

CÁC LOẠI RAU GỢI NHỚ ĐẾN SÔNG NƯỚC MIỀN TÂY



Miền Tây là thiên đường của các loại rau ngon và lạ lùng mà bạn chẳng thể bắt gặp ở đâu khác ngoài vùng sông nước này

Miền Tây sông nước mênh mông nổi tiếng với những cù lao cây trái xanh tươi, những món ăn bình dân chất phác mà vô cùng ngon miệng như lẩu mắm, canh cá chua, kho quẹt, bánh xèo... Tuy nhiên nhắc đến miền Tây mà không kể đến những loại rau phong phú thì quả là một thiếu sót không hề nhỏ. Miền Tây được xem thiên đường của các loại rau ngon và lạ nhất mà chẳng thể bắt gặp ở đâu khác ngoài mảnh đất này.

Rau “bông”

Đất miền Tây có một loại rau đặc sản đó là rau “bông”. Thực chất rau “bông” chính là các loại hoa có thể ăn được. Ở vùng đất sông nước này, các món rau bông phổ biến và nhiều loại đến nỗi, để có thể kể hết tên của chúng, bạn có thể sẽ phải mất cả giờ đồng hồ. Rau bông rất đa dạng từ những loại bông phổ biến như bông bí, thiên lý cho đến những loại bông “đặc sản” như là bông điên điển, bông so đũa, bông lục bình, bông súng, bông mướp... Mỗi loại bông có hương vị khác nhau, có bông ngọt giòn nhưng cũng có loại bông có vị nhẫn đắng, ăn xong mới thấy ngọt nơi cuống họng.



Mỗi loại rau bồng đều có thể được chế biến thành nhiều món khác nhau, từ ăn ghém, đồ bánh xèo, nhúng lẩu đến xào, nấu canh chua.

Món lẩu cá, lẩu mắm nổi tiếng với các loại rau ăn kèm, có khi số loại rau dùng nhúng lẩu còn lên đến con số hai, ba chục loại như rau đắng, rau rút, rau kèo nèo, đậu rồng, bồng súng, đọt muồng, đọt xoài, cả các loại hoa như bông bí, so đũa, điên điển, lục bình...

Rau chột choại

Đừng vội băn khoăn về cái tên lạ lùng rau “đọt” vì thực chất “đọt” chính là những chiếc đọt (mầm) non của các loại cây. Ở miền Tây, dường như tất cả mọi loại cây đều cho một loại rau xanh nào đó, chỉ cần đi một vòng quanh vườn là bạn sẽ có ngay một rổ các loại đọt non: từ đọt xoài, cóc, chùm ruột, chùm bát, chùm bao, đọt sộp, đọt bình linh, lá lựu hay đọt sen non... về làm rau. Chắc chắn đây không phải là loại rau chính thống, nhưng chính những nhúm rau tập tàng, dân dã này đã chính tạo nên cho các món ăn miền Tây một hương vị không thể nào lẫn lộn.



Rau “thân xốp”

Rau thân xốp là thứ rau đặc biệt chỉ có ở vùng sông nước mênh mông như ở miền Tây Việt Nam. Các loại rau thân xốp rất đa dạng, nào là lục bình, thân bông súng, bạc hà, kèo nèo, hay bông bòn... Thân xốp của các loại rau này ngấm gia vị rất nhanh và tạo nên những món ăn rất đặc sắc.



Bông lục bình

Bạn có thể xắt rau thân xốp nhỏ làm rau ăn ghém, khi chấm mắm phần thân xốp ngấm đầy thứ mắm thơm ngọt quyện hòa tạo nên vị ngon cho từng miếng rau. Những loại rau này cũng dùng để nấu canh chua hay muối dưa đều rất ngon và trôi cơm.



Cho đến muôn vàn loại rau khác...

Có thể nói, miền Tây như một khu bảo tàng lớn với muôn vàn các loại rau, mà để nhớ, để thuộc, và để kể tên được hết những loại rau này, bạn có thể phải mất đến hàng giờ đồng hồ. Chính vì sở hữu những loại rau phong phú mà các món ăn miền Tây như được sinh ra để kết hợp chúng với nhau. Bạn sẽ bắt gặp ở nồi lẩu mắm những cải xanh, đậu rồng, bắp chuối, giá, cà tím, nấm rơm, nấm dai, khổ qua, đậu bắp, rau càng cua, hẹ, đọt xoài, đọt chùm ruột, cần tây, thơm, chuối chát... ở nồi lẩu mắm U Minh là rau đọt choại, rau the, nhãn lòng, bông súng, rau trai, tàu bay, rau mác... những canh chua bông so đũa, bánh xèo, bông điên điển...



Bánh xèo bông diên điển mang hương vị đậm chất miền Tây

Có lẽ không một từ ngữ nào có thể diễn đạt được hết cái hay, cái thú vị của các loại rau miền Tây, vì thế đừng chần chừ mà sắp xếp cho mình một hành trình du lịch đến miền Tây để tự mình thưởng thức nhé.

Theo: Đặc Sản Miền Tây

Nguồn: [blog người phương nam](#)



Nguồn: Internet eMail by **kb** chuyển

Đăng ngày Thứ Hai, September 16, 2024
thư ký dù Khóa 10A-72/SQTB/ĐĐ, ĐĐ11/TĐ1ND, QLVNCH