CK.0000067845

NGỌC HÀ

MÓN ĂN VIỆT NAM

CÁC MÓN Hấp, Hầm, Luộc

Dành cho Các bà nội trợ khéo tay hay làm

GUYÊN
LIỆU

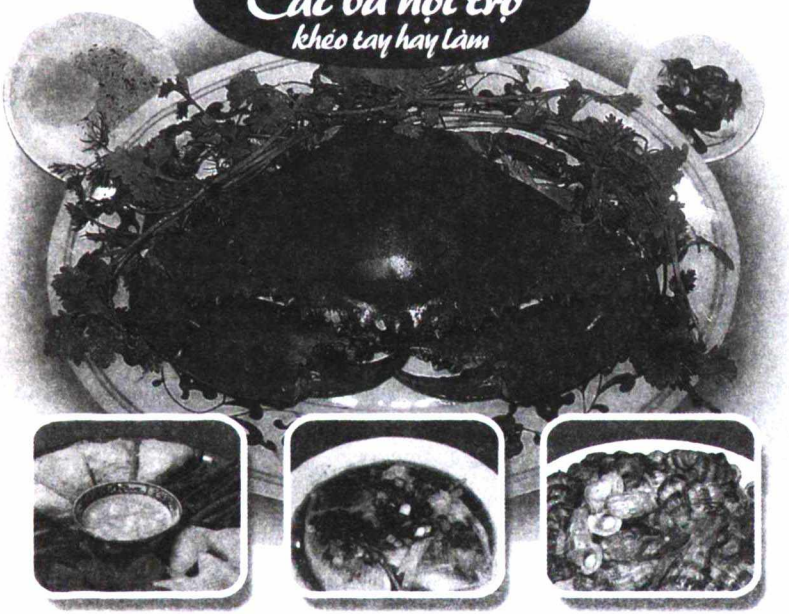
NHÀ XUẤT BẢN HỒNG BÀNG

CÁC MÓN HẤP - HẦM - LUỘC

MÓN ĂN VIỆT NAM

CÁC MÓN Hấp, Hầm, Luộc

Dành cho Các bà nội trợ khéo tay hay làm



NHÀ XUẤT BẢN HỒNG BÀNG

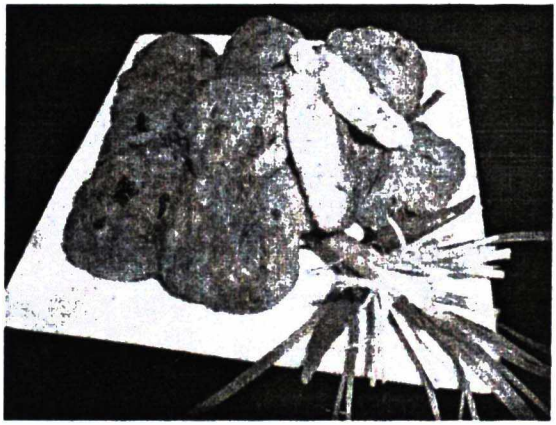
LỜI NÓI ĐẦU

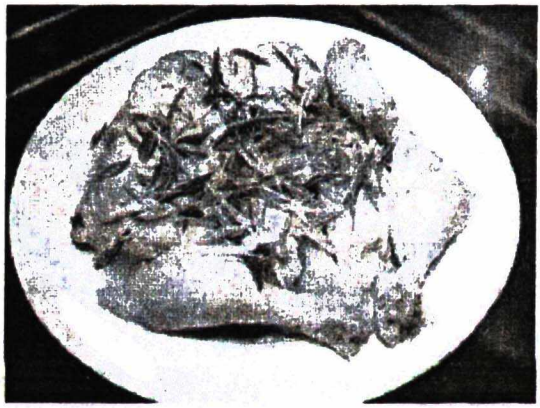
Nấu ăn và thưởng thức món ăn là sở thích của rất nhiều người. Thế nhưng, để nấu được một món ăn ngon không phải là việc dễ dàng. Bên cạnh những nguyên vật liệu cần thiết đáp ứng yêu cầu của món ăn còn phải kể đến nguyên lý phối trộn gia vị khéo léo của người nội trợ.

Món ăn Việt Nam rất đa dạng và phong phú. Tuy có những nét chung nhưng món ăn mỗi vùng miền lại có những đặc trưng riêng. Món ăn miềm bắc không đậm các vị cay ngọt và thường sử dụng nước mắm pha loãng và trộn mắm tôm. Món ăn miền nam có đặc điểm là thường thêm đường và sử dụng nước cốt dừa. Món ăn miền trung thể hiện tính chất đặc sắc qua hương vị riêng biệt, nhiều món ăn cay hơn món ăn miền bắc và miền nam, đồng thời được phối trộn phong phú, rực rỡ thiên về màu đỏ và màu nâu sẫm.

*Việc chế biến các món ăn Việt Nam tưởng như đơn giản nhưng thực ra đó là cả một nghệ thuật, chính vì điều đó chúng tôi đã tổng hợp và biên soạn cuốn "**Món ăn Việt Nam Các món hấp, hầm, luộc**". Hy vọng cuốn sách sẽ là cuốn cẩm nang thiết thực giúp bạn đọc tham khảo và trổ tài nấu nướng của mình để bữa ăn của gia đình bạn thêm phần thú vị và ấm cúng.*

I. CÁC MÓN HẤP





CHẢ BÒ HẤP

♣ **Nguyên liệu:**

Thịt bò loại I	*1,5kg*
Hành củ	*50g*
Mỡ khổ	*200g*
Trứng vịt	*65g*
Miến	*30g*
Nước mắm	*5ml*
Tỏi khô	*20g*
Mỡ chài	*200g*
Thịt nạc vai	*200g*
Mộc nhĩ	*10g*

Rau mùi, muối, bánh đa, hạt tiêu, đường, mì chính

♣ **Cách làm:**

Thịt bò lọc sạch gân, xơ, thái miếng mỏng, băm thật nhỏ cùng hành củ, tỏi. Ướp thịt với nước mắm, muối, mì chính, hạt tiêu.

Mộc nhĩ ngâm nước, rửa sạch, cắt bỏ chân nấm, thái chỉ.

Miến ngâm nước, cắt vụn

Mỡ khổ chần qua nước sôi, thái chỉ, ướp với đường, muối đem phơi nắng cho chín. Trộn lẫn mộc nhĩ, miến, mỡ khổ vào với thịt cùng trứng vịt bóp kỹ. Mỡ chài cắt miếng, cho thịt vào trong sau đó gói tròn bằng quả cam và cho vào lồng hấp, hấp chín. Ăn nóng kèm với rau mùi, bánh đa nướng, hoặc bánh phồng tôm rán.

THỊT CHÓ HẤP

♣ **Nguyên liệu:**

Thịt chó	*1kg*
Mắm tôm	*20g*
Riềng	*100g*
Xì dầu	*20ml*
Mẻ	*150g*
Nghệ	*50g*

Sả, rau ngổ, húng quế, chanh, ớt, bánh đa.

♣ **Cách làm:**

Nghệ gọt vỏ, giã nhỏ, vắt lấy nước cốt.

Thịt chó thui rút xương, thái miếng to, ướp với nước nghệ, mẻ, mắm tôm, gừng, sả giã nhỏ, xì dầu và tiết, để vài giờ cho ngấm đều. Cho thịt vào hấp cách thuỷ, thịt chín tới lấy ra thái miếng mỏng bày ra đĩa. Ăn nóng kèm rau ngổ và húng quế, bánh đa chấm muối chanh ớt hoặc mắm tôm chanh ớt.

GÀ HẤP MUỐI

♣ **Nguyên liệu**

Gà mái tơ	*1,5kg*
Dầu thực vật	*20ml*
Muối	*20g*
Rượu trắng	*20ml*

Rau xà lách	*200g*
Rau mùi	*50g*

Muối, mì chính, hạt tiêu

♣ **Cách làm:**

Gà cắt tiết, làm sạch lông, mổ moi nội tạng, rửa sạch, lau khô nước. Đun dầu nóng già, bắc nồi xuống, cho rượu vào trộn đều, tưới đều lên mình gà, để 15 phút cho ngấm.

Đặt gà vào vỉ có đĩa để hứng nước, đem hấp chín, lấy ra để nguội.

Rau xà lách, rau mùi rửa sạch, vảy khô nước, bày vào đĩa hình bầu dục.

Chặt gà thành miếng vừa ăn, xếp thịt theo hình dáng con gà có đủ đầu, cánh, chân lên đĩa rau xà lách.

Nước tiết ra đĩa khi hấp gà trộn thêm dầu ăn, tiêu bột, mì chính rồi tưới đều lên đĩa thịt gà.

Ăn kèm muối, tiêu, chanh.

GÀ HẤP ĐÔNG

♣ **Nguyên liệu:**

Gà mái tơ	*1,4kg*
Mỡ nước	*30ml*
Nấm hương	*20g*
Bột đao	*5g*
Dăm bông	*100g*

Trứng gà	*2 quả*
Rượu	*20ml*
Hành khô	*15g*

Nước mắm, muối, mì chính

♣ **Cách làm:**

Gà cắt tiết, làm sạch lông, mổ bỏ nội tạng, rửa sạch, luộc chín.

Hoà rượu, tiêu, muối xát vào bụng gà, để nguội, lọc lấy thịt, thái miếng mỏng, to bản.

Trứng đập ra bát, đánh tan, tráng mỏng thái miếng bằng thịt gà.

Nấm hương ngâm nở, cắt bỏ chân nấm, rửa sạch, bổ đôi.

Dăm bông thái miếng mỏng như trứng. Xương gà cho vào nồi cùng với nước luộc kỹ, lọc lấy nước dùng trong.

Hoà nước dùng với bột đao, nấu sôi, nêm vừa muối, nước dùng, mì chính, để nguội.

Hành củ khô bóc vỏ, thái mỏng.

Dùng bát bát ăn cơm lần lượt cứ 10 miếng thịt gà, một miếng trứng, một miếng dăm bông xếp theo vòng tròng bát, xếp đầy miệng bát, rắc hành lên trên.

Đổ nước dùng vào bát thịt, đem hấp 10 phút, để nguội hoặc cho đông cứng. Khi ăn úp sang đĩa. Ăn nguội.

GÀ HẤP NẤM

♣ **Nguyên liệu:**

Thịt gà	*500g*
Nấm hương	*20g*
Hành củ	*30g*
Gừng non	*10g*
Mỡ nước	*20ml*

Muối, mì chính, nước mắm, hạt tiêu

♣ **Cách làm:**

Thịt gà rửa sạch, chặt miếng bằng bao diêm, ướp muối, tiêu. Đun mỡ nóng già, cho thịt gà vào rán qua. Nấm hương ngâm mở, cắt bỏ chân nấm, rửa sạch, thái miếng (nhỏ để nguyên, to thái đôI hoặc ba). Gừng gọt vỏ, rửa sạch, thái chỉ.

Hành bóc vỏ thái mỏng.

Thịt gà bày vào đĩa sâu lòng, phủ nấm hương, hành, gừng lên trên. Hoà nước ấm có pha nước mắm, mì chính vừa ăn sau đó dội vào đĩa thịt gà, đem hấp chín mềm. Rắc hạt tiêu lên trên, ăn nóng.

GÀ HẤP TRỨNG

♣ **Nguyên liệu:**

Gà mái	*1,4kg*
Giò sống	*150g*
Hạt sen	*50g*