

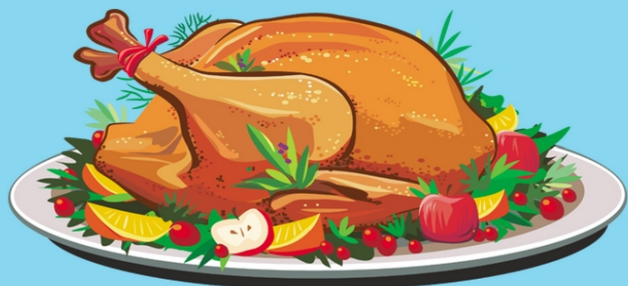
MINH THƯ

# MÓN NGON

# DỄ LÀM



Vừa ngon vừa dễ



Trổ tài vào bếp



LƯU HÀNH NỘI BỘ

# *MINH THƯ*

Ẩm thực Việt Nam

## MÓN NGON DỄ LÀM

Bí quyết nấu ăn ngon



Page 2



# Thịt lợn chiên giòn tẩm mật ong

Từng lát thịt giòn tan, hấp dẫn, quyến với vị ngọt của mật ong và mặn mà của nước mắm, điểm thêm mùi thơm hành lá, chắc hẳn sẽ là món yêu thích của gia đình bạn.



## Nguyên liệu:

**3 miếng thịt nạc vai dày khoảng 1,5 cm; 2 quả trứng gà; 2 thìa canh bột năng; Bột chiên xù; Hành lá, muối, tiêu, mật ong, nước mắm, và ớt bột.**

## Cách làm:

- Thịt nạc vai rửa sạch, chần sơ miếng thịt qua nước sôi nóng già để rửa sạch tạp chất, dùng khăn giấy hay khăn sạch, lau thật khô miếng thịt.
- Tiếp theo dùng cán dao đập nhẹ vài nhát lên miếng thịt để khi ướp miếng thịt nhanh thấm gia vị hơn.
- Sau đó ướp vào thịt một ít muối, và một ít hạt tiêu, để khoảng 1 tiếng.
- Lăn từng miếng thịt qua bát bột năng.
- Trứng gà đập ra bát, đánh tan.
- Tiếp theo lăn qua bát trứng gà.
- Và tiếp sau đó là lăn thịt qua đĩa đựng bột chiên xù.

- Đun nóng dầu ăn, cho từng lát thịt vào rán vàng đều hai mặt.
- Thịt vàng đều bạn gấp ra đĩa có lót giấy thấm dầu hay rổ nhôm có lót đĩa bên dưới để thịt chảy bớt dầu ăn.
- Dùng kéo hay dao bén cắt thịt thành từng lát mỏng vừa ăn.
- Hành lá rửa sạch, thái nhỏ.
- Pha hỗn hợp gồm hai thìa canh mật ong, một thìa canh nước mắm và một ít ớt bột, hòa cho mật ong tan.
- Đun nóng nồi cho hỗn hợp nước mắm và mật ong vào đun sôi đến khi hỗn hợp sệt dẻo lại, thêm hành lá vào, rưới đều hỗn hợp nước mắm lên phía bên trên từng lát thịt, dùng nóng với cơm.

# Hấp dẫn món chay đậu phụ chiên sả

Đậu phụ chiên sả ăn nóng hay nguội cũng đều rất ngon bởi vị đậm đà của xì dầu, vị thơm của sả sẽ làm món đậu của bạn không còn đơn điệu nữa.



## Nguyên liệu

**Đậu phụ trắng: 3 bìa; Sả: 3 củ; Tỏi, hành: 1 củ; Hành hoa: 2 nhánh; Dầu ăn, xì dầu, bột canh, mì chính, đường.**

## Cách làm:

- Đậu phụ trắng cắt miếng vừa ăn rồi cho vào rán chín vàng hai mặt.
- Sả bóc vỏ băm nhỏ, tỏi, hành củ đập dập băm nhỏ, hành hoa thái nhỏ.
- Phi thơm hành tỏi với chút dầu ăn. Cho sả băm vào đảo nhanh tay.
- Cho thêm 3 thìa xì dầu cùng  $\frac{1}{2}$  bát nước lọc,  $\frac{1}{2}$  thìa đường,  $\frac{1}{2}$  thìa bột canh, mì chính đun nhỏ lửa để độ sền sệt.
- Cho đậu vào rim.
- Dùng kéo khứa nhẹ hình chữ thập và cho sả tỏi hành hoa vào giữa miếng đậu rồi gấp ra đĩa.
- Phần nước còn lại rưới lên trên.

# Canh kim chi đậu phụ cho ngày rằm tháng Bảy

Mùa chay đã tới, món canh kim chi đậu phụ nóng hổi sẽ là sự lựa chọn tuyệt vời nhất cho ngày rằm tháng Bảy.



**Nguyên liệu:**

Kim chi; Đậu phụ; Lá hẹ, hành tím

**Thực hiện:**

1. Hành tím bóc vỏ đập dập, phi thơm, nêm gia vị cho đậm đà.

Chế nước vào nồi, nước sôi cho kim chi vào. Để món canh có vị chua chua dễ ăn, nên sử dụng loại kim chi đã muối lâu và chua hơn bình thường.

2. Đậu phụ xắt miếng mỏng, dày khoảng 1cm.

Thả đậu vào nồi canh, canh sôi thì nêm nếm thêm một lần nữa xem độ mặn nhạt đã vừa chưa rồi rắc lá hẹ thái khúc vào và tắt bếp.

# Canh rau ngót nấu tôm thịt

Rau ngót rất mát và ngọt, được nấu cùng với tôm, thịt xay sẽ là món canh ngon đủ chất cho bữa cơm gia đình bạn.



## Nguyên liệu:

100 g tôm; 150g thịt lợn xay; 1 bó rau ngót; Muối, hành khô, hạt tiêu và hạt nêm.

## Cách làm:

- Tôm bóc nõn, rút chỉ đen, rửa sạch, băm nhuyễn tôm.

- Trộn tôm và thịt lợn xay (trộn lẫn cả đầu gạch tôm, nếu có), thêm vào một thìa nhỏ muối, một ít hạt tiêu, trộn đều.
- Rau ngót tuốt lấy lá, bỏ cọng cứng.
- Tiếp theo rửa sạch rau, để lên ráo cho ráo nước và dùng tay vò rau hơi nát.
- Đun nóng dầu ăn, phi hành khô thơm, đổ tôm và thịt lợn xay vào xào chín.
- Cho vào nồi canh khoảng hai bát con nước lọc, tiếp tục đun sôi.
- Thả từ từ rau ngót vào nồi canh, nêm vào một muối hoặc hạt nêm, tùy theo sở thích của bạn, đợi đến khi nồi canh sôi lại bạn nêm nếm lại tùy theo khẩu vị của bạn. Tắt bếp, múc ra bát lớn làm món canh ăn với cơm.

# Gà xốt cà chua đậm đà ngon cơm

Với chút lá gia vị kiểu Tây và mù tạt vàng, món ăn trở nên thật thơm ngon và lạ miệng, chắc chắn cả nhà bạn sẽ rất thích thú với món ăn này!



## Nguyên liệu cho 4-5 phần ăn:

3 miếng ức gà; 2 củ hành tây; 5 nhánh tỏi; 4 thìa canh dầu oliu; 2 thìa café húng tây khô; ½ thìa café lá oregano; 300g cà chua đóng hộp; 370ml nước dùng (nước luộc gà); ½ thìa canh mù tạt vàng; Muối, tiêu.

## Thực hiện:

Cắt ức gà thành từng miếng dài khoảng 5cm.

Thái nhỏ hành tây. Tỏi bóc vỏ, xắt lát.

Đổ dầu olive vào chảo, đun nóng. Cho hành tây vào chảo, đảo tới khi hành mềm và vàng đều.

Cho tỏi vào chảo, đảo tiếp khoảng 30 giây nữa.

Thêm thịt gà vào chảo.

Thêm tiêu, muối vừa ăn.

Tiếp tục đảo đến khi thịt gà chuyển màu trắng thì bạn cho cà chua đóng hộp vào đảo cùng.

Thêm lá húng tây và lá oregano vào chảo.

Cuối cùng bạn thêm mù tạt vàng và nước dùng gà.

Đun sôi rồi bớt lửa đun thêm khoảng 15 phút đến khi thịt gà mềm là được.

Chỉ đơn giản vậy thôi mà bạn đã có một món mặn vô cùng đưa cơm cho cả nhà. Với chút lá gia vị kiểu Tây và mù tạt vàng, món ăn trở nên thật thơm ngon và lạ miệng, chắc chắn các thành viên trong gia đình bạn sẽ rất thích thú với món ăn này!

Theo *TTVN*

# Ngon cơm với thịt heo xào măng

Những miếng thịt heo ba chỉ béo ngon được xào với những cọng măng giòn tan, vàng óng rắc chút tiêu cay nồng sẽ làm cho thực đơn buổi tối nhà bạn thêm phần cuốn hút!



Thịt heo là loại thực phẩm phổ biến trong bữa cơm hàng ngày của mỗi gia đình Việt Nam, hàm lượng dinh dưỡng mà thịt heo cung cấp là rất lớn. Protein trong loại thịt này có hơn 20 loại axit amin không thay thế được và chúng còn tham gia vào quá trình tổng hợp, hình thành tế bào mới trong cơ thể chúng ta. Ngoài ra, trong thịt còn chứa các chất chiết xuất tan trong nước, có mùi vị đặc biệt, kích thích tiết dịch vị mạnh, tốt cho hệ tiêu hóa.

Trong khi đó, măng là loại thức ăn thường có ở miền núi, từ măng có thể chế biến được nhiều món ăn ngon, đậm đà hương vị. Măng tươi có giá trị dinh dưỡng cũng tương tự như rau tươi, có đủ các chất như: protid, glucid, muối khoáng, vitamin,...

Nguyên liệu để chế biến món này rất đơn giản: măng tươi, thịt heo (có thể dùng thịt ba chỉ hoặc thịt vai), dầu ăn, hành lá, hành tím, nước mắm, bột ngọt, hạt tiêu, ớt. Đầu tiên, chọn mua loại măng tươi, non về cắt sợi rồi cho vào nước sôi luộc khoảng 10 phút cho ra bớt chất độc. Sau đó rửa lại bằng nước lạnh, để ráo. Hành tím bóc vỏ, thái mỏng. Hành lá lấy cả phần trắng cắt khúc. Thịt heo rửa sạch, thái miếng mỏng vừa phải rồi ướp với gia vị, hạt tiêu, bột ngọt, nước mắm cho vừa ăn, trộn đều để khoảng 15 phút cho thấm.

Giờ đến phần chế biến: Cho dầu vào chảo đun nóng, phi hành tím cho thơm, cho thịt vào xào, tiếp theo cho măng vào, thêm ít nước lạnh, nêm nước mắm cho vừa ăn rồi đập nắp lại khoảng vài phút cho măng và thịt chín mềm. Khi măng chín thì tắt bếp, cho hành lá, ớt cắt lát, rắc hạt tiêu vào trộn đều.

Cách làm đơn giản lại rất dễ ăn với cơm, ăn lúc nóng càng ngon. Miếng thịt heo béo ngậy được tẩm gia vị vừa miệng, vị giòn giòn của từng cọng măng vàng tươi, một chút xuýt xoa bởi vị cay cay của lát ớt đỏ, thơm nồng của hạt tiêu, hăng hắc của cọng hành xanh. Món này không chỉ ngon miệng mà còn rất hấp dẫn với nhiều màu sắc tự nhiên.

Theo *Dân trí*

# Trứng chim cút xốt chua ngọt ngày mưa

Món ăn vừa giàu dinh dưỡng lại vô cùng hấp dẫn bởi vị chua cay mặn ngọt.



## Nguyên liệu:

Trứng chim cút: 20 quả (tùy ý); Cà chua: 1 quả; Hành khô: 1 củ; Gừng: 1 nhánh nhỏ; Bột năng: 1 thìa cà phê; Đường: 1 thìa ăn cơm; Dấm: 3 thìa ăn cơm; Tương ớt: 1 thìa ăn cơm (tùy khả năng ăn cay của bạn); Dầu hào: 1 thìa ăn cơm; Mắm: 1 thìa ăn cơm; Rau mùi, hành lá, hạt tiêu, dầu ăn.

## Thực hiện:

- Trứng chim cút luộc chín, bóc bỏ vỏ.
- Cà chua rửa sạch, thái miếng. Hành lá và rau mùi nhặt bỏ rễ và cọng già, rửa sạch rồi thái nhỏ. Hành khô và gừng bóc bỏ vỏ, băm nhỏ.
- Làm nóng dầu ăn trong chảo rồi cho trứng chim cút vào rán vàng hai mặt. Gắp trứng chim cút ra đĩa.
- Gạn bớt mỡ trong chảo ra, cho gừng và hành băm nhỏ vào phi thơm. Cho cà chua vào xào cho chín mềm, dùng thìa dầm nát nhuyễn.
- Hòa tan hỗn hợp gồm 1 thìa ăn cơm mắm, 1 thìa tương ớt, 3 thìa dấm và 3 thìa nước sôi. Đổ bát hỗn hợp chua ngọt vào chảo trứng. Vặn lửa nhỏ đun liu liu cho đến khi cạn nước. Gắp bỏ những cái vỏ cà chua ra.

- Hòa một thìa cà phê bột năng với 3 thìa ăn cơm nước. Đổ bát bột năng vào chảo trứng, đun đến khi nước sệt lại thì cho rau mùi và hành lá thái nhỏ vào đảo đều rồi tắt bếp.

Xúc trứng cắt xốt ra đĩa, rắc hạt tiêu lên trên và thưởng thức nhé.

# Cà rốt xào xoài ngon lạ

Món ăn mới lạ này sẽ khiến bạn vô cùng thích thú bởi hương vị độc đáo của nó. Cà rốt xào xoài làm nhanh gọn mà thơm ngon vô cùng.



## Nguyên liệu:

5 củ cà rốt to; 1 củ hành tây; 1 tép tỏi; 1 muống canh gừng tươi băm nhỏ; ¼ muống cà phê thì là; ¼ muống cà phê bột cà ri; ¼ muống cà phê bột quế; 1 quả xoài chín; 2 muống canh dầu; ½ quả chanh; Mật ong; Hạt tiêu đen; Muối.

## Cách làm:

- Cà rốt gọt vỏ, thái miếng như trong hình.
- Hành tây thái nhỏ.
- Gừng bào một muống canh. Tỏi băm nhỏ. Cho thì là, bột cà ri, bột quế vào trong một cái bát, trộn đều.
- Xoài gọt vỏ, cắt miếng có độ dày khoảng 2cm.
- Làm nóng 2 muống canh dầu. Cho hành và tỏi vào phi thơm trong vài phút. Thêm cà rốt và gừng vào. Nấu cà rốt ở nhiệt độ trung bình cho đến khi cà rốt mềm.

- Cho gia vị muối, hạt tiêu đen, bát hỗn hợp gia vị bột quế, bột cà ri, thì là vào. Đảo đều tất cả và nấu thêm khoảng 30 giây nữa.
- Cho xoài vào và đảo nhẹ với nhiệt độ thấp.
- Cho thêm nước chanh tươi, một ít mật ong rồi tắt bếp.
- Cho cà rốt xoài ra đĩa và trang trí thêm một lát chanh, một ít lá mùi rồi thưởng thức nhé. Đảm bảo hương vị sẽ rất tuyệt vời.

# Thịt bò xào ngồng tỏi và đậu Hà Lan

Ngồng tỏi giòn, được xào cùng với thịt bò mềm thơm và đậu Hà Lan dùng làm món mặn ăn với cơm hoặc món nhắm đều ngon.



**Nguyên liệu:**

**1 bó ngồng tỏi; 300g thịt bò; 200g đậu Hà Lan; Nửa củ hành tây; Muối, dầu mè, hạt nêm, hạt tiêu; Tỏi, dầu ăn, hành lá, rau mùi.**

**Cách làm:**

- Ngồng tỏi rửa sạch, cắt bỏ khúc già, giữ đoạn non, cắt khúc ngắn vừa ăn. Đậu Hà Lan rửa sạch, tước bỏ cọng xơ.

- Hành tây bóc bỏ vỏ khô bên ngoài, rửa sạch, bổ múi cau.

- Hành lá, rau mùi rửa sạch, thái nhỏ.

- Thịt bò thái lát vừa ăn, ướp vào bát thịt bò một ít muối, một thìa nhỏ dầu mè, trộn đều, ướp khoảng 15 phút.

- Đun nóng dầu ăn, phi tỏi thơm, đổ thịt bò vào xào chín tới, đổ thịt bò ra bát để riêng.

- Tiếp tục dùng chảo đó cho ngồng tỏi, đậu Hà Lan và hành tây vào xào chín tới, nêm vào một ít muối, nửa thìa nhỏ hạt nêm, đảo đều.

- Sau đó cho thịt bò vào xào cùng, đảo đều, nêm nếm lại tùy theo khẩu vị của bạn.

**- Tắt bếp, thêm hành lá, rau mùi vào đảo đều, rắc lên bề mặt một ít hạt tiêu, dùng với cơm.**

# Hến xào sả ớt cà ri ngon tuyệt

Hến xào sả ớt là món ăn khá đơn giản, chi phí thấp mà vẫn ngon miệng, bảo đảm dinh dưỡng cho cả gia đình.



## Nguyên liệu:

**Thịt hến: 300g; Hành tây: 1 củ; Sả: 2 cây; Hành tím: 1 củ; Ớt hiểm: 2 quả; Hành lá, rau răm; Bột cà ri (1 gói), bột nêm, nước mắm, dầu ăn.**

## Cách làm:

- Thịt hến rửa sạch, để ráo nước. Hành tây bóc vỏ, bổ cau. Cây sả đập dập phần gốc, băm nhỏ. Hành tím, ớt hiểm băm nhuyễn. Hành lá, rau răm rửa sạch, thái nhỏ.

- Đổ 1 ít dầu vào chảo nóng, cho hành, ớt, sả băm nhuyễn vào phi thơm. Cho 1/4 gói bột cà ri vào đảo cùng.

- Tiếp đến cho hến vào xào săn, sau đó bỏ hành tây vào xào, nêm thêm 1/2 gói cà ri còn lại cùng 1 thìa cà phê bột nêm, 1 thìa nước mắm, nêm nếm cho vừa khẩu vị của bạn.

- Đổ 1 ít dầu vào chảo nóng, cho hành, ớt, sả băm nhuyễn vào phi thơm. Cho 1/4 gói bột cà ri vào đảo cùng.

- Xào thêm khoảng 2, 3 phút cho thấm gia vị. Cho rau răm, hành lá vào đảo nhanh, tắt bếp.

**Bày món ăn ra đĩa, ăn với cơm nóng hoặc bánh đa bẻ từng miếng nhỏ, xúc ăn cùng với hến xào sả ớt cà ri rất đậm đà mà dậy mùi thơm.**

# Thanh mát bún mọc dọc mùng

Vị chua thanh mát, dễ ăn của nước sườn ninh cùng cà chua, ăn kèm những viên thịt mọc thơm, dọc mùng giòn.



## Nguyên liệu (cho 4 - 5 người ăn)

500g sườn lợn thăn; Muối, tiêu; 2 vốc đầy tay nấm hương; 1 vốc đầy tay mộc nhĩ; 6 củ hành khô, bóc vỏ, băm nhỏ; 200g – 300g thịt nạc vai, xay nhuyễn (nếu muốn mọc chắc hơn, trộn chung với 100g giò sống); 8 quả cà chua, rửa sạch, cắt nhỏ; 2 thìa canh dầu ăn; 2 – 3 thìa canh dấm gạo; 1kg dọc mùng; 1 mớ rau mùi, thái nhỏ; 1 mớ mùi tàu, thái nhỏ; 6 nhánh hành tươi, thái nhỏ; 1kg bún sợi vừa.

Lưu ý:

"Dọc mùng" còn được gọi là "bạc hà" ở các tỉnh thuộc khu vực miền Nam.

Bạn nên đeo găng tay khi xử lý dọc mùng để tránh bị ngứa.

## Cách làm:

1. Chuẩn bị nước dùng

- Sườn lợn rửa sạch, cho vào nồi luộc qua ở mức lửa to khoảng 5 phút để hết tạp chất. Vớt sườn ra, đổ nước vừa luộc đi rồi đổ nước mới vào ngập mặt sườn. Nêm nếm với 2 thìa canh muối rồi ninh sườn ở mức lửa nhỏ, mở vung đến khi nhừ, khoảng 30 – 40 phút.

## 2. Chuẩn bị mọc

- Nấm hương bỏ chân, ngâm cùng mộc nhĩ với nước ấm cho nở, khoảng 10 phút. Sau khi nấm ngâm xong, đổ nước ngâm nấm vào nồi nước sườn đang ninh để lấy mùi. Tuy nhiên, không nên đổ hết mà chừa lại phần cặn sạn ở dưới bát. Để lại 1 nấm nấm hương để thả vào nồi nước dùng lúc sau, số còn lại (nấm hương và mộc nhĩ) đem băm nhỏ.

- Trộn đều nấm hương, mộc nhĩ, hành khô với thịt xay. Nêm nếm với 1/2 thìa cà phê muối, 1/4 thìa hạt tiêu. Dùng hai chiếc thìa (hoặc đeo găng tay ni lông quét một chút dầu ăn cho khỏi dính) viên mọc thành những viên nhỏ.

- Sau khi sườn đã được ninh nhừ, thả mọc vào nồi nước sườn đến khi mọc chín, nổi lên là được. Vớt sườn và mọc ra, để riêng vào một bát sạch.

## 3. Hoàn thành nước dùng

- Trung cà chua với một chút dầu ăn trên bếp. Khi cà chua đã nhuyễn, cho toàn bộ số cà chua vào nồi nước dùng rồi thả thêm nấm hương đã ngâm mềm cho thơm. Nêm lại nước dùng với muối cho vừa miệng. Nếu thấy chưa đủ độ chua, có thể cho thêm 2 – 3 thìa canh dấm. Bạn cũng có thể thêm một chút đường tùy khẩu vị.

## 4. Chuẩn bị dọc mùng

- Dùng dao rau củ (pairing knife) bỏ phần xơ ngoài của dọc mùng, thái vát, bóp muối cho hết ngứa (không nên bóp quá mạnh tay, tránh cho dọc mùng bị gãy). Rửa sạch dọc mùng đã bóp muối rồi chần qua nước sôi.

- Bún chần qua nước sôi. Chia bún, mọc, sườn ra bát. Ăn kèm với dọc mùng và hành rau đã thái nhỏ. Chan nước dùng, ăn nóng.

# Mê mẩn đậu phụ rán kiểu Nhật

Ăn đậu phụ rán kiểu này chắc chắn bạn sẽ thích mê cho mà xem. Món đậu phụ rán mang hương vị ẩm thực của người Nhật cũng rất dễ làm.



**Nguyên liệu:**

1 bìa đậu phụ; 1/2 - 1/3 chén tinh bột ngô; Dầu để chiên; 2 túi cá bào (Katsuobushi); 1 nhánh hành lá, thái nhỏ; Gừng ngâm (Kizami Shoga) để trang trí.

**Gia vị**

2 muỗng canh rượu sake; 2 muỗng canh rượu mirin; 2 muỗng canh xì dầu.

**Cách làm:**

- Cho tinh bột ngô vào bát nhỏ. Còn trong một bát khác, chọn các nguyên liệu làm gia vị, Cho đậu phụ ra một đĩa đặt vào lò vi sóng trong một phút. Chuyển đậu ra ngoài đĩa để ráo nước.

- Cắt đậu thành những miếng nhỏ vừa ăn.

- Đổ dầu vào chảo và làm nóng dầu ở nhiệt độ cao.

- Khi dầu nóng, lăn đậu vào bát tinh bột ngô rồi cho đậu phụ vào chảo dầu để rán. Rán đậu cho đến khi giòn và vàng nâu đều các mặt.

**- Dùng giấy thấm thấm hết dầu trong chảo. Cho hỗn hợp gia vị và cá bào vào. Lật đậu và lắc chảo để nước sốt ngấm đều vào đậu phụ.**

**- Cho đậu ra đĩa, trang trí một ít hành xanh, gừng ngâm lên trên rồi thưởng thức ngay khi đang nóng nhé. Chúc các bạn ngon miệng!**

# Nấm xào sả ớt nhanh gọn, ngon miệng

Nấm giòn ngọt, được xào cùng với sả, ớt cay ăn mãi không ngán, cách làm lại đơn giản và rất nhanh chóng.



**Nguyên liệu:**

**200g nấm, có thể dùng nấm rơm hay nấm chân gà; 1-2 cây sả; Ớt quả, muối, nước mắm, hạt nêm; Hành khô, rau mùi, hành lá.**

**Cách làm:**

- Nấm cắt bỏ chân nấm, rửa sạch, thái lát vừa ăn.
- Sả tước bỏ bớt cọng cứng, rửa sạch, thái nhỏ, sau đó băm nhuyễn.
- Ớt quả thái khoanh tròn, đầu hành đập dập, hành lá thái nhỏ.
- Đun nóng hai thìa nhỏ dầu ăn, phi hành khô và đầu hành phi thơm, đổ sả băm và hành lá vào đảo đều, xào khoảng từ 4-5 phút.
- Tiếp theo cho nấm vào xào cùng, đảo nhanh tay lửa lớn, nêm vào một thìa nhỏ nước mắm, nửa thìa nhỏ muối, nửa thìa nhỏ hạt nêm, đảo đều.
- Xào khoảng 6 - 8 phút, nêm nếm lại tùy theo khẩu vị của bạn, tắt bếp rắc rau mùi đã thái nhỏ, múc ra đĩa dùng làm món xào ăn với cơm.

# Canh hến nấu rau muống

Vị ngọt tự nhiên của nước hến luộc, được nấu cùng với rau muống giòn, thêm một chút gừng để cân bằng vị hàn trong món canh.



## Nguyên liệu:

**400g hến còn nguyên vỏ; 1 bó rau muống hoặc rau muống mầm; Muối; 1 nhánh gừng nhỏ.**

## Cách làm:

- Rau muống lật bỏ cọng già, giữ cọng non, ngắt thành từng khúc ngắn vừa ăn.
- Hến ngâm vào thau nước lạnh có pha một ít muối, ngâm khoảng 1 tiếng. Sau đó rửa lại nhiều lần nước cho thật sạch.
- Gừng cạo vỏ, thái sợi.
- Đun nồi nước sôi, thả hến vào đun cùng đến khi hến há miệng, tắt bếp, đợi nguội, đổ nước luộc hến ra để riêng qua một bát sạch, lựa lấy phần thịt hến, bỏ vỏ hến đi.
- Tiếp theo cho hến, gừng và bát nước luộc hến vào nồi, đun sôi tầm 5 phút.

- Nêm vào một ít muối, không nên nêm nhiều gia vị làm mất đi vị ngọt tự nhiên của nước luộc hến.

- Sau đó cho rau muống vào đun cùng, nêm nếm lại tùy theo khẩu vị của bạn, tắt bếp, múc ra bát làm món canh ăn với cơm.

# Đậu phụ chiên cốm thơm ngon

Từng hạt cốm bên ngoài giòn xốp, bên trong vẫn giữ được độ thơm dẻo, kết hợp với vị bùi ngậy của đậu phụ giúp món ăn tạo nên một hương vị vừa quen lại vừa lạ.



Chỉ cần ăn món đậu phụ chiên cốm, bạn sẽ chẳng bao giờ quên được hương vị thơm ngon của nó.

## Nguyên liệu:

Đậu phụ non hoặc đậu phụ mọng; Cốm tươi; Trứng gà.

## Cách làm:

- Xắt đậu phụ thành những miếng vừa ăn.
- Tách riêng lòng đỏ và lòng trắng trứng gà, nhúng ngập các miếng đậu vào phần lòng trắng.
- Lăn đậu qua bát cốm tươi cho cốm bám quanh miếng đậu.
- Thả đậu vào chảo dầu nóng già, rán đến khi lớp cốm bám bên ngoài trở nên giòn, xốp là đạt yêu cầu. Vớt đậu ra đĩa đã lót 1 lớp giấy thấm dầu và thưởng thức.

# Đậm đà sườn non rang muối

Món ăn sẽ mang tới cho bạn một cảm nhận khác biệt khi được cắn vào miếng sườn giòn rụm, ngọt thơm đậm đà...



## Nguyên liệu

500g sườn non, 1 quả trứng gà, 200g lá lốt, 20g sả cây, 10g củ gừng, 10g củ riềng, 10g hành tím, 1 thìa cà phê hạt nêm, 1/2 thìa cà phê bột ngọt, 2 thìa súp bột năng, 1/2 thìa súp tiêu xay, 1 thìa cà phê đường, 2 thìa cà phê muối hạt, dầu để chiên, muối tiêu chanh ăn kèm.

## Thực hiện

Sườn non rửa sạch, xắt miếng vừa ăn, chần sơ, cho vào bát trộn đều với trứng gà, bột năng, ướp hạt nêm, bột ngọt, tiêu xay, đường, để thấm gia vị khoảng 15 phút.

Lá lốt, gừng, riềng thái chỉ. Sả cây, hành tím bào mỏng.

Làm nóng dầu ăn, cho sườn non vào chiên vàng, vớt ra để ráo dầu. Dùng lại chảo, cho lá lốt, sả, gừng, riềng, hành tím vào chiên giòn.

Làm nóng một chảo khác, cho muối vào rang khoảng 2 phút, cho sườn và hỗn hợp rau củ chiên giòn vào xóc đều tay trên lửa lớn khoảng 1 phút là được.

Cho sườn ra đĩa, chấm muối tiêu chanh.

### **Mách nhỏ**

**Chiên sườn không chiên quá lâu, sườn sẽ bị teo lại và mất độ giòn. Khi xóc muối, phải xóc nhanh tay, đều để các nguyên liệu ngấm đều muối.**

# Độc đáo với miến xào hến

Thường thức miến xào hến ngay lúc đang nóng với ít tương ớt cay cay sẽ rất tuyệt.



**Nguyên liệu:**

**Hến: 1 kg; Miến dong: 300 g (ngâm nước rồi cắt khúc); Thịt ba chỉ: 50 g; Cà rốt: 1/2 củ; Mộc nhĩ, nấm hương; Hành củ, hành hoa, mùi tàu; Gia vị: dầu ăn, hạt nêm, mì chính.**

**Cách làm:**

- Hến rửa sạch nhiều lần rồi cho vào nồi luộc cho đến khi hến mở miệng rồi đãi lấy ruột.
- Cà rốt gọt vỏ, bào sợi nhỏ.
- Ngâm mộc nhĩ, nấm hương (riêng hai bát) và lần lượt thái nhỏ.
- Hành hoa, mùi tàu rửa sạch rồi thái nhỏ.
- Thịt ba chỉ chần qua nước sôi, thái mỏng rồi xào qua.
- Phi thơm hành với dầu ăn rồi cho hến vào xào. Nêm một chút bột nêm và mì chính vừa miệng.
- Lần lượt cho mộc nhĩ, nấm hương, cà rốt rồi đến thịt vào đảo đều.

- Phi thơm hành với dầu rồi cho miến vào xào. Nếu miến khô nên cho một ít nước nắm hương vào. Thêm chút xíu bột nêm.
- Sau đó cho hỗn hợp hên xào vào và đảo nhanh tay. Tiếp đến cho ít rau thơm vào là được.
- Thường thức miến xào hên ngay lúc nóng với ít tương ớt cay cay sẽ rất tuyệt. Món này tuy lạ nhưng lại vô cùng hấp dẫn.

# Dân dã cá kho chuối xanh

Với những nguyên liệu đơn giản, bạn đã có nồi cá kho thơm lừng với thịt cá chắc được kho cùng chuối xanh.



**Nguyên liệu:**

**1 con cá, có thể dùng cá quả, hay cá nục hoặc cá rô con nhỏ; 2 quả chuối xanh; Đường, nước mắm, muối, hành khô và dầu hành lá; Ớt quả (nếu ăn cay).**

**Cách làm:**

- Bỏ mang cá, và đánh vẩy cá thật sạch, rửa sạch, cắt thành từng khúc vừa ăn.- Ướp vào thân cá một ít muối, để khoảng 30 phút cho thấm.
- Dầu hành rửa sạch, đập dập, hành khô thái nhỏ.
- Chuối tước sơ vỏ cứng bên ngoài, ngâm vào bát nước lạnh có pha muối, ngâm khoảng 15 phút, sau đó cắt khoanh tròn vừa ăn.
- Đun nóng dầu, cho cá vào chảo, rán sơ qua, vớt cá qua đĩa có lót giấy thấm dầu.
- Tiếp theo đun hai thìa canh đường và ba thìa canh nước lọc, đun lửa lớn đến khi đường chuyển màu vàng cánh gián thì cho toàn bộ dầu hành và hành khô vào đảo đều.
- Sau đó cho cá vào nồi, rưới một ít nước mắm lên bề mặt cá, đậy kín nắp nồi khoảng 30 phút.

**- Đun nóng lò, bắc nồi cá lên bếp, cho thêm chuối đã cắt nhỏ vào đun cùng, đun lửa nhỏ nêm vào hai thìa canh nước mắm, một thìa canh đường, ớt quả (nếu ăn cay).**

**- Đậy kín nắp nồi khoảng 20 phút, sau đó mở nắp nồi ra tiếp tục đun, không cho thêm nước lạnh.**

# Đồ món với thăn lợn nướng

Thịt thăn lợn ướp gia vị, tỏi, ớt ai nếm thử cũng phải tấm tắc khen ngon.



**Nguyên liệu:**

1,5kg thịt thăn lợn; 1/3 cốc dầu mè; 2 thìa canh sốt Worcestershire; 2 nhánh tỏi; 2 thìa canh đường nâu; ½ thìa bột hành; 1 thìa tiêu đen; 2 thìa canh tương ớt; 1 thìa canh bột ngô; 1 cốc nước dùng gà; 2 củ hành lá.

**Cách làm:**

- Đổ nước mắm, nước sốt Worcestershire, đường nâu, bột hành, hạt tiêu đen, dầu mè vào một chiếc túi nilon có zip kéo.

- Băm nhỏ tỏi, và thêm tỏi, tương ớt vào túi.

Vậy là bạn đã có hỗn hợp gia vị ướp thịt.

- Đóng khóa túi và lắc đều túi để các nguyên liệu trộn đều với nhau.

- Cho thịt lợn thăn vào túi.

- Ngâm thịt chìm trong hỗn hợp gia vị rồi cho vào tủ lạnh trong 6 tiếng cho ngấm.

- Đun nóng nước dùng gà trong một chiếc chảo con.

- Cho hỗn hợp gia vị còn thừa trong túi vào chảo.

- **Đổ một ít bột ngô vào chảo để nước sốt quánh hơn.**
- **Đặt chảo lên lửa nhỏ và đun đến sôi.**
- **Gói thịt trong giấy bạc và cho vào lò nướng ở nhiệt độ khoảng 170 độ C trong 1 tiếng.**
- **Lấy thịt ra khỏi lò, để thịt nguội trong 15 phút rồi thái thịt thành lát mỏng.**
- **Xếp thịt lên đĩa và rưới nước sốt lên.**
- **Thái một ít hành rắc lên trên để tạo màu.**

**Thưởng thức món ăn khi đang nóng.**

# Tuyệt ngon thịt ba chỉ chưng mắm tép

Thịt ba chỉ nếu đem chưng mắm tép làm kiểu này thì khi ăn, bạn sẽ cảm nhận rõ hơn vị ngọt, thơm của miếng thịt.



## Nguyên liệu

**Thịt ba chỉ; Chút gừng, sả, hành khô; Mắm tép, nước hàng; Đường, gia vị.**

## Cách làm

**Mắm tép pha với đường và chút nước cho hơi sánh.**

**Hành khô phi thơm rồi cho mắm vào đun sôi liu riu khoảng 1-2 phút, vừa đun vừa khuấy đều. Đun xong bạn đổ ra bát, để nguội.**

**Thịt ba chỉ rửa sạch, thái miếng mỏng vừa ăn. Trộn đều thịt và mắm rồi đem để ở nơi thoáng gió chừng một giờ hoặc bọc kín lại, cất vào tủ lạnh.**

**Làm nóng chảo với chút dầu ăn, phi thơm hành khô và gừng thái sợi. Cho thịt vào xào săn. Thịt càng săn càng ngon. Khi thịt chín, bạn cho sả băm vào đảo thêm một chút là được.**

# Lạ miệng mồng toi trộn dầu giấm

Món ăn ngon, mát miệng, rau giòn ngọt trộn lẫn với vị chua nhẹ đậm đà từ hỗn hợp dầu giấm, thêm chút bùi bùi thơm lừng của những hạt vừng rang chín...



**Nguyên liệu:**

**2 mớ rau mồng toi; Dấm, dầu ăn, tỏi, ớt, xì dầu, vừng rang chín...**

**Cách làm:**

- Rau nhặt sạch, ngâm với nước muối loãng, vớt ra để ráo.
- Tỏi ớt băm nhỏ.
- Pha chút xì dầu, dấm, đường, tỏi ớt, hạt tiêu... sao cho vừa miệng.
- Rau mồng toi luộc chín vừa, khi vớt ra nhúng ngay qua bát nước lạnh để giữ màu xanh, rồi để thật ráo nước.
- Xếp rau ra đĩa, rưới từ từ hỗn hợp dấm đã pha, thêm vài thìa dầu ăn, trộn thật nhẹ tay.
- Cuối cùng thêm ít vừng rang chín.

# Đậm đà món thịt, nấm kho tàu

Mùa hè, trong bữa cơm mà có rau luộc, nước canh đậm sấu với thịt kho tàu thì thật là ngon miệng, đưa cơm.



## Nguyên liệu:

**Thịt ba chỉ hoặc thịt chân giò: 400gr; Nấm: 400gr; Hạt tiêu hột, giã dập: 1/3 thìa cà phê; Ớt cay: 1-2 quả; Tỏi: 2-3 nhánh tỏi, đập dập, băm nhỏ; Đường: 1 thìa canh; Xì dầu: 1-2 thìa canh; Mắm, muối, mì chính;**

## Cách làm:

- Thịt thái thành các miếng vuông vừa ăn.
- Hạt tiêu giã dập.
- Giã tỏi, thái ớt.
- Trộn đều hạt tiêu, tỏi, ớt với thịt, thêm xì dầu, gia vị và để một lúc cho ngấm.
- Thái nấm thành các miếng vừa ăn. Thông thường thì nấm rơm là ổn, còn nếu bạn tìm hoặc mua được nấm porcini hoặc chanterelle thì món ăn sẽ rất tuyệt. Ngoài ra, bạn có thể cho thêm mộc nhĩ, ăn cũng hay mà lại tốt để phòng và trị bệnh máu mỡ.
- Đun nồi thật nóng rồi cho đường vào, đảo nhanh tay vì đường rất dễ bị cháy. Khi thấy khói bốc lên và nước hàng chuyển màu cánh gián sậm thì cho thịt vào đảo. Nếu bạn thấy phần nguyên liệu bị khô quá thì cho một chút nước, đảo cho đến khi thịt ra nước, săn lại thì cho nấm vào đảo cùng.

**Khi làm nước hàng, nếu sợ nhanh cháy quá bạn có thể cho đường và thêm một chút nước từ lúc nồi còn chưa nóng rồi đảo từ từ cho đến khi chuyển màu cánh gián.**

**- Đảo thêm một lúc, nêm vừa mắm muối rồi cho nước xấp, đun sôi, hớt bọt, nêm nếm lại một lần nữa rồi vặn nhỏ lửa, đun liu riu trong vòng 45 phút đến một tiếng rưỡi. Muốn thịt mềm, nhừ, bạn có thể đun lâu hơn.**

**- Khi thấy nước trong nồi cạn sánh, thịt ngấm mềm, nấm giòn và đậm đà thì bạn tắt bếp.**

**- Múc thịt, nấm ra đĩa và ăn cùng cơm nóng, rau luộc, dưa chua hoặc là ăn với xôi.**

**Thông thường, thịt hay được kho với trứng luộc, nhưng lần này, bạn hãy thử kho với nấm nhé! Nấm là nguyên liệu rất giàu chất vi lượng, được biết đến với tác dụng tăng sức đề kháng của cơ thể, giảm nguy cơ tim mạch, chống lão hoá. Nấm khi kho lâu, ra nước, săn lại, ăn sẽ giòn và đậm đà hơn.**

# Đùi gà nấu kiểu Philippines siêu ngon

Món ăn mang hương vị rất riêng và đặc trưng khiến bạn khó có thể chối từ.



## Nguyên liệu:

6 đùi gà còn nguyên xương và da

*Làm nước xốt:* 1 chén nước; ½ chén xì dầu; ½ chén dấm táo; 3 tép tỏi lớn, thái lát; Hạt tiêu đen.

## Cách làm:

Bước 1: Rửa đùi gà dưới vòi nước và thấm khô bằng khăn giấy (paper towel) để thấm khô thịt. Cho tất cả các nguyên liệu làm nước xốt và một cái nồi (đảm bảo nồi đủ to để lúc cho thịt gà vào, không phải xếp chồng miếng nọ lên miếng kia).

Bước 2: Đun sôi nước xốt với ngọn lửa lớn.

Bước 3: Tiếp tục cho thịt vào và đập vung, đun sôi ở ngọn lửa vừa phải, trong 30 phút.

Bước 4: Lật các miếng thịt gà lại.

Bước 5: Vớt thịt ra, xếp vào khay của lò nướng, đặt khay cách nguồn nhiệt khoảng 10 – 13 cm và nướng trong vòng 3 – 4 phút (cẩn thận để tránh gà bị cháy).

Bước 6: Đun nồi nước xốt tới khi nó trở nên sền sệt, cẩn thận không bị cháy nồi.

Bước 7: Cho thịt gà ra đĩa. Nước xốt để vào một cái bát nhỏ. Trước khi thưởng thức món thịt gà nấu kiểu Philippines này, bạn hãy rưới nước xốt lên trên.

Chúc bạn thành công và ngon miệng!

# **Dưa chuột xào tía tô - món lạ xua tan mệt mỏi**

Hương vị độc đáo, cảm giác giòn ngọt nơi đầu lưỡi và giá thành cực rẻ... bạn nên thử ngay món lạ này, vừa có tác dụng giải nhiệt vừa xua tan hết những mệt mỏi do thời tiết.



**Nguyên liệu:**

**400g dưa chuột; 1 nắm lá tía tô, tỏi, ớt, các gia vị.**

**Cách làm:**

- Dưa chuột ngâm với nước muối, giữ nguyên vỏ khi chế biến
- Rau tía tô nhặt, rửa sạch, cắt nhỏ
- Cắt dưa chuột thành từng miếng tròn, dày chừng 0,5cm
- Phi thơm tỏi và ít ớt (để nguyên cả quả) cho thơm, tiếp tục cho lá tía tô vào đảo đều.
- Tiếp đến cho dưa chuột, nêm ít gia vị, vài giọt nước tương đậu nành, đảo nhẹ tay và tắt bếp.

**Mách nhỏ:**

- Dưa chuột sau khi cắt lát mỏng, có thể ngâm qua nước muối và đá lạnh để giữ nguyên màu xanh
- Cho ít nước tương đậm nành, món ăn thơm ngon hơn.

# Thịt nướng cay kiểu Hàn

Jeyuk-gui - thịt nướng cay là món thịt lợn ướp xốt tương ớt rồi nướng trên lò theo kiểu của người Hàn Quốc.



## Nguyên liệu:

550g thịt lợn nạc; Gia vị (1) gồm: 1/2 muỗng canh nước ép gừng, 1 muỗng canh rượu gạo nguyên chất; Gia vị (2) gồm: 3 muỗng canh nước tương, 1 muỗng canh xốt tương ớt, 2 muỗng canh ớt bột, 2 muỗng canh đường, 1 muỗng canh rượu gạo nguyên chất, 2 muỗng canh hành baro thái nhuyễn, 1 muỗng canh tỏi băm, một chút tiêu xay, 2 muỗng canh dầu mè, 1 muỗng canh dầu ăn, 50 g rau diếp.

## Cách làm:

- Làm sạch tiết lợn bằng vải cotton, cắt thành miếng rộng 6cm, dài 4cm, dày 0,4cm. Dán nhiều đường dao lên hai mặt thịt.
- Trộn gia vị (1) và (2).
- Cho gia vị (1) vào thịt, ướp 10 phút.
- Cho 2/3 gia vị (2) vào, dùng tay trộn đều để thịt ngấm gia vị, ướp thêm 30 phút nữa.
- Làm nóng vỉ đã thoa dầu. Nướng với nhiệt độ cao cách lò 15cm, mỗi mặt thịt nướng 3 phút.

- Nướng 3 phút nữa sau khi đã nhúng lại vào gia vị, cẩn thận không để thịt bị cháy.
- Xếp rau diếp ra đĩa rồi cho thịt lên.

# Bầu chần chấm với tôm kho

Là một món ăn quen thuộc của người miền Trung, bầu chần sơ chấm với tôm kho cùng với mắm ruốc và gia vị, đơn giản thế thôi nhưng rất ngon miệng.



*Nguyên liệu:*

*1 quả bầu vừa ăn; 1 thìa nhỏ mắm ruốc, nếu thích dùng nhiều ruốc bạn tăng lượng mắm ruốc lên; 100g tôm, gia giảm theo sở thích; Nước mắm, muối, ớt bột, đường hoặc bột ngọt; Hành khô và hành lá.*

*Cách làm:*

- Quả bầu gọt vỏ, rửa sạch, thái lát vừa ăn.
- Đun một nồi nước sôi, chần sơ bầu qua nước sôi, vớt bầu ra ngay, không nên đun lâu bầu sẽ không giòn.
- Mắm ruốc đổ ra bát, hòa tan một ít nước lọc vào bát, dùng thìa khuấy để mắm ruốc tan, để khoảng 15 phút cho mắm ruốc lắng bớt cát.
- Tôm bóc nõn, rút chỉ đen, rửa sạch giã thô tôm, giữ lại gạch tôm (nếu có).
- Đun nóng hai thìa nhỏ dầu ăn, phi hành khô thơm, đổ tôm vào xào chín.
- Đổ từ từ nước mắm ruốc đã hòa tan với nước lạnh vào nồi, đổ bỏ hết cát ở mắm ruốc (nếu có), đun sôi, nêm vào hai thìa nhỏ nước mắm, nửa thìa nhỏ muối, một thìa nhỏ

*đường hoặc nửa thìa nhỏ bột ngọt, ớt bột, nêm phần gia vị tôm kho hơi mặn mặn để chấm kèm với bầu.*

*- Đun sôi một lần nữa, nêm lại tùy theo khẩu vị của bạn. Tắt bếp, rắc hành lá thái nhỏ vào nồi, múc ra bát, chấm kèm với bầu.*

# Thịt ba chỉ rang xì dầu

Thịt rang xì dầu là món ăn ngon, dễ làm mà gia đình mình rất thích, các bạn thử làm để đổi món cho bữa cơm chiều nhé.



## Nguyên liệu:

**400g thịt ba chỉ; 2 củ hành khô; ½ bát xì dầu (đong bằng bát nhỏ đựng nước chấm); Hành tươi (lấy cả phần gốc và dọc hành); 2 thìa canh dầu hào; Dầu ăn.**

## Cách làm:

**Thịt ba chỉ rửa sạch, thái mỏng khoảng 0.3cm. Hành khô bóc vỏ, thái mỏng. Hành tươi thái nhỏ.**

**Làm nóng dầu ăn, cho hành khô vào phi thơm. Để lửa lớn, cho thịt vào đảo đều.**

**Đảo đến khi thịt săn lại và bắt đầu ra mỡ thì bạn trút xì dầu vào đảo cùng cho thịt ngấm đều.**

**Tiếp tục thêm dầu hào, rang thêm khoảng 5 phút.**

**Trút hành tươi vào nồi thịt, đảo đều. Món thịt sẽ càng ngon khi bạn cho thật nhiều phần đầu hành trắng nhé!**

**Tắt bếp, lấy thịt ra đĩa ăn với cơm nóng rất ngon.**

# Tôm kho thịt kiểu Huế - cay mà ngon

Còn có một tên gọi khác là tôm kho đánh Huế - món ăn này được nhiều người ưa thích bởi vị cay nồng đậm đà đặc trưng của ẩm thực đất Cố Đô.



**Nguyên liệu:**

**300g tôm tươi; 100g thịt ba chỉ; Hành lá, tỏi; Ớt bột, dầu ăn, nước mắm, muối, tiêu đường; Mắm tôm Huế; Ớt sừng tươi.**

**Cách làm:**

**Thịt rửa sạch, thái sợi hoặc miếng mỏng, nhỏ rồi ướp với nước mắm, muối, tiêu, đường, mắm tôm Huế để khoảng 30 phút cho ngấm. Đối với món tôm khô đánh, bạn lưu ý nên sử dụng đúng loại mắm tôm Huế để giữ đúng hương vị món ăn.**

**Tôm rửa sạch, bỏ đầu đuôi. Thông thường khi làm món này, các O Huế sẽ lột vỏ tôm theo kiểu bắc cầu nghĩa là lột vỏ 1 đoạn, chừa lại 1 đoạn. Mình không rõ tại sao nhưng các O giải thích rằng như vậy tôm sẽ đẹp hơn. Ướp tôm với chút đường, mắm tôm, nước mắm.**

**Hành lá cắt làm đôi, phần đầu trắng cắt khúc đập dập, phần lá xanh cắt nhỏ. Tỏi băm nhỏ. Ớt giã dập.**

**Làm nóng dầu ăn trong chảo, cho tỏi băm vào phi thơm.**

**Đổ thịt vào xào trên lửa vừa cho thịt săn lại...**

**... thì bạn thêm tôm vào xào cùng khoảng 3 phút, nêm nước mắm và một ít đường. Cho nước sôi xâm xấp mặt thịt, đun sôi trở lại trong khoảng 5 phút. Cuối cùng bạn cho tiêu, hành lá, ớt bột và ớt giã đập vào chảo cùng và nêm nếm lại lần cuối rồi tắt bếp.**

**Lấy tôm thịt ra bát/đĩa, dùng với cơm nóng rất ngon.**

**Ngoài ra, có một cách biến tấu khác khi nấu món tôm kho đánh này là bạn băm nhỏ thịt, tôm cắt hạt lựu, cách nêm nếm và kho cũng giống như ở trên. Cách nấu như vậy rất hợp dùng làm nước chấm cho các món rau luộc.**

**Vào những ngày trời lạnh, còn gì ấm áp hơn khi cả gia đình cùng quây quần bên mâm cơm để thưởng thức món ăn này. Vị cay nồng của ớt, đậm đà của mắm tôm như thấm vào từng gắp thức ăn. Bạn hãy thử thực hiện món này để cảm nhận nét tinh tế, độc đáo của ẩm thực đất Cổ Đô nhé!**

# Bí quyết làm thịt ba chỉ xiu thơm ngon

Dù bạn có ngán thịt sau những ngày nghỉ Tết dài, nhưng với món thịt xiu này bạn chắc chắn khó lòng chối từ.



## Nguyên liệu:

1 miếng thịt ba chỉ; Chút đường phèn, nước sốt đậu nành, xì dầu và 50ml nước lọc.

## Cách làm:

- Thịt để nguyên khối, bạn có thể chọn thịt vai thay cho thịt ba chỉ nếu thích.
- Rửa thịt dưới vòi nước để sạch chất bẩn.
- Đường phèn đập thật nhỏ.
- Cho thịt vào âu to, ướp lần lượt với nước lọc, đến nước sốt đậu nành, xì dầu và cuối cùng là đường phèn. Thời gian ướp là 1 tiếng.
- Để lửa liu riu, nhỏ nhất có thể, cho thịt và các gia vị đã ướp vào nồi rồi đặt lên bếp. Nhớ đậy nắp để giữ hơi, món thịt sẽ chín nhừ và thơm hơn.



**Mách nhỏ:**

- Cách chế biến này không dùng đến dầu ăn, món thịt có độ mềm, béo mà không ngán.
- Nước sốt đậu nành và đường phèn là những gia vị làm nên hương vị của món thịt.
- Ngoài ăn với cơm nóng, bạn có thể dùng rau xà lách để cuốn thịt.

# Cá xốt cà giảo dị mà đưa cơm

Cá xốt cà là món ăn đơn giản, thêm một chén canh rau nhỏ là đủ dinh dưỡng cho bữa tối.



**Nguyên liệu:**

**1 con cá chim; 2-3 quả cà chua chín; Hành lá, nước mắm, đường, muối; Tỏi, vài cọng rau mùi.**

**Cách làm:**

**Cá đánh vẩy sạch, dùng dao khứa 3 đến 4 đường trên thân cá. Ướp vào thân cá ít muối, tiêu, để cá ngấm trong vòng 30 phút.**

**Cà chua rửa sạch, thái thành từng miếng nhỏ. Không cần băm nát cà chua vì khi đun nấu cà sẽ mềm.**

**Đun nóng dầu ăn trong chảo, thả cá vào chiên sơ, lật hai phía thân cá để cá chín đều rồi vớt ra đĩa có lót giấy thấm dầu.**

**Dùng chảo đã rán cá, phi tỏi thơm, đổ cà chua vào xào chín, nêm với chút muối cho cà mau mềm.**

**Cà mềm, nhuyển bạn thả cá vào, châm vào ít nước sôi, đậy nắp lại đun tầm 10 phút thì mở nắp ra nêm với nước mắm, đường tùy khẩu vị. Đun đến lúc nào còn ít nước, cà sánh lại thì tắt bếp rắc chút tiêu lên bề mặt cá.**

**Múc cá ra đĩa, phía bên trên trang trí vài cọng rau mùi.**

# Thịt nướng ngũ vị thơm lòng hấp dẫn

Thịt nướng ngũ vị là món mặn đơn giản, làm nhanh và với những nguyên liệu phổ biến lại rất rẻ nhưng mùi vị thơm ngon của nó thì không ai có thể chối từ.



## Nguyên liệu:

300g thịt ba rọi; Ngũ vị hương; Mật ong; Hành củ; Dầu hào.

## Cách làm:

Thịt ba rọi rửa sạch, để ráo, cắt miếng dài.

Hành tím giã dập.

Cho vào tô 2 muỗng café mật ong, 2 muỗng café dầu hào cùng hành tím, trộn đều và để 10 phút.

Sau 10 phút bạn thêm 1 muỗng café ngũ vị hương vào và trộn đều.

Cho thịt vào tô ướp khoảng 30 phút hoặc nếu để qua đêm thì càng ngon.

Nướng thịt trong lò 30 phút ở 200°C hoặc nếu không có lò nướng thì bạn có thể chiên thịt cũng vẫn rất ngon nhé!

Thịt chín, cắt miếng mỏng vừa ăn, bày lên đĩa ăn với cơm hay bún kèm rau sống chấm nước mắm chua ngọt đều ngon.

# Canh thịt gà khổ qua

Bạn hãy thử kết hợp thịt gà, khổ qua, cà rốt, nấm để có một nồi canh mang hương vị mới thơm ngon hơn theo công thức dưới đây.



**Nguyên liệu:**

**250g đùi gà; 150g khổ qua; 1 củ cà rốt; 5 cái nấm đông cô; 4 chén nước; Gia vị: nước mắm, muối, bột nêm, bột ngọt, tiêu, hành, ngò.**

**Thực hiện:**

**Thịt gà chặt miếng vừa ăn, ướp chút gia vị nước mắm, muối, bột nêm, tiêu cho thấm.**

**Khổ qua bỏ ruột, cà rốt gọt vỏ, cắt khúc. Nấm ngâm nước nở mềm.**

**Phi thơm hành cho thịt gà vào xào săn, cho nước vào nấu sôi, thêm cà rốt vào vặn nhỏ lửa khoảng 15 phút sau mới cho khổ qua, nấm vào ninh thêm 5 phút nữa, nêm nếm gia vị cho vừa miệng ăn.**

**Múc canh ra tô, rắc hành lá, ngò cắt nhỏ lên trên, ăn nóng.**

# Cải rổ xốt dầu hào

Nước xốt sền sệt rưới lên đĩa rau xanh đẹp mắt giúp bữa cơm nhà bạn thêm ngon miệng.



## Nguyên liệu:

500g cải rổ, 3 - 4 tép tỏi, muối, đường, dầu ăn; Nước sốt: 1 muỗng canh dầu hào, 1 muỗng canh nước tương, 2 muỗng nhỏ đường, 2 muỗng nhỏ nước, 1 muỗng nhỏ dầu mè thơm.

## Cách làm:

- Cải rổ mua về tước bỏ vỏ phần cuống cải, sau đó để cả cây rửa sạch.
- Đun sôi một nồi nước rồi cho vào nồi 1/2 muỗng nhỏ muối, 1 muỗng nhỏ đường, 2 muỗng nhỏ dầu ăn.
- Khi nước sôi thì cho cải vào luộc khoảng 3 - 4 phút là cải chín. Vớt cải sang một thau nước đá lạnh để giữ cho màu cải được xanh.
- Khi cải nguội thì vớt cải ra rổ để cho thật ráo nước rồi xếp ra đĩa, có thể cắt cải làm 2 - 3 khúc cho dễ gấp.
- Tỏi bóc vỏ băm nhỏ. Cho chảo nhỏ lên bếp, cho chút dầu ăn vào đun nóng rồi cho tỏi vào phi vàng, sau đó cho toàn bộ phần nguyên liệu nước xốt vào đun sôi và khuấy đều.
- Nêm nếm lại cho vừa ăn rồi rót toàn bộ phần nước xốt này lên đĩa cải.

Lưu ý là cải sau khi ngâm nước đá sẽ bị nguội lạnh nên trước khi rưới nước xốt lên các bạn có thể cho đĩa cải vào lò vi sóng hay nồi hấp để hâm lại một chút cho nóng.

# Nộm sứa lấy lại cảm giác ngon miệng sau Tết

Còn vài túi sứa trữ từ trong Tết, thêm vài quả dưa chuột, bạn có ngay món nộm mát lạnh, nhiều nước, ăn chống ngấy và lấy lại hứng thú ăn uống sau khi "chén" nhiều thịt cá, bánh chưng...



**Nguyên liệu:**

**2 túi sứa, 2 quả dưa chuột; 1 củ tỏi, đường, muối, hạt tiêu, dầu mè...**

**Cách làm:**

**- Sứa cho riêng ra bát.**

**- Lấy 1 quả dưa chuột thái chỉ. Nếu lựa phải quả dưa chuột hơi già thì nên bỏ hạt. Một quả dưa chuột thái miếng vát để trang trí.**

**- Tỏi bóc vỏ băm thật nhuyễn.**

**- Cho ít nước lên bếp, đun sôi, sau đó nhúng sứa vào nước sôi chừng 10 giây rồi vẩy ráo nước. Khâu này bạn phải làm thật nhanh tay, nếu để lâu quá sứa sẽ bị cứng.**

**- Cho sứa vào bát to, cho dưa chuột thái chỉ, tỏi băm, ít dấm, đường, gia vị, hạt tiêu, ớt băm, dầu mè rồi trộn thật đều để các nguyên liệu ngấm gia vị. Cuối cùng là ít rau thơm và lạc rang nếu thích.**

**- Trút món nộm sứa ra đĩa, trang trí bằng dưa chuột đã thái vát.**

# Nóng hổi thịt lợn xốt tương

Món thịt xốt này ăn với cơm nóng thì còn gì bằng. Cùng thử nhé các bạn! Món thịt xốt này chắc chắn sẽ làm bạn hài lòng đấy!



## 1. Nguyên liệu

2 chén thịt lợn thăn; 1 muống canh tỏi và gừng băm nhỏ; 1 muống canh dầu ô liu; 1 muống canh dầu mè; ½ chén nước tương; 4 muống canh đường; 1 chén nước; 1 muống canh nước mắm tỏi ớt; 2 nhánh hành hoa xắt nhỏ.

## 2. Chế biến

Cắt thịt thành những miếng nhỏ vừa ăn, cho vào chảo xào cùng dầu thực vật khoảng 3 phút, cho đến khi thịt không còn màu hồng nữa.

Trong bát vừa, kết hợp các thành phần gia vị còn lại, đổ thịt lợn đã xào qua vào bát, cho vào nồi và đun sôi. Sau khi thịt sôi, hạ nhiệt và đun trong vòng 30 phút nữa hoặc cho đến khi nước sốt chỉ còn lại tầm 3 muống canh là được.

Khuấy đều thịt trong nước sốt để đảm bảo chúng ngấm gia vị.

Múc thịt ra bát, có thể rắc ít hành lá lên trên nếu muốn. Ăn với cơm trắng khi còn nóng sẽ rất ngon đấy.

# Đậu hũ xào ớt

Chỉ cần thêm một chút gia vị là bạn đã có thể biến đậu hũ thành món ngon cho bữa cơm gia đình.



**Nguyên liệu:**

**2 miếng đậu hũ (khoảng 150g); 2 trái ớt đỏ xắt nhỏ; ½ muỗng cà phê bột dinh hương; 1 muỗng canh tỏi băm; 5 muỗng canh nước tương; 1 muỗng canh dầu đậu nành; Gia vị: muối, nước mắm, bột ngọt, đường, hành lá.**

**Thực hiện:**

**Đậu hũ cắt miếng vuông vừa ăn, chiên vàng. Vớt ra để ráo dầu.**

**Phi thơm tỏi với dầu đậu nành, cho ớt vào xào quăn lên, thêm nước tương, bột dinh hương, đậu hũ đảo đều cho thấm, nêm chút muối, nước mắm, bột ngọt, đường cho đậm đà. Trước khi tắt bếp rắc hành lá cắt nhỏ lên trên.**

**Múc đậu hũ lên đĩa, ăn nóng.**

# Ngao xào thịt băm

Mời các bạn cùng thử một món ăn cùng cơm để làm mà ngon.



## Nguyên liệu:

300g thịt ngao, 200g thịt lợn băm; Hai củ hành tím, nước mắm, tiêu, dầu ăn.

## Cách làm:

- Nếu mua được ngao tươi thì các bạn rửa sạch rồi hấp vừa chín tới, ngao mở miệng thì gỡ lấy thịt. Nếu dùng ngao đông lạnh, loại đã hấp chín rồi, rã đông và rửa sơ lại cho sạch, chặt bỏ bớt nước.
- Hành củ bóc vỏ, rửa sạch và cắt lát mỏng.
- Cho 1 thìa canh dầu vào chảo, đun nóng với lửa cao vừa, tiếp theo cho hành củ vào phi thơm, rồi cho thịt lợn băm vào xào cho chín tới, nêm vào thịt nước mắm ngon. Cho ngao vào đảo đều khoảng 1-2 phút, nêm nếm lại cho vừa ăn rồi tắt bếp, rắc tiêu vào rồi trộn đều.
- Lưu ý: Vì thịt ngao đã được làm chín trước nên khi cho ngao vào xào chỉ xào rất nhanh khoảng 1-2 phút là được, tránh xào lâu ngao sẽ bị dai mất ngon.

### 3 món ngon từ thịt heo

Thịt heo thường được chế biến thành nhiều món ăn đa dạng, kết hợp với các gia vị. Thịt heo cũng dễ chế biến với nhiều loại rau lá. Sau đây là 3 món heo dễ làm và ăn rất ngon.



*Cháo lòng.*

#### **Cháo lòng thả**

Trước khi mổ heo, cho một ít gạo vào nước nấu sẵn một nồi, gạo chỉ nở lúp búp. Một củ gừng lúi dưới tro lấy ra rửa sạch, đập dập bỏ vào nồi. Heo vừa mổ xong, lấy huyết ứ dọc theo xương sống đổ vào nồi. Lòng heo mỗi thứ lấy một ít, xắt ra, trộn chung, ướp hành tiêu nước mắm. Thơm ngon ấn tượng nhất là món phèo. Người làm heo phải biết bắt phèo đúng điệu. Bắt phèo đúng điệu không chỉ là lấy đúng giới hạn của ruột non mà còn giữ không làm vỡ những mạch máu nhỏ gấp trong thành ruột, những mạch máu này mà bị vỡ thì phèo không còn thơm ngon nữa.

Tất cả phèo và lòng “thả” vào nồi, khoảng 5 phút sau nhắc nồi cháo xuống, vớt bộ phèo ra xắt thành từng đoạn cho vào đĩa. Cháo lòng thả ăn thêm với rau húng lủi, hành ta và ngò rí. Nước chấm cho món phèo làm giống như nước chấm thịt luộc sẽ nói sau đây.

#### **Heo luộc khử mỡ**

Thực ra thịt heo mà lấy mỡ đi thì ăn không tốt. Vì vậy, “khử mỡ” ở đây là làm vô hiệu hóa những “thặng dư” để khi ăn vào không thấy ngán hoặc không gây óc ách. Có nhiều cách luộc khử mỡ, ở đây xin giới thiệu cách dễ thực hiện nhất:

- Thịt heo (bất cứ bộ phận nào, nhưng thịt luộc ngon nhất là thịt ba chỉ ở bụng) rửa sạch (rửa ngay sau khi mua về, không rửa trước khi luộc), cho vào nồi nước lã.

- Ớt chín nguyên trái (khoảng 5-10 trái ớt xiêm cho 1 kg thịt) ngâm vào nước sôi cho trái ớt mềm, đổ bỏ nước, lấy muống chà trái ớt cho dập nát, cho nước vào lọc bỏ xác và hạt, chỉ lấy nước ớt.

- Ế ta, nhỏ cả cây, rửa sạch. Vài trái chuối chát để nguyên trái, một ít nước vo gạo nếp.

- Tất cả cho vào nồi thịt, luộc chín. Lưu ý thịt luộc vớt ra không nhúng vào nước lạnh nhưng để ráo trên lá chuối (lá chuối phải hơi nóng rồi mới rửa hoặc lau khô). Thịt xắt xong cũng để vào lá chuối trước khi cho vào đĩa. Luộc thịt kiểu này khử được 90% chất béo gây ngán. Lá chuối khiến thịt thơm ngon hơn.

Nước chấm: ngò rí (nguyên cây, cả rễ), tỏi, hơ trên lửa cho thật nóng, giã nhuyễn cho vào nước mắm ngon. Cho thêm một ít nước ớt và nước cam giấy.

### **Heo hầm**

Khoai sọ (gọt vỏ), khoai lang (không gọt), đậu xanh, nếp, hạnh nhân đập dập bỏ vào nồi ninh nhừ. Cho thịt tươi (ở bất cứ bộ phận nào, tốt nhất có chân giò, xương) bỏ vào nồi chung. Khi thịt chín mềm, vớt ra ngâm trong rượu nếp nguyên chất. Ngâm khoảng từ 30-60 phút lấy ra cho lại vào nồi, thêm hoa đinh hương, hảo nhục quế (loại vỏ quế dày) vào, tiếp tục ninh. Nêm mắm muối cho vừa ăn.

*Theo Thanh niên*

## 4 món ngon từ cải xoong

Ngoài món xào quen thuộc, bạn có thể chế biến nhiều món khác từ cải xoong, vừa dễ vừa cực ngon.

Dưới đây là một số cách chế biến loại rau này.

### **Xào**



Đơn giản nhất là xào tỏi: Phi thơm tỏi với dầu ăn với ngọn lửa lớn rồi cho cải xoong vào xào nhanh, nêm gia vị và nhắc xuống. Lưu ý không để lâu, rau sẽ tóp lại và dai.

Bạn có thể xào cải xoong với thịt bò. Nên xào riêng từng thứ với tỏi, xào tái rồi trộn lại với nhau.

Cầu kỳ hơn, bạn hãy xào nhanh thịt bò cùng hành tây, múc ra. Cải xoong chần qua nước sôi. Phi thơm hành, tắt bếp, cho giấm, đường, muối, vào trộn làm nước sốt. Bày cải xoong, lên đĩa, xếp thịt bò xào lên trên rồi rưới nước sốt, bạn sẽ có một món trộn thật ngon.

### **Làm nộm, salad**

Để làm món salad lạ miệng và giàu vitamin, khoáng chất, bạn trộn cải xoong với cà chua thái lát mỏng, một ít rau mùi, kinh giới, vài thìa dầu thực vật (dầu ô liu càng tốt), giấm, đường, nước mắm, tỏi, ớt...

Nếu thêm chút lạc rang giã, bạn sẽ có món nộm thật ngon.

## Nấu canh



Canh cải xoong cực kỳ ngon và mát, cách nấu cực đơn giản. Bạn đun sôi nước, cho ít thịt băm (bò hoặc lợn) vào đun mấy phút, nêm gia vị rồi cho cải xoong vào. Nước sôi lại thì nhắc xuống. Thậm chí nếu không có thịt, bạn vẫn có thể nấu bát canh ngon chỉ với cải xoong, nước và bột nêm.

Nếu cầu kỳ hơn, bạn vo thịt băm ướp gia vị thành viên, (hoặc trộn thịt băm với giò sống rồi viên lại), thả vào nồi nước sôi ít phút trước khi thả rau vào.

## Làm lẩu

Cải xoong là loại rau cực kỳ thích hợp với món lẩu bởi nó vừa giòn, ngọt, vừa có hương vị lạ, chống ngán, lại rất nhanh chín, nhúng vào một chút là ăn được ngay. Tính mát của cải xoong lại giúp điều hòa cơ thể khi bạn ăn quá nhiều gia vị nóng và nhận nhiều năng lượng từ nồi lẩu.

*Theo Báo Đất Việt*

# Ngồng tỏi xào bắp bò

Ngồng tỏi giòn giòn, hơi hăng cay kết hợp với bắp bò giòn, ngọt là sự kết hợp hài hòa, món ăn tuy không mới nhưng cũng là một gợi ý thú vị để bạn có thể đổi món cho gia đình trong bữa cơm chiều.



## Nguyên liệu

**200g ngồng tỏi; 200g thịt bò bắp; 2 củ tỏi; 2 thìa canh dầu hào; Gia vị, dầu ăn.**

## Cách làm

**Ngồng tỏi rửa sạch, cắt khúc khoảng 6cm. Đoạn nào quá già bạn có thể tước bỏ xơ.**

**Bắp bò thái mỏng, ướp với gia vị và 1 thìa dầu ăn trong vòng 15 phút.**

**Chần qua ngồng tỏi với nước sôi.**

**Tỏi bóc vỏ, đập dập.**

**Làm nóng dầu trên bếp với lửa to, cho tỏi vào phi vàng.**

**Tiếp đó bạn cho thịt bò vào, xào tái rồi múc ra để riêng.**

**Tiếp tục cho ngồng tỏi vào xào trên chảo vừa dùng để xào thịt bò.**

**Thêm dầu hào và gia vị cho vừa miệng.**

**Khi ngồng tỏi chín tới bạn cho thịt bò đã xào vào đảo đều, nêm nếm lại rồi tắt bếp.**

**Lấy thịt bò xào ngồng tỏi ra đĩa, dùng nóng.**

# Chả cá kho tiêu thơm lừng

Ngoài món chả cá rán, bạn còn có thể chế biến thêm món kho tiêu từ các loại chả cá.



## Nguyên liệu

300g chả cá; Gia vị: 2 muỗng canh mắm, 1 muỗng nhỏ bột nêm, tiêu xay, 1 muỗng nhỏ dầu ăn, 1 muỗng nhỏ nước hàng (nước màu đường), ít đường, 100 ml nước sôi, ít dầu hành trắng cắt khúc.

## Cách làm

- Chả cá cắt miếng vừa ăn cho vào bát, cho hết gia vị vào, trộn đều để 30 phút cho chả cá ngấm gia vị.
- Cho chả cá đã ướp vào nồi, kho với lửa nhỏ, khoảng 10 phút sau nêm nếm lại lần nữa và kho đến khi thấy hơi cạn nước thì tắt bếp. Rắc thêm chút tiêu là xong.

# Sườn nấu dưa chua ấm lòng ngày lạnh

Trời lạnh thế này mà được bát canh sườn dưa chua nóng hổi thì còn gì bằng. Món sườn nấu chua này vừa ngon, vừa rẻ lại dễ làm. Cùng thưởng thức vào ngày cuối tuần này bạn nhé!



## 1. Nguyên liệu:

Dưa chua (tự làm hoặc mua ngoài hàng); 200g sườn; 2 quả cà chua; Hành hoa; Lạc; Mắm; 2 thìa cà phê đường; Thì là thái nhỏ.

## 2. Chế biến

Chuẩn bị nồi nước, cho sườn vào sao cho ngập sườn, ninh trong vòng 15-20 phút. Khi gần hết thời gian, dùng muối vớt phần bọt nổi bên trên.

Dưa chua rửa qua nước nếu quá chua. Cho dầu ăn vào chảo, hành thái nhỏ cho vào phi thơm. Cà chua xắt miếng cho vào xào cùng khi hành đã thơm. Nêm chút mắm, 2 thìa cà phê đường. Lạc cho vào xào cùng với cà khoảng 5 phút cho ngấm đều gia vị.

Cuối cùng, đổ nước và sườn vào nấu cùng hỗn hợp cà chua, lạc cho sôi, tầm 10 phút. Cho dưa vào cuối cùng, tầm 5 phút cuối. Khi bắc món ăn ra, rắc hành hoa, thì là thái nhỏ lên trên.

Ăn khi còn nóng cùng với cơm trắng thì còn gì bằng khi tiết trời giá rét thế này. Chúc các bạn thành công và ngon miệng nhé!

# Bò xào tỏi tây - nhanh mà ngon

Vào tiết trời lạnh giá của những ngày cuối năm, còn gì hơn một đĩa thịt bò xào tỏi tây thơm lừng ấm áp ăn cùng cơm nóng phải không bạn?



**Nguyên liệu:**

**200 gr thịt bò mềm; 2 cây tỏi tây (miền Nam gọi là boa-rô); Tỏi; Nước mắm, bột ngọt, đường.**

**Cách làm:**

**Thịt bò lựa loại thật mềm. Cắt thịt mỏng theo thớ ngang, bản vừa bằng 2 ngón tay. Mình thường cắt thịt vào tủ đông lạnh cho thịt hơi cứng lại thì cắt mỏng sẽ dễ hơn. Ướp thịt với chút nước mắm ngon, bột ngọt, dầu ăn.**

**Tỏi tây rửa sạch, cắt khúc 5cm, dọc để riêng, chẻ đôi, lá cắt ngắn. Tỏi băm nhuyễn.**

**Làm nóng chảo với nhiều dầu ăn, cho thịt bò vào chao qua dầu thật nhanh rồi vớt ra, ép hết dầu.**

**Tiếp tục làm nóng dầu trong chảo, phi tỏi cho thơm.**

**Xào sơ dọc tỏi tây.**

**Cho thịt bò vào chảo nhanh, nêm gia vị vừa ăn.**

**Cuối cùng mới cho lá tỏi tây vào, đảo sơ rồi tắt bếp; lấy ra đĩa dùng nóng với cơm.**

**Cây tỏi tây còn được mọi người biết tới như một vị thuốc hay do chứa nhiều vitamin C, E, tăng sức đề kháng. Vào tiết trời lạnh giá của những ngày cuối năm, còn gì hơn một đĩa thịt bò xào tỏi tây thơm lừng ấm áp ăn cùng cơm nóng phải không bạn?**

# Tôm cuộn khoai tây chiên

Món tôm cuộn khoai tây chiên đem lại hương vị mới cho bữa ăn.



**Nguyên liệu: (cho 2 người ăn)**

5 con tôm; 1 củ khoai tây; Gia vị: bột năng, hành.

## **Thực hiện:**

Khoai tây chọn củ lớn thon dài, gọt vỏ, rửa sạch, cắt sợi, ngâm nước muối cho mềm.

Tôm bóc vỏ, giữ lại phần đuôi.

Bột năng trộn chung với hành lá, bột nêm, tiêu. Nhúng tôm vào bột sao cho tôm dính một lớp áo bột.

Dùng sợi khoai tây cuộn tôm lại cho tròn, lăn qua bột lần nữa.

Chiên tôm vàng giòn, vớt ra để ráo dầu, xếp lên đĩa, chấm với tương cà, tương ớt.

# Sườn ram mặn

Món sườn ram thích hợp để ăn với cơm trắng và dưa leo, rau luộc ngày đông lạnh.



## Nguyên liệu

- 300g sườn

- Gia vị gồm nước màu đường (nước hàng), 1 muỗng nhỏ dầu ăn, 1 muỗng nhỏ bột nêm, 3 muỗng canh mắm, 1 muỗng nhỏ đường, 1/2 muỗng nhỏ tiêu xay.

## Cách làm

- Sườn chặt miếng vừa ăn cho vào nồi, cho tất cả gia vị vào ướp, để 30 phút cho sườn ngấm gia vị.

- Bắp nồi sườn đã ướp lên bếp kho lửa vừa chừng 5 phút thì bạn cho thêm 1 ít nước sôi và hạ lửa nhỏ kho liu liu. Đến khi thấy nước kho hơi cạn, sệt lại thì bạn nêm gia vị lại một lần nữa cho vừa ăn là xong.

# Rét ngọt, thưởng thức lẩu cá hồi ấm áp

Công thức nấu lẩu đầu cá hồi rất đơn giản, nguyên liệu chế biến dễ mua lại rẻ. Món ăn này cực kỳ giàu dinh dưỡng, phù hợp cho ngày đầu năm cùng gia đình, bạn bè quây quần bên nhau.



**Nguyên liệu:**

**Xương cộc 1/2kg; 3-4 cái đầu cá hồi; Dứa, cà chua, hành lá, các loại rau ăn lẩu; Măng củ, gừng, me hoặc dấm bỗng, gia vị...**

**Cách làm:**

- Xương cộc ninh lấy nước dùng
- Đầu cá hồi cắt nhỏ thành từng miếng, sau đó ướp với muối hạt khoảng 10 phút, xả sạch với nước.
- Tiếp tục ướp đầu cá với gừng thái chỉ cùng 1 thìa rượu trắng, dùng tay trộn đầu cá cho thật kỹ. Đây là khâu rất quan trọng giúp đầu cá hết mùi tanh, khoảng chừng 15 phút.
- Cho ít dầu ăn vào chảo, phi hành củ cho thơm, cho đầu cá vào xào qua, không cần chín quá.
- Cà chua bổ múi cau, dứa cắt miếng vừa ăn, các loại rau nhặt rửa sạch.
- Măng củ thái miếng, luộc 2-3 lần với nước + chút muối.

- Nêm gia vị ở nồi nước dùng cùng ít dấm bỗng để có vị chua nhẹ. Thả cà chua, dưa, măng để nổi lên trên cho đẹp, có thể thêm sa tế.

- Bày nồi lẩu lên bàn, một đĩa đầu cá hồi, rau ăn kèm, bún tươi hoặc mì chũ, mì tôm, một bát gia vị chanh ớt hoặc nước mắm ớt.

# Sườn xào chua ngọt

Sườn xào chua ngọt là món ngon được nhiều người yêu thích, hầu như mỗi người nội trợ đều có phiên bản cho món sườn xào chua ngọt của riêng mình.



## Nguyên liệu:

400g sườn non; 1 trái ớt chuông xanh; 1 củ hành tây; Cần tây; 1 trái dưa leo; 1 trái cà chua; Chanh, hành tỏi băm; Tương ớt, tương cà; Gia vị, hạt nêm.

## Cách làm:

Sườn non rửa sạch, chặt miếng vừa ăn.

Trụng sơ sườn qua nước sôi rồi rửa lại với nước sạch, để ráo.

Ướp sườn với 2 muỗng café tỏi băm, 1 muỗng café đường, 1 muỗng café tiêu, ½ muỗng café bột ngọt và 2 muỗng canh nước mắm 15 phút.

Làm nóng dầu ăn, chiên sườn chín vàng.

Vớt sườn đã chiên ra đĩa, để riêng.

**Ớt chuông bỏ hạt, cắt miếng vuông; hành tây và cà chua thái múi cau; dưa leo cắt miếng xéo.**

**Rau cần tây cắt khúc dài 3-4cm.**

**Làm nóng dầu ăn, phi thơm hành tím băm, cho ớt chuông, dưa leo, cà chua, hành tây vào xào.**

**Nêm 2 muỗng canh tương ớt, 2 muỗng canh tương cà, 1 muỗng canh nước chanh và 1 muỗng café hạt nêm, đảo nhanh tay.**

**Cho sườn đã chiên vào đảo đều.**

**Cuối cùng thêm cần tây, đảo đều, nêm nếm lại lần cuối rồi tắt bếp.**

**Cho sườn ra đĩa, ăn nóng với cơm trắng.**

**Những ngày lạnh mà ăn sườn xào chua ngọt thì thật là tuyệt, vị chua ngọt dịu, vị thơm của rau cần tây, vị hơi hăng của ớt chuông, vị cay của tương ớt sẽ làm bạn thấy ngon miệng hơn. Sườn xào chua ngọt là món ngon được nhiều người yêu thích, hầu như mỗi người nội trợ đều có phiên bản và bí quyết làm sườn xào chua ngọt của riêng mình; và hôm nay mình muốn chia sẻ với các bạn món sườn xào chua ngọt theo cách mà mình và gia đình mình rất yêu thích, hi vọng các bạn cũng thích cách làm này!**

# Cá nục kho măng - vị ngon dân dã

Cá nục kho măng là món đơn giản mà ngon, thịt cá chắc, quyện với từng cọng măng vàng được kho thấm có màu vàng cánh gián đẹp, ăn giòn giòn, chua chua cay cay vô cùng đưa cơm.



**Nguyên liệu:**

**1 con cá nục chuối; 2 đến 3 nhánh măng vàng; 1 nhánh riềng nhỏ; Hành hương, muối, tiêu, đường, nước mắm ngon; Ớt trái, ớt bột.**

**Cách làm:**

**Cá mua về rửa sạch, cắt từng khúc nhỏ. Ướp vào cá ½ thìa cà phê muối, ướp 1 tiếng đồng hồ.**

**Măng vàng cắt khúc, tước bỏ đoạn già, dùng tay xé cọng măng thành những khúc ngắn. Rửa sạch nhiều lần cho măng sạch.**

**Trần sơ măng với nước sôi để măng bớt mùi chua rồi đổ ra rổ để ráo.**

**Cá chiên sơ với ít dầu ăn.**

**Làm nóng 2 thìa cà phê dầu ăn với 2 thìa đường, đến khi đường chuyển thành màu vàng cánh gián bạn nhanh tay đổ hành tím, riềng đã thái nhỏ vào đảo đều.**

**Thêm cá và măng vào chảo cùng.**

**Thêm nước mắm, muối, đường, ớt trái (nếu ăn cay), để lửa thật nhỏ đậy nắp nồi lại. Đun sôi cho thấm gia vị, đến khi nồi cạn nước thì bạn thêm ít nước sôi, đun đến khi thịt cá cứng lại, măng vàng thấm gia vị thì tắt bếp, rắc ít tiêu lên bề mặt. Lấy cá và măng ra đĩa, dùng với cơm nóng rất ngon.**

# Rau muống xào mắm ruốc

Cọng rau muống xanh mướt vừa chín tới nhai thật giòn quyện với mùi thơm đặc trưng của mắm ruốc, thêm chút ớt cay cay, vừa quen vừa lạ.



Cô bạn hàng xóm hơn hờ qua nhà rủ: “Bà đi tui ở Mỹ mới về, có món này ngon lắm!” Chạy qua, thấy một đĩa rau xào xanh mượt, cả nhà sục một mùi mắm nung nức còn nghi ngút                  khói                  trên                  bàn.

---

Bà Linh, Việt kiều hơn 20 năm ở Mỹ, kể: “Lúc còn ở Việt Nam chưa ăn qua món này bao giờ nhưng khi qua Mỹ, được mời ăn thử rồi ghiền luôn. Ở bên bán mắc lắm! Một đĩa nhỏ cũng vài chục đô. Về đây ăn cho đã thèm”.

Làm món này đơn giản như rau muống xào tỏi hay xào chao. Nửa ký rau muống xào với một muống canh mắm ruốc là vừa. Có thể thêm chút thịt ba rọi cho món rau xào đậm đà thêm – cho có bẻ có bạn. Rau muống nước hay rau muống vườn xào đều ngon nhưng phải ngắt cọng hơi dài, phi tỏi cho thơm rồi xào nhanh tay.

Bà Linh chia sẻ bí quyết: “Rau muống phải dùng tay ngắt mới ngon. Để lửa thật lớn thì rau mới xanh và giòn”. Cọng rau muống xanh mượt vừa chín tới nhai thật giòn quện với mùi thơm đặc trưng của mắm ruốc, thêm chút ớt cay cay, vừa quen vừa lạ.

Chỉ cần một chén cơm trắng nóng, ăn với rau muống xào đang bốc khói thì lạ thay nó ngon đáo đẽ. Rau muống, mắm ruốc là hai loại nguyên liệu dân dã, quen thuộc đến nỗi

chỉ khi xa xứ thì người ta mới nghĩ ra cách cho chúng vào chung một chảo như vậy. Có nỗi thương nhớ quê nhà nào qua được nỗi thương mắt nhớ rau?

# Bắp giò heo chiên giòn

Một lần đến một quán ăn nằm bên cạnh bên bờ sông thơ mộng, tôi và mấy người bạn gọi vài món lai rai, món nào cũng khoái khẩu



Một lát sau, cô tiếp viên lại giới thiệu thêm món “Bắp giò heo chiên giòn” bảo đảm không ngon không lấy tiền! Thế là tôi gọi ngay một đĩa để cùng thưởng thức.

Đúng là ngon, ngon hơn cả đùi heo nướng, hấp dẫn không thua gì heo sữa quay và còn hấp dẫn hơn cả sườn nướng.

Món này được làm từ bắp giò heo chặt ra, rút xương rồi đem ướp với muối, một loại muối đặc biệt của Đức chuyên dùng ướp thịt vừa thơm ngon, vừa bảo đảm vệ sinh an toàn. Chính loại muối này đã làm cho thịt mềm, tăng thêm độ giòn và có màu đỏ hồng trông rất đẹp và bắt mắt.

Ướp xong, cho thịt vào một nồi nước phá lấu (đủ gia vị) đang sôi, luộc cho tới khi nào thịt mềm mới vớt ra và để cho ráo thịt. Sau đó mới đem chiên giòn với dầu. Trước khi ăn, thịt được xắt thành miếng nhỏ vừa miệng, chấm với nước tương ớt hoặc nước mắm chua cay.

Thịt giò heo chiên giòn có màu hồng, thơm phức, mềm, vị ngọt và béo vừa phải. Chính mùi thơm toát ra là nhờ gia vị, miếng thịt vừa giòn vừa chắc là nhờ da và nạc quyện vào nhau. Món này nhà hàng đã có sẵn kiến cho ăn kèm với rau húng, tía tô, đặc biệt là dưa cải vừa chua cay, vừa nóng nần khiến cho người ăn không ngán mà càng nhai càng cảm thấy thích thú.

# Bún bò, chả cua ngon đúng chất Huế

Bún bò Huế đúng gốc ngoài thịt bò gân thái lát, thịt bò tái, chân giò heo, đôi lúc còn có dùng giò sống trộn với thịt cua.



**Nguyên liệu:**

1 kg xương ống bò; 1 kg chân giò lợn; 1 kg thịt bò bắp; 2 thìa cà phê đầy mắm ruốc Huế; 1 bó sả to và khoảng 2 thìa cà phê sả băm; 150g giò sống; 100g thịt cua; Hành lá, hành hương và 1 củ hành tây nhỏ; Giá, rau thơm, rau răm, rau mùi và 1 bó rau xà lách nhỏ; Ớt bột cay và ớt màu điều; Muối, tiêu, đường, nước mắm ngon, bột nêm, đường.

**Cách làm:**

- Mắm ruốc hòa tan với nước lạnh, lọc sạch cát, để cho nước mắm ruốc lắng xuống. Tốt nhất là để qua đêm.
- Xương ống bò, chân giò lợn, bò bắp đổ vào nồi, nấu sôi với chút muối, đợi sôi đổ nước này đi. Làm vậy tẩy hết mùi dơ ở thịt. Đổ tất cả thịt vào nồi lớn, nấu sôi.
- Sả cắt khúc, dùng cán dao đập dập, thả vào nồi nước xương. Đầu hành lá, hành hương thái nhỏ thả vào nồi xương bò. Nêm chút muối, đường.
- Đổ tiếp nước mắm ruốc đã lọc ở trên vào. Đợi sôi, nhớ hớt bọt cho nước dùng được trong.
- Giá đỗ nhặt bỏ gốc, rửa sạch, để ráo. Xà lách, rau thơm, rau răm và rau mùi rửa sạch để ra rổ cho ráo nước.
- Hành lá và hành tây thái nhỏ.

- Làm nước màu cho nồi bún: đun dầu ăn với hành hương thái mỏng và đầu hành trắng đập dập. Thêm vào 2 thìa cà phê sả băm, xào cho sả chín, thêm vào 1 đến 2 muỗng cà phê ớt màu hay ớt cay (nếu bạn ăn cay). Đảo đều, tắt bếp.

- Đổ nước màu vào nồi bún bò, nêm nước mắm, đường, muối. Đợi sôi, nêm nếm lại tùy khẩu vị.

- Dùng đũa đâm vào miếng thịt bò bắp, chân giò, đâm xuyên mà thịt mềm là được. Vớt ra đĩa, đợi nguội, thái thịt bò bắp thành lát mỏng.

- Thịt cua bạn có thể mua cua về luộc chín sau đó bỏ xương cua, lấy thịt cua. Nếu đơn giản có thể mua thịt cua đã làm sẵn ở siêu thị. Giò sống trộn với thịt cua, nêm vào tiêu, muối, bột nêm. Trộn đều, đợi nồi nước dùng sôi, dùng thìa cà phê múc từng thìa giò sống thả vào nồi nước dùng. Đợi nồi nước dùng sôi cho giò sống chín, nêm nếm lại tùy khẩu vị.

Lúc ăn cho bún vào tô, xếp vài lát bò bắp, chân giò, múc vài viên giò sống trộn với cua, rắc hành lá và hành tây. Lúc ăn bỏ thêm rau, chanh thái lát nhỏ, ớt để riêng nếu bạn ăn cay thì thêm vào. Bạn có thể thêm tiết lợn hay nhúng thịt bò tái, là bạn đã có bát bún bò Huế ngon.

# Dinh dưỡng cho bé: Nhộng rang lá chanh

GiadinhNet - Nhộng là một thực phẩm rất tốt cho trẻ nhỏ vì giá trị dinh dưỡng cao hơn nhiều lần so với các thực phẩm như trứng, sữa, thịt. Để món nhộng rang thông thường thêm mới lạ và bé ăn ngon miệng hơn, hãy biến tấu một chút với xốt mayonnaise Aji-mayo xem sao nhé. Cùng thực hiện ngay thôi nào!

## Nguyên liệu:

300g nhộng



7 lá chanh Bắc; Hành tím băm; Hành lá;



Tiêu, muối, đường, nước mắm; Bột ngọt AJI-NO-MOTO; *Xốt mayonnaise Aji-mayo*.



**Cách làm:**

*1. Sơ chế*

- Nhộng rửa sạch, chần sơ, để ráo.



- Lá chanh rửa sạch, để ráo, cắt thật nhuyễn.



- Hành lá cắt nhỏ.



## 2. Thực hiện

- Rang thơm hành tím, cho nhộng vào rang, nêm  $\frac{1}{2}$  muỗng nhỏ bột ngọt AJI-NO-MOTO, 1 ít muối,  $\frac{1}{3}$  muỗng nhỏ tiêu,  $\frac{1}{2}$  muỗng nhỏ đường, 1 muỗng canh nước mắm, cho hành lá vào.



- Tiếp tục cho 2 muỗng canh *xốt mayonnaise Aji-mayo* vào xóc đều, tắt bếp. Thêm lá chanh vào trộn đều.



### 3. Cách dùng

Xúc nhộng xào ra đĩa, dùng với cơm trắng.

#### Mách nhỏ:

- Bạn nên chọn lá chanh vừa, không quá non cũng không quá già, lá chanh sẽ thơm hơn.
- Rắc lá chanh sau cùng để giữ hương thơm và giúp lá chanh không bị đắng.

- Bạn không nên rang hỗn hợp nhộng cùng *xốt mayonnaise Aji-mayo* lâu trên chảo vì sẽ làm giảm bớt lượng dinh dưỡng và làm giảm độ ngon cho món ăn.



*Xốt mayonnaise Aji-mayo* giúp nhộng rang không bị khô, lại tăng thêm độ bóng hấp dẫn cho món ăn. Vị thơm béo của *xốt mayonnaise Aji-mayo* cho bé ăn nhiều hơn, giúp bổ sung đầy đủ dinh dưỡng cho bé, nhất là photpho và canxi vốn có rất nhiều trong nhộng. Và món nhộng này cũng có thể dùng như một món ăn chơi bổ dưỡng trong những ngày đông lạnh, bạn hãy cùng cả nhà thưởng thức nhé.

## Tập nấu mì Quảng ở nhà

Sợi mì được làm từ bột gạo nguyên cám, nhưng nếu không mua được, bạn có thể thay bằng sợi bánh phở cũng ngon.



**Nguyên liệu:**

**1 kg xương lợn; 500g sườn non (bạn có thể nấu bằng thịt gà); 300g tôm; Nửa bát tôm khô, tôm khô ngâm cho mềm; 1 bắp chuối nhỏ; 1 túi phở khô hay bánh phở tươi; 1 thìa cà phê bột nghệ; 1 ít màu điều; Bánh tráng gạo, chanh; Lạc, ớt sừng; Rau xà lách, rau húng, rau thơm, giá và bắp chuối.**

**Cách làm:**

- Xương heo, sườn non đem nấu sôi rồi bỏ nước đầu tiên đi cho sạch, rửa xương lại rồi cho vào nồi hầm với chút muối, và tôm khô, nhớ vớt bọt thường cho nước lèo trong.
- Tôm lột vỏ, rút chỉ đen trên lưng đem ướp với tiêu, muối, mắm, đường, hành tỏi băm.
- Hòa 1 thìa cà phê bột nghệ vào nước lạnh cho tan đều, cho bánh phở vào, ngâm khoảng 10 phút để bột nghệ phủ đều bên ngoài bánh phở một màu vàng đẹp. Vớt ra để ráo nước.
- Rau xà lách, rau húng, rau thơm, giá, ớt rửa sạch, để lên ráo cho ráo. Bắp chuối thái mỏng ngâm với ít nước lạnh pha với chanh để bắp chuối không bị thâm.
- Chanh bổ làm múi cau, bánh tráng gạo nướng trong lò vi sóng, lạc rang vàng giã nhuyễn.
- Đun nóng 2 thìa cà phê dầu, cho màu điều vào phi dầu ra màu đẹp, rồi lấy hột màu điều ra, để lại dầu màu, đổ tỏi xào qua cho thơm. Đổ tôm vào đảo đều cho chín, nêm nước mắm, muối, tiêu, tôm chín bạn đợi nồi nước dùng mềm thì đổ tôm đã xào chín vào. Nêm nêm lại tùy khẩu vị của bạn.

**- Xếp mỳ vào bát, múc tôm, sườn non, chan ít nước lèo lên bề mặt thịt, ăn kèm với đậu phộng, bánh tráng bóp nhỏ và các loại rau rau, và vắt vài giọt chanh. Trộn đều tất cả.**

# Thử món mới với thịt heo om khoai sọ

Món này đặc biệt ở sự kết hợp giữa vị bùi của khoai và vị béo của thịt; thêm vị đậm đà của sốt dầu hào cùng vị thơm cay của vỏ quýt nên rất thích hợp vào mùa đông.



## Nguyên liệu:

500g thịt heo; 500g khoai sọ hoặc khoai môn; 2 thìa súp dầu hào; Vài miếng vỏ quýt (tùy thích); 2 thìa súp xì dầu; 1 củ hành.

## Cách làm:

Khoai gọt vỏ, rửa sạch, cắt miếng vừa ăn.

Cho khoai lên chảo, rán vàng hai mặt với chút dầu ăn.

Thịt heo ướp với xì dầu khoảng 30 phút rồi rán vàng hai mặt.

Khi thịt nguội, cắt miếng vừa ăn.

Phi thơm hành, cho dầu hào vào đảo đều, thêm 1 bát con nước vào nồi.

Vỏ quýt thái chỉ, nấu sôi cùng sốt rồi tắt bếp, đổ nước sốt ra bát.

Xếp xen kẽ thịt và khoai vào nồi.

Đổ nước sốt vừa làm vào lại nồi cho gần ngập mặt thịt và khoai.

Om khoai và thịt cho đến khi nước sốt cạn còn 1/3 là được.

Món thịt heo om khoai sọ đặc biệt ở sự kết hợp giữa vị bùi của khoai và vị béo của thịt. Thêm vị đậm đà của sốt dầu hào cùng vị thơm cay của vỏ quýt, món này rất thích hợp cho các bữa ăn mùa đông.

# Bí quyết món gà tây nướng cực ngon đón Giáng sinh

Mùa Giáng sinh năm nay, bạn hãy thử trổ tài với món ăn truyền thống của các nước phương Tây - gà tây nướng rau củ. Món ăn sẽ rất hấp dẫn mà không quá phức tạp và mất thời gian.



## Nguyên liệu:

Một con gà tây; Khoai tây, cà rốt, hành tây, 1 quả chanh vàng; Gừng, hạt tiêu, gia vị, xì dầu, đường, rượu vang đỏ, sốt cà chua, mật ong, dầu ô liu.

## Cách làm:

- Gà làm sạch, có thể cắt bỏ cổ và đầu, chân. Để thật khô
- Gừng thái lát, hành tây thái sợi nhỏ
- Cho gà vào âu to, cho tất cả các loại gia vị vào với lượng phù hợp, thêm cả gừng và hành tây, dùng tay trộn đều khắp mình gà. Bạn có thể dùng màng nilon bọc lại cho vào tủ lạnh qua đêm hoặc ít nhất ướp gà trước khi nướng 3 tiếng
- Cà rốt, khoai tây cắt thành hình khối vừa ăn

- Khi gà đã ướp xong, nhồi một ít khoai tây cà rốt vào bụng gà, số còn lại trải đều trên khay nướng cùng với chanh vàng cắt khoanh dày 1cm
- Làm nóng lò nướng ở 200 độ C trước 10 phút.
- Đặt khay có gà và rau củ vào lò, nướng ở 200 độ C trong khoảng 1 tiếng, trong khoảng thời gian này cứ 20 phút bạn có thể mở lò phết nhanh mật ong lên bề mặt một lượt để da gà có màu vàng đẹp mắt.
- Bí quyết để món gà tây nướng thơm ngon là nên ướp cùng chút rượu vang đỏ và nhớ phết mật ong lên gà.

### 3 món om ngon cho mùa đông

Om tức là nấu nhỏ lửa thời gian dài, sau khi nguyên liệu được tẩm ướp gia vị cho thấm. Món này thích hợp với những ngày tiết trời trở lạnh, tạo cảm giác ấm áp.



#### Cá om dưa cải chua

Thường dùng cá chép, cá diêu hồng. Ướp cá với hành, tiêu, ớt, muối 15 - 30 phút cho ngấm gia vị, chiên sơ. Sau đó, phi hành và xào dưa cải chua rồi cho cá vào om chung. Om lửa riu riu cho đến khi cá chín. Món này ăn với cơm hoặc bún, đậm đà hơn khi chấm với nước mắm nguyên chất. Thịt om dưa cải chua cũng ngon không kém. Tuy nhiên, cần chọn loại sườn dễ, phần nhiều sụn, cắt khúc vừa ăn và ninh đến khi sụn mềm.

#### Cá đuối om chuối

Nguyên liệu gồm: cá đuối, thịt ba chỉ, chuối xanh, bún, mè, tíu tô. Cần làm bớt mùi tanh của cá bằng cách rửa qua rượu trắng, phi hành cho thơm, xào thịt ba rọi và cá cho săn. Khi cho chuối vào nồi cần nêm thêm nước mắm, mè (lọc lấy nước), nghệ tươi. Sau đó

cho nước lèo vào ngập nguyên liệu, đun nhỏ lửa đến khi xâm xấp. Món này ăn nóng với bún và rau tía tô.

### **Vịt om**

Thịt vịt cũng làm được nhiều món om. Người miền Bắc làm món vịt om sấu, nấm hương. Người miền Nam thích nấu vịt om nước dừa. Để làm cho vịt bớt “nặng mùi”, nên rửa bằng rượu và gừng giã nhuyễn. Món vịt om sấu thì ướp thịt với sa tế, tiêu, bột nêm để 15 phút cho ngấm. Xào thịt cho săn, cho sấu xanh vào nấu cho mềm thịt, sau đó mới cho nấm hương vào. Món này có vị chua, cay rất nồng, phù hợp với những bữa ăn tối, trời lạnh.

## **Tự làm thịt heo quay giòn bì**

Để đảm bảo an toàn thực phẩm, bạn có thể tìm tòi và tự làm món thịt quay giòn bì mà không phải mua ngoài hàng nữa.



### **Nguyên liệu:**

600g thịt ba chỉ heo; 1 quả chanh; 1 thìa cà phê bột nở (Baking Powder).

### **Cách làm:**

Thịt ba chỉ rửa sạch, chần qua nước sôi. Ở công đoạn chần, các bạn cố gắng giữ để miếng thịt trên một mặt phẳng, tránh trần làm cong phần bì heo nhé.

Dùng vật dụng có đầu nhọn như dĩa, mũi dao hoặc xiên tre xăm bì lợn.

Các bạn cố gắng xăm thật đều và thật dày để bì có thể nở đều hơn nhé!

Chanh vắt lấy nước cốt, trộn đều với bột nở. Lúc này hỗn hợp sẽ sủi bọt.

Dùng hỗn hợp này phết đều lên miếng thịt, tập trung phết đi phết lại vào phần bì lợn, phần thịt chỉ cần phết 1 lần.

Dùng màng bọc thực phẩm, bọc kín miếng thịt lại, để trong tủ lạnh 4-5 tiếng. Các bạn nhớ để phần bì quay xuống dưới và để trên một mặt phẳng để phần bì được thẳng nhé.

Làm nóng lò ở nhiệt độ 250 độ trong vòng 10 phút, cho thịt vào nướng trong vòng 50-60 phút tùy lò đến khi bì lợn nở, giòn.

Các bạn nhớ để bì quay lên phía trên nhé! Miếng bì có phẳng thì mới giòn đều được.

Thịt chín chặt miếng vừa ăn, dày khoảng 1cm.

Với cách nướng thịt được tẩm ướp mặn ngọt thì thịt rất dễ bị cháy hoặc lên màu không đẹp. Với cách này bạn có thể cảm nhận trọn vẹn vị ngọt đậm đà và mùi thơm của thịt quay. Hơn thế nữa bì lại giòn tan, rất hấp dẫn.

Bạn có thể thưởng thức món này với dưa cải chua hoặc củ kiệu muối chua. Vị chua của dưa và củ kiệu sẽ làm cho miếng thịt đỡ ngán.

## **Cá ngừ kho ớt, đậm đà cay cay**

Mùa đông kho cá với ớt xanh, hơi cay cay, nước cá thấm ngon, bạn có thể lấy nước kho cá ăn kèm với bún, ngon tuyệt đấy.



**Nguyên liệu:**

**2 lát cá ngừ to hay 1 con cá ngừ nhỏ; 1 nhánh gừng nhỏ; Ít quả ớt xanh; Nước mắm, muối, tiêu, tỏi và bột nêm.**

**Cách làm:**

- Cá mua về rửa sạch, để lên ráo cho ráo. Thoa khắp thân cá ít muối, tiêu để 15 phút cho thấm.
- Đun nóng dầu, thả cá vào rán sơ qua cho cá vàng đều hai mặt. Vớt ra đĩa để ráo.
- Tỏi giã nhuyễn, gừng thái sợi.
- Xếp cá vào nồi, đổ tỏi, ớt, gừng vào nồi cá. Thêm nước mắm, muối, bột nêm, đun lửa lớn, lúc nào nồi cá sôi bùng lên, cho vào ít nước sôi xâm xấp mặt cá. Đun lửa vừa, nêm nếm lại tùy theo khẩu vị của bạn.
- Cá thấm gia vị, rút gần hết nước thì tắt bếp.

# Lạ miệng đậu phụ xào rau trứng

Đây là món ăn rất thích hợp cho những bữa tối bận rộn và không có nhiều thời gian chuẩn bị nhiều món cho cả nhà bạn.



*Món đậu phụ xào rau trứng.*

Nếu vì một lý do nào đó mà một thành viên nào đó trong gia đình thân yêu của bạn không thiết tha với món đậu phụ xào rau này thì bạn cũng có thể tiếp tục hô biến một lần nữa và thay thế chúng bằng món cơm chiên rau đậu cực chất và bắt mắt mà không ai có thể chối từ.

*Nguyên liệu:*

1-2 bìa đậu phụ trắng; 1 chén rau trộn cắt nhỏ (bạn có thể sử dụng cà rốt, đậu Pháp, ngô, đậu Hà Lan); 1 củ hành tây thái lát; 1 muỗng canh xì dầu; 1 muỗng cà phê nước sốt ớt xanh (bạn có thể sử dụng cả nước tương và tương ớt); 1 muỗng canh quả ớt ngọt; 1/2 muỗng cà phê gừng băm nhỏ; 1/2 muỗng cà phê tỏi băm nhỏ; 3 muỗng canh dầu ăn; Muối canh, hạt tiêu; 2 quả trứng; 2 chén cơm.

*Cách làm:*

## **\* Đậu phụ xào rau trứng**

1. Đun nóng dầu trong một chiếc chảo. Sau đó thêm gừng và tỏi đã băm nhỏ vào xào. Bạn có thể xào chúng trong 30 giây cho đến khi gừng và tỏi băm có mùi thơm. Tiếp tục thêm hành tây thái lát vào xào cho đến khi hành tây chín và mềm.

2. Vặn to lửa, cho thêm nước tương và tương ớt vào xào qua trong khoảng 1 phút. Vặn lửa nhỏ liu riu và cho những miếng đậu phụ vào. Tiếp tục đun cho đến khi những miếng đậu phụ có bề mặt vàng đều ở 4 mặt.

Bạn có thể ăn món đậu phụ xào rau trứng lúc nóng hổi như một món ăn chính trong mâm cơm gia đình buổi tối hoặc có thể ăn chúng với mì đều rất dễ ăn đấy.

3. Thêm các loại rau còn lại vào chảo và bạn có thể cho thêm một chút muối nếu thấy chưa vừa ăn (bạn nên cẩn thận khi cho thêm muối vì trong món ăn đã có xì dầu nên chúng có thể đã khá mặn).

Sau đó bạn đảo đều tay để trộn đều tất cả các thành phần trên với nhau cho đến khi rau được nấu chín. Khi bắc ra khỏi bếp, bạn có thể cho thêm chút hạt tiêu.

4. Bạn có thể ăn đậu phụ xào rau khi nóng hổi như một món ăn chính trong mâm cơm gia đình buổi tối hoặc có thể ăn chúng với mì đều rất dễ ăn đấy.

**\* Cơm chiên đậu phụ xào rau trứng**



5. Nếu như trong gia đình nhà bạn có người không thích ăn món rau xào đậu, bạn có thể hô biến món ăn này thành một món ăn mà hầu hết ai cũng “bò kết”. Đó chính là bát cơm rang trứng, rau đậu khá bắt mắt.

Với bát cơm chiên trứng với đậu phụ và rau xào, bạn nên ăn nóng. Hoặc trước khi ăn, bạn có thể trang trí lên trên đĩa cơm chiên vài lá rau mùi hoặc một nhúm hành hoa nhé.

Để có thêm năng lượng cho món cơm chiên, bạn có thể cho thêm 1-2 quả trứng vào món ăn này và đảo đều. Theo đó, bạn hãy trộn 2 chén cơm đã được chiên sẵn với dầu từ trước. Sau đó bạn đổ cơm chiên vào hỗn hợp rau, đậu, trứng và trộn đều để tạo thành một bữa tối ngon lành và hoàn hảo.

6. Với bát cơm chiên trứng với đậu phụ và rau xào, bạn cũng nên ăn nóng. Hoặc trước khi ăn, bạn có thể trang trí lên trên đĩa cơm chiên đặc biệt này vài lá rau mùi hoặc một nhúm hành hoa nhé.

7. Với số lượng các thành phần món ăn trên, bạn có thể phục vụ cho 3-4 người ăn.

Theo *Phunutoday*

# Thịt xông khói tẩm trứng chiên

Thịt xông khói đã ngon rồi nhưng tẩm với trứng và rán lên thì còn ngon hơn thế nữa!



## Nguyên liệu

2 chén bột ngô; 1 chén bột mì; 2 muỗng canh đường; 1 muỗng cà phê bột nướng; ½ muỗng cà phê bột nở; 2 quả trứng lớn, đập vào bát; 1.5 chén bơ; 1 củ hành tây thái nhỏ; Dầu chiên; 3 muỗng canh thịt xông khói thái miếng vừa ăn.

## Cách làm

Trong bát lớn, trộn bột ngô, bột mì, đường, bột nở, muối với nhau cho đều. Thêm trứng, bơ và hành tây vào trộn cùng cho đến khi tất cả kết hợp.

Đun nóng dầu trong chảo. Cho thịt xông khói vào hỗn hợp bột trộn cùng cho đều. Dùng muôi múc thịt ra cho vào chảo chiên từng miếng cho vàng thơm.

Vớt thịt ra, để ráo dầu và ăn khi còn nóng.

Món này vừa giòn vừa thơm ngon.

Chúc các bạn thành công và ngon miệng.

# Thịt chiên giòn ngon cơm mùa lạnh

Miếng thịt giòn giòn, vị ngọt ngọt sần sật của củ sen tạo nên một món ăn vừa lạ vừa quen mà lại rất ngon miệng.



**Nguyên liệu:**

**300g thịt nạc băm xay; 200g tôm tươi; 2 lòng trắng trứng gà; 50g củ sen (hoặc củ đậu); Hành lá; Gia vị; 2 tép tỏi.**

**Cách làm:**

**Tôm rửa sạch, lột vỏ, băm nhuyễn.**

**Hành lá xắt nhuyễn.**

**Củ sen xắt lát rồi băm nhuyễn.**

**Trộn thịt xay, tôm, hành lá, củ sen, 2 lòng trắng trứng gà, 2 tép tỏi băm, nêm 1 muỗng café tiêu, 1 muỗng café đường, 1 muỗng café bột ngọt, 1 muỗng café hạt nêm rồi để thấm trong khoảng 15 phút.**

**Vo thịt thành viên tròn rồi ấn dẹt.**

**Làm nóng dầu trong chảo, cho thịt vào chiên vàng giòn 2 mặt.**

**Thịt chín, vớt ra để ráo dầu rồi bày lên đĩa cùng xà lách, cà chua hoặc dưa leo, ăn nóng.**

**Khi ăn bạn chấm cùng tương ớt và ăn với cơm trắng sẽ rất hợp.**

# Trứng đúc hẹ, món ngon nhanh gọn

GiadinhNet - Bạn đang “bí” không biết nấu món gì để thay đổi khẩu vị gia đình nhưng không tốn nhiều thời gian chế biến? Thật dễ dàng, chuyên mục món ngon hôm nay sẽ giới thiệu đến các chị em món “Trứng đúc hẹ” vừa chế biến nhanh vừa ngon miệng do kết hợp với sốt mayonnaise Aji-mayo.

## Nguyên liệu:

- 50g thịt nạc dăm; 25g hẹ; 1 quả trứng gà; 1 trái ớt sừng.



- Tiêu, nước mắm, dầu ăn; Hạt nêm Aji-ngon; **Sốt mayonnaise Aji-mayo.**

## Cách làm:

### 1. Sơ chế

- Thịt heo xay nhuyễn, ướp 1/2 muỗng nhỏ hạt nêm Aji-ngon, 1/2 muỗng nhỏ tiêu, 1 muỗng canh nước, để thấm.



- Hẹ cắt nhỏ. Ớt sừng cắt hạt lựu.



- Cho 2 muỗng canh **xốt mayonnaise Aji-mayo** vào trứng rồi đánh nhẹ.



- Trộn đều với họ.



## 2. Chiên trứng

- Làm nóng ít dầu trong chảo, cho thịt vào xào sẵn.
- Tiếp tục cho trứng vào, rắc thêm ớt.



- Đậy vung khoảng 2 phút, để lửa nhỏ cho trứng vàng đều hai mặt.



### ***3. Cách dùng***

Dọn trứng đúc hẹ ra đĩa, dùng với cơm và nước mắm ớt.



**Mách nhỏ:**

- Xào sơ thịt trước để món ăn chín đều.
- Đánh trứng với **xốt mayonnaise Aji-mayo** nhẹ tay, khi chiên món ăn sẽ ngon hơn.

Thật đơn giản phải không nào? Đúng là món “Trứng đúc hẹ” cực kỳ thích hợp với những người phụ nữ bận rộn. Chỉ trong tíc tắc thôi là có ngay một món thơm ngon với vị **xốt mayonnaise Aji-mayo** cho cả gia đình cùng thưởng thức.

# Cơm ngon với cá nục kho dưa

Bạn có thể kho bằng nồi áp suất hoặc nồi ủ trong vòng 2 tiếng đồng hồ là đã có nồi cá kho thơm ngon dành cho bữa tối rồi.



**Nguyên liệu:**

**1 con cá nục; 1 nhánh gừng nhỏ; ¼ củ hành tây nhỏ; 2 đến 3 quả cà chua; 1 lát dưa nhỏ; Nước mắm, đường, ớt nếu bạn ăn cay; 2 thìa cà phê dầu ăn, muối tiêu.**

**Thực hiện:**

**Cá làm sạch, để ráo rồi cắt làm 3 hay 4 miếng, ướp với muối, tiêu.**

**Làm nóng nồi với chút dầu ăn, chiên cá cho vàng đều hai mặt rồi vớt ra rửa để ráo dầu.**

**Cà chua, gừng gọt vỏ; hành tây, dưa, rửa sạch, để ráo nước.**

**Thái hành tây, dưa, cà chua, thành từng lát vừa ăn. Gừng thái sợi nhỏ.**

**Xếp cá vào nồi.**

**Bên trên đổ cà chua, hành tây, gừng, dưa, lên trên bề mặt và thêm 2 thìa cà phê dầu ăn và ớt bột nếu bạn thích ăn cay.**

**Đổ từ từ nước sôi vào nồi cho đồ ngập mặt cá, nêm với chút muối, đường, nước**

**mắm và đun sôi lại; ở đây mình nấu nồi cá thật sôi sau đó cho vào nồi ủ, đậy nắp lại khoảng 2 giờ đồng hồ là cá mềm.**

**Sau 2 giờ đồng hồ, lấy ra, đổ nồi cá vào lại nồi nấu ăn bình thường, đun lại tầm 15 phút và nêm nếm lại gia vị cho vừa ăn. Nếu bạn dùng nồi áp suất thì đun tầm 15 phút, sau đó đợi nguội mở nắp cho xì hết hơi, thịt cá sẽ rục, ăn được cả xương mà thịt cá vẫn không bị nát.**

**Cá mềm, nước cá đổ từ cà chua, hành tây kho cá rất ngọt mà bạn không cần phải nêm nhiều gia vị khác.**

**Bạn cũng có thể kho bằng nồi áp suất, vừa nhanh lại tiện. Xương cá rục, thịt cá cứng. Những lúc bận việc không tiện canh nồi cá, bạn có thể hầm cá bằng nồi ủ, tầm 2 giờ đồng hồ lấy ra là đã có nồi cá thơm ngon dành cho bữa cơm tối rồi!**

# Mực ống sốt me chua

Trong những ngày đông se lạnh thật không gì thích thú bằng bữa cơm ấm áp bên gia đình và bạn bè với món “Mực ống sốt me chua”.



Lạ miệng với vị chua dịu của sốt me, thơm của rau mùi nấm hương, giòn của mực quyện với vị đậm đà của nhân bên trong, món ăn sẽ rất hợp ăn kèm với cơm trắng. Đặc biệt bạn có thể tận dụng nhân thịt để làm món “nem cuốn” nữa nhé. Một công đôi việc phải không nào.

## Nguyên liệu (4 người ăn):

- 500 g mực ống, làm sạch, bỏ râu, ngâm trong nước rượu pha loãng trong khoảng 10 phút để khử bớt mùi tanh, rửa lại với nước sạch, để ráo.
- 300 g thịt nạc dăm, xay nhuyễn.
- 01 quả trứng gà ngon.
- Miến, mực nhĩ, nấm hương ngâm nước nóng cho thật mềm. Mực nhĩ và nấm hương cắt bỏ chân rồi thái nhỏ.
- Tỏi, ớt đỏ băm nhuyễn.
- Hành hoa, rau mùi ta thái nhỏ.
- Me vắt ngâm trong nửa chén nước nóng cho tan thịt me, vớt bỏ hạt.

Gia vị: Hạt nêm, nước mắm ngon, tiêu xay, đường.

**Thực hiện:**

1. Trộn nhân: Cho thịt xay, miến, mực nhĩ, nấm hương đã ngâm nước nóng, một quả trứng gà, hành hoa, rau mùi ta và muống hạt nêm, nước mắm ngon, tiêu xay cho thơm vào tô lớn. Trộn đều và chờ trong 10 phút cho ngấm gia vị.

2. Dồn thịt vào mực ống: Cho hỗn hợp thịt dồn từ từ vào mực ống cho chắc nhân. Dùng tăm nhọn xuyên qua mỗi miếng mực nhồi thịt để khi sốt thịt không bị rơi ra.

3. Làm sốt me chua: Cho một chút dầu vào chảo, dầu nóng phi thơm tỏi. Sau đó, cho nước me vào nồi đun sôi, nêm nếm vừa ăn với chút nước mắm ngon, đường và hạt nêm.

4. Sốt me với mực ống: Tiếp tục cho mực đã nhồi hỗn hợp thịt vào sốt. Khi hỗn hợp sốt sôi lên thì cho nhỏ lửa đun liu riu cho mực chín. Trước khi bắc ra nêm lại gia vị một lần nữa cho vừa ăn. Để sốt được sánh thêm một chút nước bột năng đã hòa tan vào.

5. Trình bày và thưởng thức món ăn: Dưa chuột, ớt tươi xếp sẵn bày trang trí trên đĩa.

Xếp mực vào, rưới nước sốt lên trên mực, khi ăn cắt miếng vừa ăn.

Món ăn có vị chua dịu của sốt me, thơm của rau mùi nấm hương, vị giòn của mực quyện với vị đậm đà của nhân bên trong.

# Mềm ngon thịt heo xiên áp chảo

Chỉ mất khoảng 20 phút chuẩn bị và hoàn thành món thịt áp chảo sốt mayonnaise, một món ăn cực kì tiết kiệm thời gian cho chị em nội trợ chúng mình và lại còn ngon nữa!



## Nguyên liệu:

300g thịt nạc dăm; Sốt mayonnaise; Bơ đậu phộng (bơ lạc); Nước tương; Rau xà lách, rau thơm, dưa leo ăn kèm.

## Cách làm:

Thịt nạc dăm rửa sạch, để ráo, cắt miếng mỏng.

Rau thơm, xà lách, dưa leo rửa sạch, để ráo.

Ướp thịt với 1 muỗng canh sốt mayonnaise, 1 muỗng café bơ đậu phộng và 2 muỗng café nước tương.

Đề ngấm 10 phút.

Xiên thịt vào các que tre.

Làm lần lượt đến khi hết chỗ thịt.

Làm nóng dầu trong chảo, cho thịt đã xiên vào áp chảo.

Các bạn lưu ý là để thịt chín vàng hần một mặt rồi mới lật sang mặt bên kia áp chảo tiếp nhé.

Thịt chín cho ra đĩa, ăn kèm với rau xà lách, dưa leo và rau thơm.

Các bạn pha sốt chấm kèm với 2 muỗng café sốt mayonnaise và 1 muỗng café tương ớt nhé!

Chỉ mất khoảng 20 phút chuẩn bị và hoàn thành món thịt áp chảo sốt mayonnaise, một món ăn cực kì tiết kiệm thời gian cho chị em nội trợ chúng mình và lại còn ngon nữa. Đây cũng là một món rất tiện lợi khi tổ chức dã ngoại hay tiệc nướng nữa đây!

# Đậu phụ sốt chua ngọt

Bạn có thể đổi món cho gia đình với đậu phụ sốt chua ngọt, ăn cay cay, hơi chua chua ngọt ngọt.



## Nguyên liệu:

2 bìa đậu phụ; 1 miếng vắt me nhỏ, hoặc 1 hay 2 trái me tươi; Ít nước mắm; Tỏi, đường, ớt bột và ít dầu hào; 2 thìa cà phê bột năng; Hành lá.

## Cách làm:

- Đậu phụ thái dày hay mỏng tùy bạn.
- Rán đậu phụ ngập dầu, nhớ lật hai bề mặt đậu phụ cho vàng đều.
- Vớt ra đĩa đã để sẵn giấy thấm bớt dầu ăn.
- Bột năng pha loãng với một ít nước.
- Me vắt bỏ ra bát, thêm ít nước sôi lấy muỗng chần cho me tan.
- Cho 2 muỗng dầu vào chảo, phi tỏi cho thơm, nhanh tay đổ nước sốt me ở trên vào.

- Nêm một chút dầu hào, đường, ớt bột, nêm chua ngọt, cay cay là được. Đổ bột năng vào cho hỗn hợp hơi sền sệt, đổ hành lá đã cắt nhỏ vào, trộn đều.
- Rưới nước sốt đều lên đậu phụ, dùng nóng với cơm trắng rất ngon.

# Đậu phụ sốt chua ngọt

Bạn có thể đổi món cho gia đình với đậu phụ sốt chua ngọt, ăn cay cay, hơi chua chua ngọt ngọt.



## Nguyên liệu:

2 bìa đậu phụ; 1 miếng vắt me nhỏ, hoặc 1 hay 2 trái me tươi; Ít nước mắm; Tỏi, đường, ớt bột và ít dầu hào; 2 thìa cà phê bột năng; Hành lá.

## Cách làm:

- Đậu phụ thái dày hay mỏng tùy bạn.
- Rán đậu phụ ngập dầu, nhớ lật hai bề mặt đậu phụ cho vàng đều.
- Vớt ra đĩa đã để sẵn giấy thấm bớt dầu ăn.
- Bột năng pha loãng với một ít nước.
- Me vắt bỏ ra bát, thêm ít nước sôi lấy muống chân cho me tan.
- Cho 2 muống dầu vào chảo, phi tỏi cho thơm, nhanh tay đổ nước sốt me ở trên vào.

- Nêm một chút dầu hào, đường, ớt bột, nêm chua ngọt, cay cay là được. Đổ bột năng vào cho hỗn hợp hơi sền sệt, đổ hành lá đã cắt nhỏ vào, trộn đều.
- Rưới nước sốt đều lên đậu phụ, dùng nóng với cơm trắng rất ngon.

# Thịt ba chỉ kho măng

Những món kho bao giờ cũng giúp bạn ăn cơm ngon hơn.



## Nguyên liệu:

300g thịt ba chỉ; 200g măng đã luộc: cắt miếng vuông vừa ăn; 1 củ hành tím băm nhuyễn, 1 tép tỏi băm nhuyễn, cho 1 chút nước sôi vào vắt lấy nước; Gia vị: nước màu, đường, bột nêm, nước mắm.

## Cách làm:

- Thịt ba chỉ cắt miếng vừa ăn, cho 1 muỗng nhỏ bột nêm, 2 muỗng canh nước mắm, 1 muỗng nhỏ đường, nước cốt hành tỏi, 1 muỗng canh nước màu, trộn đều nguyên liệu để 30 phút cho thấm.
- Cho vào nồi 1 muỗng nhỏ dầu ăn, khi dầu nóng cho hỗn hợp thịt đã ướp vào xào cho săn thịt. Sau đó, bạn cho thêm ít nước sôi xâm xấp mặt thịt và cho măng vô kho lửa liu riu chừng 20 phút nêm lại cho vừa ăn một lần nữa, thấy nước thịt hơi cạn thì tắt bếp.

# Lạ miệng với ếch xào dưa

Món này rất đưa cơm nhờ có vị chua của dưa xào, thịt ếch ngọt và chắc cùng với mộc nhĩ giòn giòn. Bạn hãy thử món dưa xào ếch này nhé, nó sẽ là một sự bổ sung tuyệt vời vào thực đơn gia đình những ngày mùa đông sắp tới đây!



## Nguyên liệu:

3 con ếch to; ½ trái dưa cỡ vừa; 100g thịt heo; 10g nấm mèo (mộc nhĩ); 2 củ hành tím; Hành, tỏi và gia vị.

## Thực hiện:

Ếch chặt khúc vừa ăn, rửa sơ qua với chút rượu trắng và rửa lại sạch bằng nước rồi để ráo.

Hành tím, tỏi băm nhỏ.

Thịt rửa sạch, cắt miếng nhỏ vừa ăn.

Ướp thịt heo với ¼ thìa cà phê tỏi băm, ½ thìa nước mắm và một chút hạt nêm.

Ếch ướp khoảng 10 phút với ½ thìa cà phê tiêu, ½ thìa cà phê tỏi, 1 thìa cà phê hành tím, 1 thìa cà phê hạt nêm.

Dứa bỏ lõi, thái miếng vừa ăn. Hành lá cắt khúc khoảng 3-4cm.

Nấm mèo thái miếng bằng cỡ miếng thịt heo bạn đã thái.

Làm nóng 2 thìa dầu ăn trên chảo, cho hành tím và tỏi băm vào phi thơm.

Trút thịt ếch vào xào chín rồi múc ra đĩa, để riêng.

Tiếp tục làm nóng dầu ăn trong chảo, cho dứa và thịt heo vào xào đến khi thịt heo săn lại thì bạn thêm nấm mèo xào chung; nêm với 1 thìa cà phê đường, 1 thìa cà phê nước mắm, ½ thìa hạt nêm sao cho vừa miệng thì đổ chỗ ếch lại vào chảo, tắt bếp.

Rắc hành lá, ớt tươi xắt lát (nếu bạn ăn cay) rồi lấy món xào ra đĩa, dùng nóng với cơm.

# Cách nấu hủ tiếu ngon

Món ăn sáng phổ biến ở miền Nam có nước dùng từ xương hầm và tôm khô, ăn kèm với tôm, thịt.



## Nguyên liệu:

500g xương lợn; 400g thịt nạc thăn có kèm ít mỡ để khi chiên không bị khô; 50g gan lợn; 100g thịt nạc xay; 100g tôm; Ít tai nấm hương; Hủ tiếu; Nước mắm, muối, đường, bột nêm; Tôm khô, sá bấu (củ cải mặn) để hầm xương; Giá, hẹ, hành lá, hành phi khô.

## Cách làm:

Nguyên liệu làm món hủ tiếu.

Đun sôi xương lợn, thả vào ít tôm khô và sá bấu (củ cải mặn). Khi đun, bạn nhớ vớt bọt cho nước dùng được trong.

Miếng thịt nạc thăn, ướp vào chút muối, nước mắm, dầu mè, bột nêm, dùng tay thoa hỗn hợp gia vị khắp mặt thịt để thịt nước thấm gia vị.

Đẻ miếng thịt vào nồi, để lửa lớn, đổ ít nước sôi ngập mặt thịt, nấu sôi. Đun đến khi thịt mềm là được. Thịt xá xiu mềm, thái thịt thành từng lát vừa ăn.

Tôm tươi luộc chín, bóc vỏ, xếp ra đĩa.

Gan lợn rửa sạch, ngâm gan với sữa tươi để thải chất độc trong gan ra, xả lại nước lạnh. Luộc chín gan, thái thành từng lát vừa ăn.

Thịt nạc xay ướp vào chút muối, tiêu, xào chín với dầu ăn và hành phi thơm. Đổ ra bát.

Nấm đông cô rửa sạch, ngâm nước lạnh cho mềm. Thả từng tai nấm hương vào nồi nước dùng, để sôi lại tắt bếp. Nêm nếm lại nước dùng tùy theo sở thích của bạn.

Hủ tiếu khô chần qua nước sôi. Để hủ tiếu vào bát, trên xếp vài lát gan, thịt xá xíu, tôm, múc ít thịt nạc xay lên trên bề mặt, xếp giá, hẹ, rắc tí hành hương phi khô. Chan nước dùng ngập mặt.

# Cá điêu hồng hấp tương

Có rất nhiều cách chế biến cá khác nhau như chiên, kho, nấu canh chua... nhưng nếu mang cá hấp với tương sẽ làm món ăn trở nên ngon miệng hơn.



**Nguyên liệu:**

**1 con cá điêu hồng 500g; 1 miếng gừng tươi cắt mỏng; Tương hột (làm từ đậu nành) bán sẵn ngoài chợ; Củ hành tím băm nhuyễn; Củ hành lá và ớt đỏ cắt nhỏ; 5 tai mộc nhĩ ngâm nở, cắt sợi nhuyễn, có thể thêm nấm rơm; Miến ngâm nở, cắt khúc ngắn; Muối, tiêu, dầu ăn.**

**Thực hiện:**

- Cá điêu hồng rửa muối cho sạch, trần qua 1 ít rượu trắng cho bớt mùi tanh.
- Ướp gia vị gồm một ít muối, hành tím băm nhuyễn và củ hành lá cắt nhỏ, ít dầu ăn cho ngấm.
- Để cá lên một đĩa, rắc gừng cắt mỏng, tương hột, miến, mộc nhĩ, rắc ít tiêu, ớt, hành lá lên trên.
- Bắc lên một cái sừng hấp cá khoảng 30 phút.
- Dùng món này với nước chấm chua cay ăn cùng cơm nóng, hoặc bạn có thể ăn kèm rau sống, cuốn bánh tráng cũng rất ngon.

# Đổi món với ngồng cải xào ngao

Những cánh đồng hoa cải vàng trải dài hút mắt làm đắm say bao người, và ngồng cải cũng là món ăn ngon ngọt được nhiều người ưa thích. Đổi món với ngồng cải xào ngao cho bữa cơm nhà bạn thêm thú vị.



**Nguyên liệu:**

**0,5 kg ngao sống; 0,5 kg ngồng cải; 10 cái nấm hương; 1 củ cà rốt; 2 củ tỏi; Dầu hào, gia vị, hạt nêm.**

**Cách làm:**

**Ngao sống rửa sạch cho vào nồi (không cho nước) đun trong 3 phút đến khi ngao mở miệng hết, đổ ngao ra rá cho nguội bớt rồi gỡ lấy thịt ngao. Ướp thịt ngao với chút gia vị và 1 thìa cà phê dầu hào.**

**Ngồng cải tước vỏ, rửa sạch, cắt khúc vừa ăn. Đun sôi một ít nước, cho ngồng cải vào trần qua rồi vớt ra xả nước lạnh. Cà rốt gọt vỏ, rửa sạch tỉa hoa. Nấm hương ngâm nở rồi rửa sạch.**

**Cho dầu ăn vào chảo, đun nóng già rồi cho tỏi đã bóc vỏ, băm nhỏ vào phi thơm. Bỏ thịt ngao vào xào nhanh tay rồi trút ra đĩa.**

**Thêm chút dầu ăn vào chảo rồi cho cà rốt và nấm hương vào xào đến khi chín tới thì cho ngồng cải vào xào cùng, nêm chút hạt nêm và 1 thìa cà phê dầu hào.**

**Khi ngồng cải đã chín thì cho thịt ngao vào đảo đều, nêm nếm vừa ăn. Bày món ăn ra đĩa và dùng nóng để tận hưởng hết vị ngon ngọt của ngao và ngồng cải.**

# Lạ miệng với gà kho cà ri

Các món liên quan tới cà ri thường khiến bạn liên tưởng tới ẩm thực của người Ấn Độ mà không phải ai cũng ăn được. Nhưng với món gà kho cà ri, có thể bạn sẽ thay đổi suy nghĩ đấy.



**Nguyên liệu:**

**1 đùi gà 300g; 2 muỗng canh dầu ăn; 2 cây sả băm nhuyễn; 1 tép tỏi băm nhuyễn; 1 củ hành tím băm nhuyễn; 2 muỗng cà phê bột cà ri; Gia vị gồm 2 muỗng canh nước mắm, 1 muỗng cà phê đường, 1 muỗng cà phê bột nêm.**

**Thực hiện:**

- Cho 1 muỗng canh dầu ăn vào chảo cho nóng rồi cho sả, hành tỏi đã băm nhuyễn vào xào đến khi nào thấy tất cả ngả màu vàng và thơm thì tắt bếp. Cho bột cà ri vào đảo thật nhanh và đều tay, trút hỗn hợp này ra bát.
- Chặt đùi gà thành miếng vừa ăn rồi cho hỗn hợp bột cà ri ở trên vào, cho gia vị, trộn đều và để vào tủ lạnh 30 phút, cho thấm gia vị.
- Cho 1 muỗng canh dầu ăn vào chảo cho nóng, bạn đổ gà đã ướp gia vị vào xào cho săn thịt. Sau đó, bạn cho thêm 1 ít nước sôi, hạ lửa nhỏ, kho liu riu. Bạn nhớ lật đều 2 mặt cho thịt được ngấm đều gia vị. Thấy nước hơi cạn thì tắt bếp.
- Cho món ăn ra đĩa và bạn trang trí thêm 1 ít lá húng quế cho đẹp. Món này dùng với cơm nóng và dưa leo rất ngon.

# Cách làm bánh khoai, bánh chuối ở nhà

Bánh khoai, bánh chuối là món ăn vặt phổ biến trong mùa đông. Món bánh bình dị, dân dã, rẻ tiền nhưng không kém phần hấp dẫn.



Bánh khoai, bánh chuối thường được bày bán ở vỉa hè, những nơi không đảm bảo vệ sinh, dầu mỡ lại được dùng đi dùng lại nhiều lần, không đảm bảo an toàn nên bạn có thể tự làm ở nhà vừa nóng giòn, vừa đảm bảo vệ sinh. Hãy cùng tham khảo cách làm dưới đây:

## Nguyên liệu:

**5 quả chuối tây (chuối sứ) chín kỹ; 1 củ khoai lang; 1 bát con bột nếp; 2 thìa canh bột năng; 1 thìa cà phê bột nghệ; 3 thìa canh đường; 1 bát nước.**

## Thực hiện:

**Chuối bóc vỏ, cắt đôi quả chuối theo chiều dọc, dùng dao ấn dẹp miếng chuối đã cắt.**

**Khoai gọt vỏ, thái lát mỏng rồi ngâm vào nước có pha 1 thìa nước cốt chanh cho khỏi thâm.**

**Hòa tan bột với nước, đường & bột nghệ sao cho có được hỗn hợp bột lỏng, sánh.**

**Thả chuối và khoai ngập trong bột. Nếu muốn ăn bánh chuối bạn có thể nhúng riêng miếng chuối. Nếu muốn ăn bánh khoai kèm chuối bạn dùng xẻng nấu xếp sẵn khoai phía dưới rồi đặt chuối lên phía trên.**

**Làm nóng nhiều dầu ăn trên chảo sâu lòng, cho chuối và khoai đã nhúng bột vào chiên vàng.**

**Bánh vàng một mặt bạn lật bánh lại chiên tiếp cho mặt còn lại cũng vàng đều là được.**

**Vớt bánh ra đĩa đã lót sẵn giấy thấm dầu, để ráo dầu trong vài phút rồi ăn nóng nhé!**

# Đậm đà cá rô kho tiêu

Thịt cá rô ngọt cộng với vị cay nồng và thơm của tiêu xanh, chút béo béo dai dai của thịt ba rọi làm cho bữa cơm thêm ngon miệng và hấp dẫn!



**Nguyên liệu:**

**3 con cá rô; 50g thịt ba rọi; Vài nhánh tiêu xanh, ớt, tiêu bột; Gia vị.**

**Lưu ý: Nếu không có tiêu xanh bạn thay hoàn toàn bằng tiêu đen nguyên hạt cũng được nhé!**

**Thực hiện:**

**Cá rô rửa sạch, khía vài đường trên thân cá để khi ướp cá dễ ngấm.**

**Ướp cá với 2 muỗng canh đường, 1 muỗng canh tiêu bột và ½ muỗng canh hạt nêm trong 20 phút.**

**Thịt ba rọi thái miếng nhỏ.**

**Ướp thịt với ½ muỗng canh hạt nêm, để ngấm 10 phút.**

**Làm nóng dầu ăn trong chảo, cho thịt ba rọi vào xào săn.**

**Xếp cá vào nồi, thêm 1 muỗng canh nước mắm và 1 chén ăn cơm nước lọc, thịt ba rọi và tiêu xanh. Nếu muốn ăn cay hơn thì các bạn có thể cho thêm ớt xắt lát.**

**Kho cá trên lửa nhỏ đến khi nước cạn sệt là được.**

**Những ngày trời lạnh lạnh mình thích ăn những món kho có nhiều tiêu một chút như món cá rô kho tiêu này.**

# Giòn rụm nấm bọc thịt chiên xù

Món này vô cùng hấp dẫn với lớp ngoài giòn rụm, lớp nấm ngọt và lớp giữa là nhân tôm thịt thơm ngon.



*Món ăn này theo cách chế biến của người Trung Hoa.*

## Nguyên liệu:

Vài chiếc nấm bào ngư, bạn có thể dùng bất kỳ loại nấm bản to hoặc thân to cũng được); 100gr tôm; 100gr thịt nạc xay; 1 lọn miến nhỏ; Bột mỳ; 1 quả trứng; Bột chiên xù; Muối, tiêu, bột nêm, nước mắm.

## Thực hiện:

Miến ngâm mềm, vớt ra rửa cho ráo nước rồi cắt nhỏ.

Thịt nạc xay trộn đều với miến, tôm, chút muối, tiêu, nước mắm, hạt nêm. Nếu không có tôm bạn dùng thịt nạc cũng được.

Nấm rửa sạch, cắt chân.

Thái nấm thành từng khoanh dày khoảng 1,5cm; từ những khoanh này bạn cắt vát giữa miếng nấm, không cắt rời ra.

Múc từng viên tôm thịt, nhồi vào giữa lòng từng miếng nấm.

**Đổ bột mỳ ra bát, đánh tan trứng. Lăn từng miếng nấm qua bột mỳ, rồi nhúng vào bát trứng, sau đó đến lớp bột chiên xù. Làm cho đến hết nấm.**

**Làm nóng chảo, đổ dầu ăn vào rồi đợi dầu nóng thả từng lát nấm vào chiên.**

**Nấm vàng vớt ra rổ nhôm cho ráo dầu.**

**Khi ăn bạn rưới ít tương ớt lên bề mặt nấm, dùng nóng.**

**Nấm bào ngư ăn rất giòn, ngọt, bạn có thể mua về xào với tôm, nhưng đôi lúc có thể chế biến món này như một món khai vị nhẹ. Lớp vỏ ngoài giòn rụm, lớp nấm ngọt và trong cùng là lớp nhân tôm thịt thơm ngon khiến không ít người không thể đoán ra đó là món gì mà cứ nghĩ là mực chiên xù.**

# Hấp dẫn canh cá rô đồng nấu khế

Canh cá rô nấu khế ăn nóng với cơm trắng sẽ giúp cho bữa cơm gia đình thêm ngon miệng.



Cứ đến mùa mưa, người dân quê lại chuẩn bị giỏ, lưới hay nơm tre đi bắt cá rô đồng. Chỉ cần đặt nơm, giỏ đầu dòng nước qua một đêm là có mớ cá tươi ngon cho bữa ăn cả nhà.

Thịt cá rô đồng béo nhưng chắc và thơm hơn loại cá rô nuôi công nghiệp và luôn là món dân dã trong các bữa cơm hàng ngày của người dân.

Có thể chế biến rất nhiều món từ cá rô đồng, những món đơn giản như cá rô chiên xù, cá rô kho tộ, cá rô nấu canh cải xanh, cháo cá rô... tuy nhiên, lạ miệng hơn cả là món canh cá rô nấu khế.

Cá rô và khế tươi là những nguyên liệu rất phổ biến ở các làng quê Việt Nam, sự kết hợp hai loại thực phẩm đó sẽ mang đến cho bạn một món ăn vô cùng hấp dẫn.

Canh cá rô nấu khế ăn nóng với cơm trắng sẽ giúp cho bữa cơm gia đình thêm ngon miệng. Đây là món ăn "thuần nông" nhất mà có lẽ người Việt nào cũng biết.

**Nguyên liệu:**

500g cá rô đồng; 500g khế tươi; 2 trái cà chua; Một thìa cà phê tỏi băm; 1 thìa súp me; 4 thìa súp đường; 2 thìa hạt nêm; 1 thìa dầu ăn; Hành, ngò, mùi tàu, ớt sừng.

**Chế biến:**

- Cá rô đánh vẩy, làm sạch, cạo hết nhớt. Khế rửa sạch, cắt bỏ vành, xắt lát mỏng. Cà chua rửa sạch, xắt múi cau. Nấu nước sôi, cho me vào lấy nước chua, bỏ hạt, sau đó cho cá vào nấu sôi.

- Nước sôi, thả cà chua vào, nêm gia vị vừa ăn, cho khế vào và tắt bếp. Rắc hành, ngò om, ngò gai xắt nhuyễn. Phi thơm tỏi vàng cho vào, thêm một vài lát ớt sừng.

# Thịt ba chỉ kho đậm đà hương mắm cá

Kho thịt với mắm cá giúp gia đình bạn có món ăn đậm đà, thịt mềm, mắm thơm, chan com ăn cũng ngon.



**Nguyên liệu:**

1/2 hũ mắm cá linh; 1/2 hũ mắm cá sặc không xương; Thịt ba chỉ cắt lát mỏng vừa ăn, đừng mỏng quá vì sẽ bị rách khi nấu; Tôm nhỏ cắt đầu đuôi; Cà tím cắt quân cò; 4 tép sả băm; 1/2 trái dừa cắt lát hay để miếng lớn cũng được, vì chỉ nấu lấy nước; Nước mắm, đường, chút xíu nước màu dừa; Rau đắng; Các loại rau thơm.

**Cách làm:**

- Đổ mắm vào nồi nhỏ, bắc lên bếp cho vào ít nước, nấu sôi cho cá tan ra, để nguội lọc qua rây cho sạch chỉ lấy nước cốt mắm, đổ xác cá đi.

- Bắc chảo khác, xào tỏi và sả cho thơm, cho thịt ba chỉ vào xào đều, cho tôm vào xào đều. Đợi tôm và thịt sôi cỡ 5 phút thì cho dừa và nước cốt mắm vào, nấu lửa nhỏ.

- Mắm đã mặn nên nêm đường, đến lúc nào thịt mềm thì thả cà tím vào. Đợi cà sôi mềm thì bắc ra khỏi bếp.

**Món ăn kèm với các loại rau.**

# Mẹo chiên khoai tây ngon

Từng miếng khoai tây mặm mặm, bùi bùi, giòn tan, ai cũng rất thích nhưng bạn không nên ăn nhiều vì khá nhiều dầu và tinh bột.



Nguyên liệu:

Vài củ khoai tây; Muối, dầu chiên, ít viên đá lạnh.

**Cách làm:**

- Khoai tây gọt vỏ, rửa sạch, thái miếng dọc vừa ăn.
- Hòa tan ít muối vào chậu nước lạnh, cho vài viên đá lạnh, ngâm khoai trong vòng 30 phút.
- Sau 30 phút, đổ khoai ra rổ cho ráo nước.
- Đun nóng nồi nhỏ, đổ dầu ăn vào nồi, dầu nóng thả khoai vào chiên, dầu chiên phải ngập mặt khoai, thỉnh thoảng dùng đũa đảo nhẹ tay để khoai vàng đều.
- Khoai vàng, vớt ra rổ nhôm cho ráo dầu, dùng nóng.

# Thịt đùi gà chiên xù

Là món gà chiên kiểu Nhật nhưng với một chút biến tấu, bạn đã có món ăn ngon dành cho gia đình với nguyên liệu dễ kiếm.



*Bạn nên dùng thịt gà khi nóng.*

**Nguyên liệu:**

**4 đến 5 miếng thịt gà phần đùi đã lọc xương; Muối, tiêu, rượu trắng; Bột mỳ, bột chiên xù; 1 quả trứng gà; Tương ớt ăn kèm, hay ketchup; Rau bắp cải hay cà chua, rau diếp... tùy theo sở thích của bạn.**



*Gà thái miếng vừa ăn.*

**Cách làm:**

- Thịt gà thái miếng vừa ăn, lau thật khô, cho muối và tiêu xoa khắp miếng thịt, dùng tay xoa ít rượu trắng đều thịt, để khoảng 30 phút đến 1 giờ đồng hồ.
- Dùng khăn giấy lau thật khô từng miếng gà.
- Đổ bột mỳ, bột chiên xù ra bát, đánh tan trứng gà.
- Lăn từng miếng thịt gà qua bát bột mỳ, lăn đều miếng thịt rồi phủi nhẹ nhẹ cho bột thừa rơi bớt. Sau đó, lăn thịt qua bát trứng gà rồi lăn qua bột chiên xù.
- Dầu đun nóng, thả từng miếng thịt gà đã lăn bột vào chiên.
- Khi chiên, bạn không nên đảo nhiều mà nên để cho mặt thịt chiên vàng thì mới nhẹ nhàng lật mặt khác.  
Thịt vàng vớt ra rổ nhôm để ráo dầu. Khi ăn, bạn thái miếng vừa ăn hoặc để nguyên, dùng nóng với cơm kèm rau và tương ớt hay tương ketchup.
- Rau ăn kèm gồm bắp cải thái sợi thật mỏng, rửa sạch, để ra rổ thật ráo, cà chua bỏ làm đôi nếu dùng cà lớn, dùng cà chua bi thì không cần cắt, rau răm hoặc dưa leo, hay rau diếp.