cho biết cây Hoa Bia có chất chống oxy hóa Antioxidant Prenylated Flavonoids rất tốt để giúp cơ thể giảm nguy cơ bị các bệnh tim, ung thư, sa sút trí nhớ và giảm cholesterol.

Dung dịch được để nguội, vớt hết lá hoa bia và cặn bã ra rồi men được thêm vào.

### C. Men

Men bia là những nấm nhỏ li ti có khả năng biến tinh bột thành đường. Nấm có nhiều trong thiên nhiên.

Hai loại men thường dùng trong kỹ nghệ bia là *Saccharomyces cerevisiae* nổi lên mặt dung dịch và loại *Saccharomyces uvarum*, chìm dưới đáy. Mười ngày sau men sẽ chuyển hóa hầu hết đường maltose và lúc đó ta đã có một lon bia.

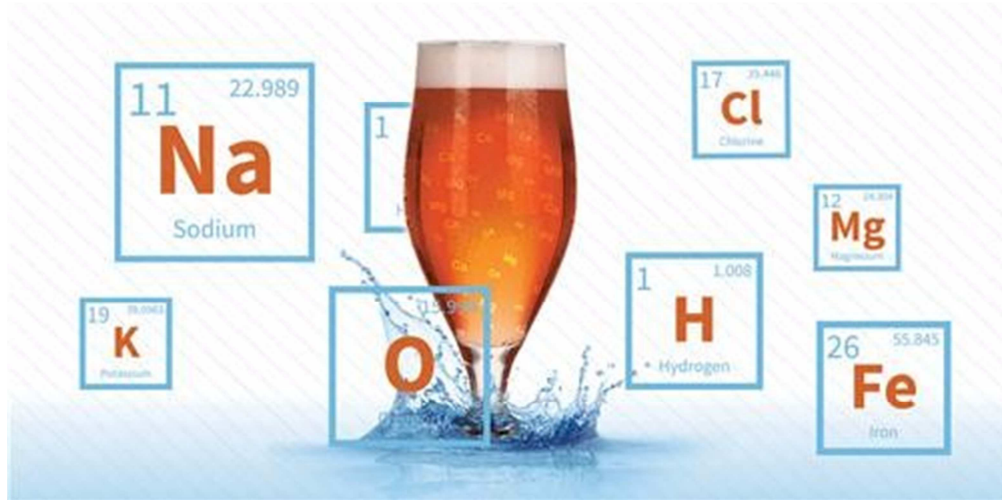


Nhưng chưa đủ, muốn có hơi sủi bọt, bia được chuyển vào một bình điều hòa để lên men lần thứ hai và có hơi carbonates. Vì còn vẩn đục, nên bia được lọc.

Bia vô lon hoặc chai được đun nóng (Pasteurized) để giết hết các vi khuẩn còn sót và để chặn sự lên men.

Draft bia không đun nóng nhưng phải giữ ở nhiệt độ lạnh cho tới khi dùng để bia không lên men. Uống ngay sau khi sản xuất, Draft bia ngon hơn vì trong khi chuyên chở đi xa, sự thay đổi nhiệt độ chung quanh ảnh hưởng tới phẩm chất của bia.

### D. Nước



Nước dùng để làm bia cũng rất quan trọng. Nước có nhiều khoáng chất thì bia đáng hơn là nước có ít khoáng chất.

Beer cũng như rượu vang có từ 2-6% Ethanol trong khi đó rượu mạnh như whisky, gin, vodka có tới 45-50% ethanol.

### **Một vài loại bia**

Như đã nói ở trên, bia có thể làm từ lúa mì, ngô, gạo nhưng lúa mạch thường được dùng nhiều nhất.

Ngay cả làm từ lúa mạch, bia cũng có nhiều loại tùy theo men nổi hay chìm, nhiệt độ và thời gian để mạch lên men, số lượng Hoa bia, thời gian và nhiệt độ nơi cất giữ bia. Theo luật, bia không được có quá 5% chất rượu ethanol.





– *Ale* nặng hơn beer và dùng men nổi mà beer thì dùng men chìm dưới đáy.



– *Bitter* là la-de có nhiều Hoa bia nên đắng hơn và được dân Anh rất thích.



– *Lager* cũng là la-de nhẹ, màu nhạt, rất phổ thông bên Đức.



– *Malt liquor* mạnh hơn beer.



– *Shandy* là hỗn hợp beer với nước chanh (lemonade) hoặc ginger beer)



– *Sake* của Nhật được chế từ gạo, có nồng độ ethanol từ 14%, nên thường được gọi là rượu gạo/rice wine. Nhưng thực ra sake là một loại beer vì cũng được làm bằng sự lên men của gạo.

Sake không có màu, không có hơi, hâm nóng uống ngon hơn, trong khi đó beer phải uống lạnh mới đã.

## Dinh dưỡng

Về phương diện ăn uống, ngoài nước, bia có một số lượng các chất dinh dưỡng rất khiêm nhường vì đa số đã bị tiêu hủy trong lúc chế biến.



Một ly 360cc (12 Oz) cho 140 calories mà 60% là do chất rượu ethyl alcohol của bia; 17mg calcium; 28mg magnesium; 40mg phosphore; 85mg potassium; rất ít Zinc, và sinh tố B.

Các chất đạm, chất béo, sinh tố C và các sinh tố hòa tan trong chất béo đều có rất ít nên bia được nhiều người coi như chẳng bổ dưỡng gì ngoài một số calories. Chẳng thế mà bác sĩ David Williams của đại học Wales, Anh Quốc đã cổ võ là trong chương trình giảm béo, nên uống nửa lít bia một ngày vì bia có tới 93% là nước lã, không đường, không chất béo.

Bia còn giữ hương vị thơm ngon nếu tiêu thụ trong vòng hai tháng sau khi làm, do đó không nên mua tích trữ quá nhiều và quá lâu. Cát bia ở chỗ mát, không có ánh nắng mặt trời để bia khởi lên mùi.

Ly để uống bia cần sạch, ráo nước và nhất là không dính mỡ vì mỡ làm tan hết bọt bia.

Cũng không nên uống bia quá lạnh vì nhiệt độ thấp làm giảm mùi thơm của bia.

## Bia với Sức khỏe

Trang báo Forbes ngày 17 tháng 3 năm 2008, tác giả Allison Van Dusen có nêu ra 8 lý do lành mạnh để uống bia, căn cứ vào một số nghiên cứu khoa học. Đó là từ 30–35% ít bị heart attack, tăng chất béo lành HDL, giảm rủi ro máu đông cục, giảm hóa già, bảo vệ khỏi tử vong vì bệnh tim mạch, tăng trí tuệ giảm Alzheimer, giúp xương chắc mạnh, giảm biến chứng tiểu đường.

Nhưng Allison nhấn mạnh ở chữ vừa phải/moderation. Vừa phải là 240cc, ngày hai lần, quý bà thì chỉ ½ mà thôi.

Lưu ý là uống bia mãi ngày mãi tháng, lon trước rước lon sau thì hậu quả tai hại cũng nhiều.

Chẳng hạn như trở thành hủ chìm/nghiện rượu, xơ cứng ung thư gan, ung thư miệng... Ấy là chưa kể đến phá rối an ninh trật tự công cộng khi say khướt, gây gỗ hận thù, thân chủ thường xuyên của khám nhỏ khám lớn. Ngoài ra, có nghiên cứu cho là uống vài ly bia/ngày có thể tăng rủi ro ung thư vú cho phái nữ.

Thành ra bia không phải là tốt cho mọi người.

Như giáo sư Charlie Bamforth, Đại học California ở Davis, nhắc nhở là không nên coi bia như một dược phẩm. Uống bia vì ý thích nhưng vừa phải là điều cần nhớ.

*Liem Truong Dinh*



---

*Nguồn: Internet eMail by psxh chuyển*

*Đăng ngày Chúa Nhật, April 7, 2019  
Ban Kỹ Thuật Khóa 10A-72/SQTB/ĐĐ, ĐĐ11/TĐ1ND, QLVNCH*