



HỘI ĐỒNG DÂN GIAN VIỆT NAM
NGUYỄN THỊ MINH TÚ

VĂN HÓA ẨM THỰC CỦA NGƯỜI TU DĨ

(Huyện Mường Khương - Tỉnh Lào Cai)

ÊN
U



NHÀ XUẤT BẢN VĂN HÓA THÔNG TIN

VĂN HÓA ÂM THỰC CỦA NGƯỜI TU DÍ
Huyện Mường Khương - Tỉnh Lào Cai

**HỘI VĂN NGHỆ DÂN GIAN VIỆT NAM
NGUYỄN THỊ MINH TÚ**

**VĂN HÓA ẨM THỰC CỦA
NGƯỜI TU Dí**

(Huyện Mường Khương - Tỉnh Lào Cai)

NHÀ XUẤT BẢN VĂN HÓA THÔNG TIN

**DỰ ÁN CÔNG BỐ, PHỔ BIẾN
TÀI SẢN VĂN HÓA, VĂN NGHỆ DÂN GIAN
VIỆT NAM**

(E1, Ngõ 29, Tạ Quang Bửu - Bách Khoa - Hà Nội
Điện thoại: (04) 3627 6439; Fax: (04) 3627 6440
Email: duandangian@gmail.com)

BAN CHỈ ĐẠO

- | | |
|-------------------------------|-----------------------|
| 1. GS. TSKH. TÔ NGỌC THANH | <i>Trưởng ban</i> |
| 2. ThS. HUỲNH VĨNH ÁI | <i>Phó Trưởng ban</i> |
| 3. GS.TS. NGUYỄN XUÂN KÍNH | <i>Phó Trưởng ban</i> |
| 4. TS. TRẦN HỮU SƠN | <i>Ủy viên</i> |
| 5. Ông NGUYỄN KIẾM | <i>Ủy viên</i> |
| 6. Nhà văn ĐỖ KIM CUÔNG | <i>Ủy viên</i> |
| 7. ThS. VŨ CÔNG HỘI | <i>Ủy viên</i> |
| 8. Nhà giáo NGUYỄN NGỌC QUANG | <i>Ủy viên</i> |
| 9. ThS. ĐOÀN THANH NÔ | <i>Ủy viên</i> |
| 10. Ông TRƯƠNG THANH HÙNG | <i>Ủy viên</i> |

GIÁM ĐỐC VĂN PHÒNG DỰ ÁN

ThS. ĐOÀN THANH NÔ

Chịu trách nhiệm nội dung:
GS.TSKH. TÔ NGỌC THANH

Thẩm định nội dung:
HỘI ĐỒNG THẨM ĐỊNH BẢN THẢO

LỜI GIỚI THIỆU

Hội Văn nghệ dân gian Việt Nam (VNDGVN) là một tổ chức chính trị xã hội nghề nghiệp, nằm trong khối Liên hiệp các Hội Văn học nghệ thuật Việt Nam.

Quyết định số 82/NV, ngày 01/03/1967 của Bộ Nội vụ thay mặt Chính phủ đã cho phép Hội Văn nghệ dân gian thành lập và hoạt động trên phạm vi toàn quốc và có mối liên hệ nghề nghiệp với các tổ chức khác ở trong nước và nước ngoài.

Tôn chỉ mục đích của Hội là **“Sưu tầm, nghiên cứu, phổ biến và truyền dạy vốn văn hóa - văn nghệ dân gian các tộc người Việt Nam”**. Trên cơ sở thành quả của các công việc trên, Hội là một trong những đội quân chủ lực góp phần bảo tồn và phát huy những giá trị văn hóa - văn nghệ mang đậm bản sắc dân tộc đã được ông cha ta sáng tạo và giữ gìn trong suốt mấy nghìn năm của lịch sử dân tộc.

Những giá trị sáng tạo đó thể hiện mối quan hệ của các tộc người Việt Nam với thiên nhiên thông qua các tri thức sản xuất nông nghiệp; với xã hội thông qua phong tục tập quán, hội xuân; với nhân sinh quan thông qua các nghi lễ vòng đời người; với vũ trụ và thế giới tự nhiên đã được siêu nhiên hóa thông qua các loại hình tín ngưỡng tôn giáo;

với lý tưởng thẩm mỹ thông qua các sáng tạo văn học nghệ thuật. Ở mỗi tộc người Việt Nam, những lĩnh vực và hình thái văn hóa – văn nghệ này lại được thể hiện trong một sắc thái riêng. Chính kho tàng văn hóa đa dạng đó là nội dung, là đối tượng hoạt động của hội viên Hội VNDGVN.

Sau gần 50 năm hoạt động, được sự lãnh đạo của Đảng và sự chăm sóc của Nhà nước, Hội VNDGVN đã lớn mạnh với trên 1.200 hội viên. Số công trình do hội viên của Hội đã hoàn thành lên đến 5000 công trình, hiện đang được lưu giữ và bảo vệ tại Văn phòng Hội.

Được sự quan tâm của Ban Bí thư và Thủ tướng Chính phủ, Dự án “**Công bố và phổ biến tài sản văn hóa-văn nghệ dân gian các dân tộc Việt Nam**” đã được phê duyệt. Trong giai đoạn I (2008-2012), Dự án đã xuất bản 1.000 công trình, tác phẩm văn hóa - văn nghệ dân gian các dân tộc; Giai đoạn II (2013-2017) Dự án sẽ tiếp tục công bố thêm 1.500 công trình nữa.

Hy vọng, các xuất bản phẩm của Dự án sẽ cung cấp cho bạn đọc trong và ngoài nước một bộ sách mang tính chất bách khoa thư về các sắc màu văn hóa của các tộc người Việt Nam, phục vụ thiết thực vào việc tra cứu, mở rộng hiểu biết của bạn đọc về truyền thống văn hóa giàu có và độc đáo đó; góp phần xây dựng nền “văn hóa Việt Nam tiên tiến, đậm đà bản sắc dân tộc”.

Trong quá trình thực hiện nhiệm vụ, Dự án mong nhận được ý kiến chỉ bảo kịp thời của bạn đọc gần xa.

Xin chân thành cảm ơn!

Trưởng Ban Chỉ đạo thực hiện Dự án

GS.TSKH. Tô Ngọc Thanh

LỜI NÓI ĐẦU

Dân tộc Tu Dí là một trong những dân tộc thiểu số ít người của Việt Nam, cư trú duy nhất ở huyện Mường Khương tỉnh Lào Cai. Theo thống kê 2009, huyện Mường Khương người Bô Y phân bố ở 6 xã với 26 làng, trong đó chỉ tập trung ở 7 làng có trên 10 hộ, làng có số hộ đông nhất là Ma Lù Thị trấn Mường Khương và Sín Chải, Lao Hâu xã Thanh Bình. Mặc dù bị mai một về tiếng nói nhưng họ vẫn giữ được văn hóa truyền thống của tộc người thể hiện ở phong tục tập quán theo chu kỳ đời người và văn hóa ẩm thực.

Văn hóa ẩm thực dân tộc Tu Dí ở Lào Cai là tác phẩm đầu tiên giới thiệu một cách toàn diện và sâu sắc về các món ăn truyền thống, các loại bánh trái đặc sản... của người Tu Dí, các phương pháp chế biến món ăn và những nét đẹp của văn hóa ứng xử trong ăn uống.

Gạo tẻ và ngô là hai loại lương thực chính của họ, gạo nếp chủ yếu làm xôi tám màu, cơm lam dăng cúng dịp lễ tết. Truyền thống của người Tu Dí ăn mèn mền, gạo đồ và cơm độn ngô. Một ngày họ ăn hai bữa chính là bữa sáng

và bữa tối, bữa trưa là bữa phụ, cơ cấu món ăn gồm cơm + rau + nước chấm + ớt + thức ăn mặn (không thường xuyên) và rượu (rượu ngô, rượu mía)... Tập quán của người Tu Dí không bao giờ ăn thịt những con vật: trâu, ngựa, chó; đặc biệt thầy cúng càng kiêng kỵ, do đó, thực phẩm chính trong các món ăn của họ là thịt lợn và thịt gà (kiêng gà trắng dùng trong tang lễ). Màu đỏ là màu ưa chuộng trong chế biến món ăn vào những dịp trọng đại như đám cưới (món thịt dài và thịt vuông), trong nghi lễ vào nhà mới... thể hiện sự may mắn, tài lộc đến với gia đình. Người Bô Y ưa chuộng mùi thơm trong khi chế biến món ăn nên họ sử dụng rất nhiều phụ gia, gia vị chính vì thế gia đình nào cũng có mảnh vườn nhỏ ngay cạnh nhà trồng rất nhiều các loại rau thơm. Với tập quán sử dụng nhiều muối (ưa dùng vị mặn) và chế biến nhiều loại thức ăn lên men như: tương ớt, đậu xị, đậu phụ nhự, dưa cải cay muối... đây là vừa là thức ăn vừa là nước chấm, đồ ăn kèm không thể thiếu trong bữa ăn hằng ngày của họ và họ sử dụng quanh năm. Người Bô Y không chỉ có kinh nghiệm sử dụng màu sắc, mùi vị, nguyên liệu chế biến với nhiều phương pháp phù hợp tạo ra các món ăn ngon, độc đáo mà họ biết cách chế biến món ăn có tác dụng chữa bệnh cho người già, trẻ em và phụ nữ.

Người Bô Y luôn hiếu khách nên khi gia đình ăn cơm họ không bao giờ đóng cửa để mời khách xa gần đến thưởng thức nét độc đáo, riêng biệt và giàu bản sắc thông qua các món ăn ngon của họ.

CHƯƠNG I

KHÁI QUÁT CHUNG

I. KHÁI QUÁT CHUNG VỀ NGƯỜI TU DÍ⁽¹⁾ Ở LÀO CAI

1. Nguồn gốc, tên gọi, dân số

Dân tộc Bô Y là một trong những dân tộc thiểu số ít người nhất ở miền Bắc Việt Nam. Tại tỉnh Lào Cai, họ tập trung cư trú ở huyện Mường Khương. Theo số liệu thống kê của chi cục thống kê tỉnh, tính đến hết năm 2000 thì có 1.105 nhân khẩu, tập trung cư trú chủ yếu ở sáu xã, trong đó xã Thanh Bình có 301 người, xã Nậm Cháy có 46 người, xã Tả Gia Khâu có 64 người, xã Lùng Khấu Nhin có 106 người, xã Mường Khương có 269 người và xã Tung Chung Phố có 235 người. Theo tổng điều tra dân số năm 2009, dân tộc Bô Y trên địa bàn tỉnh Lào Cai có 1.398 người, trong đó 724 nam,

(1) Tại Lào Cai, người Bô Y ở Mường Khương tự gọi mình là Tu Dí và các dân tộc khác cũng gọi họ là Tu Dí. Do đó sử dụng tên gọi Bô Y hoặc Tu Dí đều chỉ một dân tộc.