

Bộ Đồ Lòng

Song Thao



Bộ đồ lòng dĩ nhiên gồm có... lòng. Nhưng lòng lại chia ra nhiều loại: lòng non, phèo, lòng già, khổ linh. Khổ linh là phần cuối của lòng già, ăn rất giòn, béo vì có lớp mỡ bên trong. Đó là điểm cộng của khổ linh. Điểm trừ là khổ linh rất hôi, có lẽ đây là lý do có chữ “khổ” nằm vùng ở đây. Bàn ngang một chút: lòng còn chỉ “lòng dạ”, một từ không dính dáng chi tới chuyện ngon hay dở. Nghĩa bóng của “lòng dạ” chỉ liên quan tới con người, còn bò heo gà thì chỉ có một nghĩa. Ngoài lòng, bộ đồ lòng còn bao gồm tim, gan, bao tử, dồi trường. Dồi trường chỉ có ở heo nái. Tùy theo tuổi heo, dồi trường to hay nhỏ. Loại ngon nhất là dồi trường của heo nái đẻ hai hoặc ba lứa. Nhưng ít thực khách biết chuyện này nên cứ đòi dồi trường to, vừa đất vừa không ngon.

Tôi thuộc loại thích ăn bộ đồ lòng nên viết tới đây đã thấy tốn nước miếng, nhưng ráng nuốt cho thông cái họng để viết tiếp. Kỳ lạ, họng cũng được coi như bộ đồ lòng. Không phải vì thịt vách ngăn cuống họng có vị giòn tan và ngọt mà vì họng được băm nhỏ làm tiết canh cho có chất sụn giòn giòn sừn sực.



Tiết canh.

Tiết canh là một món ăn chơi tuyệt diệu. Có tí đế hay whisky vào còn tuyệt diệu hơn nữa. Khi xưa, lúc còn ở Việt Nam, tôi là fan của tiết canh. Nhân tiết canh gồm bộ đồ lòng nhưng không dùng gan. Dùng hành nướng, rau mùi, húng, lá chanh, ớt, băm nhỏ và trộn lẫn với nhau. Tiết được hầm với nước mắm hoặc chanh, muối và nước đun sôi để nguội. Khi tiết canh đã đông mới cắt gan thành lát nhỏ rắc lên trên. Fan của tiết canh như tôi bây giờ nhìn tiết canh làm lơ vì cái tội của khoa học. Các chuyên viên y tế vạch tội tiết canh một cách rất tận tình. Nó gây ra bệnh

giun sán, nhiễm liên cầu khuẩn lợn, gây ra ngộ độc có thể dẫn đến tử vong. Một trong những nguyên nhân là khi cắt tiết heo gà vịt người ta không phân biệt được máu đỏ và máu đen, cứ lấy tuốt. Máu đen là chất thải độc của con vật. Nghe dọa như vậy, cái miệng teo lại liền. Chẳng nên phiêu lưu rước bệnh vào người. Mấy anh tây thấy tiết canh rùng mình chạy có cờ. Mấy anh mũi lõ này mãi chạy mà quên lịch sử đớp hít của chính mấy anh.



Một quán tiết canh lòng lợn tại Hà Nội ngày nay (Hình: Tiến Chinh, 04/2025).

Tại Pháp cũng có món tiết canh có tên là “sanquette”. Tại các miền quê, người Pháp giết ngỗng, gan, gà, vịt, dê, cừu, thỏ bằng cách kẹp chặt hai chân sau, đập đầu, móc mắt, cắt tiết rồi cạo lông. Tôi không rõ dân Pháp làm tiết canh như thế nào, có như dân mít ta không, nhưng họ cho đó là món ăn ngon và bổ nhất trên cõi đời này. Tiết canh đã được liệt kê trong cuốn “Grand Livre de Cuisine Bistrot” của đầu bếp trứ danh Alain Ducasse

Sẵn đang nói chuyện bên Tây, nói về chuyện...dồi Tây coi nó khác dồi ta ra sao. Tây có món dồi huyết (boudin noire). Không chỉ ở Pháp mà ở Ý, Thụy Sĩ, Bỉ, Anh, Tây Ban Nha, Nga,

Romania đều khoái hết. Dồi chỉ nhồi toàn huyết coi bộ thiếu sáng tạo. Chưa bao giờ thử mà tôi thấy chẳng có chi hấp dẫn. Chi chứ dồi ở Việt Nam nhất định nhiều phần hấp dẫn hơn. Mỗi loại dồi có nhồi nhét những thứ khác nhau bên trong.

Dồi huyết (boudin noir) của Pháp.



Nói ra thì có nhiều người phản bác nhưng nói tới dòi không thể không nói tới chuyện dòi chó. Sống trên đời ăn miếng dòi chó / Chết xuống âm phủ hỏi có hay không? Dân gian đã bàn tới chuyện món ăn xuyên âm dương như vậy hỏi có thể bỏ qua được không? Chắc là không! Dòi được làm bằng lòng non. Lộn trái cổ lòng, làm thật sạch, sát muối rồi rửa kỹ cho hết mùi hôi. Nhân dòi gồm đậu phộng rang, đậu xanh đãi vỏ chón giã mịn, mỡ màng tang băm nhỏ, búp dâu non thái như thái thuốc lào, hành răm thái nhỏ, tiết đong, hạt tiêu trộn đều. Nhồi xong mang luộc hoặc hấp chín đều. Vớt ra, quấn khúc dòi đã chín vào một khúc tre, nướng trên than hoa đỏ rực tới khi vỏ dòi vàng rộm nhưng không cháy, dòi không bị nứt. Dòi ăn với nước chấm được chế riêng từ lục phủ ngũ tạng của con cây: cuống họng, phổi, tụy, thận, thực quản, ruột già làm sạch. Xào tất cả với khế chua cho tới khi chín tới, cho thêm mẻ vào, đảo đều, nấu tiếp tới khi được thì bắc ra, cho thêm vào vài lát ớt và lá chanh. Ăn với húng chó, rau mùi già và...ba xí để! Ngon như thế nào, phải viện tới ông nhà văn sành ăn Vũ Bằng tả tình tả cảnh.



Dòi chó.



Lòng dòi chó.

“Đã định không nói, nhưng không nói không chịu được. Ờ mà nếu ca tụng thịt cây mà mang tiếng là thiếu văn minh thì mình cũng đành chịu cái tiếng thiếu văn minh vậy, chớ nói đến miếng ngon Hà Nội mà không nói đến thịt cây, người ta quả là thấy thiếu thốn rất nhiều. Chỉ thiếu có một người, vũ trụ bao la hiu quạnh... huống chi lại thiếu thịt cây thì còn vui sống làm sao? Nhắm một miếng dòi, lại đưa cay một tợp rượu, rồi khế lấy hai ngón tay nhón một ngọn rau húng điểm vào một vị hăng hăng, man mát cho tất cả cái bùi, cái béo, cái cay, cái mát, cái hăng quyện lấy nhau, anh sẽ nói với tôi cảm tưởng của anh ra thế nào... Quả vậy, nếu sau này, người ta chết xuống âm phủ mà không có dòi chó để ăn thì âu cũng là một mối hận thiên thu mà ta cần phải đề phòng ngay tự giờ. Ốc chó có tiếng là ngon, nhưng có ý vị, càng ăn càng thấy ngon thì chính là dòi chó. Sao mà lại có những người có óc vĩ đại lại đi nghĩ ra được cách làm một cái thứ dòi ngon lạ ngon lùng đến thế, một tổ hợp tiết tấu đến như thế, hờ Trời? Gắp một miếng chấm muối chanh, rồi đưa cay một hơi rượu, ta thấy tất cả tiết, sụn, lá thơm và đậu xanh ở trong miếng dòi nâng đỡ nhau, đoàn kết nhau thành một khối bất khả chia lìa, không những thấy ngon lành cho khẩu cái mà thôi, nhưng lại còn làm cho ta mát gan nở ruột vì cái đẹp tinh thần do sự nhất trí tạo thành”.

Dòi heo lại là một trường phái khác. Trường phái này mang tính chia rẽ Bắc Nam. Người Nam dùng ruột non, trừ dân Tây Ninh xé rào dùng ruột già như người Bắc. Dòi Nam được nhồi bằng thịt vai xắt hạt lựu, huyết chín, đậu xanh, hạt tiêu rang vàng đập giập, rau răm, rau húng quế xắt nhỏ. Dòi được hấp chín rồi chiên vàng. Người Bắc dùng ruột già tuốt bằng nước gạo. Nhân gồm sụn, cổ họng, mỡ sa, ba chỉ, rau răm băm nhuyễn, hành hoa xắt nhỏ, đậu xanh rang, lá xương sông, nước cốt riêng, sả, tiết đong. Dòi Bắc được luộc chứ không nướng. Dòi dùng với nước chấm gồm mắm tôm đánh sủi bọt với rượu trắng, nước cốt chanh, ớt xắt lát, chút mỡ nước và đường. Rau ăn kèm gồm húng chó, húng quế, rau thơm, rau ngò, tương tự như khi ăn tiết canh. Tận dụng bộ đồ lòng kỹ nhất phải nói tới phá lấu. Phá lấu dùng hầu hết các phần của bộ đồ lòng.

Nhắc tới phá lấu, những người thuộc thế hệ trẻ trước khi Sài Gòn đổi chủ chắc phải thờ dài. Như lời một bản nhạc, “nhớ ơi là nhớ, nhớ bất tận”, nhớ nấu lòng nấu ruột. Nhưng phá lấu không phải là món của Sài Gòn mà là của người Triều Châu, vùng Quảng Đông bên Tàu. “Lấu” tiếng Tiều có nghĩa là ướp các gia vị cay. “Phá” nghĩa là thịt động vật. Người Tiều thường làm phá lấu trong những ngày giỗ chạp, cúng kiếng. Lễ vật của những dịp này là nguyên con heo. Thường thì không dùng hết nên họ đem các bộ phận của thịt heo tẩm ướp thành phá lấu dùng lâu dài trong những ngày sau đó. Lưỡi, tai, ruột, bao tử được ướp bằng hỗn hợp quế, hồi, bát giác hồi hương, ngũ vị hương cùng một số vị thuốc bắc. Phá lấu được nấu chậm trong nhiều tiếng đồng hồ, có khi nấu cả ngày mới xong. Nồi phá lấu của người Tiều nhiều khi được để quanh năm suốt tháng trên bếp lửa, hết nước lại châm vào với nước thêm tí muối là có thể ăn dần trong cả năm.

Phá lấu Quảng Đông của người Tiều du nhập vào Sài Gòn đã được thay đổi theo sở thích của người dân miền Nam Việt Nam. Tác giả An Lê đã viết trên báo Lao Động ra ngày Chủ Nhật 13/4/2025 vừa qua như sau: “Những ghi chép về nghệ thuật ẩm thực vùng Triều Châu (Quảng Đông, Trung Quốc), cho chúng ta biết phá lấu thường dùng thịt gà, thịt thỏ, thịt bò, thịt heo cắt vuông rồi ướp kỹ và nấu chậm đến khi thành phẩm. Nhưng phá lấu ở Sài Gòn, rất ít dùng thịt, có chăng chỉ là phần thịt thủ của heo gồm mũi, tai, lưỡi và chủ yếu vẫn là nội tạng bò, heo. Đó là bởi phá lấu gặp thói quen thích ăn nội tạng heo và tục lệ cúng đầu heo của người Nam Bộ. Bởi ở thời kỳ đầu của vùng đất phương Nam, con trâu, con bò vẫn là “đầu cơ nghiệp” của việc nông nghiệp, thế nên, người dân chỉ thường giết heo để cúng tế và ăn thịt hơn là dùng trâu, bò. Do đó, đã có một sự chuyển biến về mặt nguyên liệu chế biến, chuyển từ các loại thịt sang nội tạng của heo, thịt đầu heo.

Chỉ đến khi trâu, bò được coi như thực phẩm thông thường, người ta mới nấu phá lấu bằng nội tạng bò vì nhiều hơn, rẻ hơn nội tạng heo và gia cầm. Một hương vị chỉ có ở ẩm thực Nam Bộ cũng đã xuất hiện trong món phá lấu là nước cốt dừa, tạo ra hương vị thơm béo, ngậy ngậy rất lôi cuốn. Như thế, chúng ta đã nhìn thấy hành trình hòa hợp một phương thức nấu ăn người Tiều với nguyên liệu của bản địa để tạo nên món phá lấu Sài Gòn vô cùng đặc biệt”.



Mâm phá lấu.



Khu Viên Đông trước 1975.

Những người trẻ trước năm 1975 chắc không ai không biết mâm phá lấu của ông Tàu già nằm giữa những xe gỏi đu đủ khô bò và đồ ăn vặt khác gần xe nước mía Viên Đông. Hồi đó tôi là khách hàng thường trực nhưng chỉ nhìn thấy mâm phá lấu chứ không nhìn kỹ ông Tàu già, huống chi tên tuổi quê quán của ông. Tới bây giờ, ngàn trùng xa cách, tuổi tác không còn như xưa, tôi mới biết được “lý lịch” ông. Ông tên Lưu Đặng, người gốc Quảng Đông sinh sống ở Campuchia. Năm 1970, Lon Nol ra lệnh “cấp duồn” người Việt, ông mới chạy qua Sài Gòn lánh nạn và mưu sinh bằng nghề gia truyền là món phá lấu khìa. Phụ ông có cô con gái nhỏ tên Lưu Kim Sanh, khoảng chục tuổi, chạy lăng xăng bán phụ với cha. Ông Lưu Đặng nay đã ra người thiên cổ, cô bé nhỏ nhít năm xưa nay thay nghề cha, vẫn ôm mâm phá lấu ngay chỗ cha cô đứng từ năm 1970 tới 1990.

Xưa cũng như nay, mâm phá lấu của bà Sanh, nay đã cỡ trên 60 tuổi, gồm có lòng heo, bao tử, thú linh, dồi, phèo, gan, chả và ruột vịt. Nước chấm là tương đen. Bà Sanh hồi tưởng: “Hồi đó 9 tuổi là tui theo ba đi bán phá lấu dạo rồi. Ông bán từ thời còn thanh niên. Khu này thời trước 1975 là một dãy xe bán đồ ăn vặt dạo. Nào là khô bò đu đủ, phá lấu, nước mía... Có ông già kia có quán tên “Nước mía Viên Đông” thế là mọi người đặt tên cho dãy ăn vặt khu chợ Cũ này theo quán ông luôn. Nghe cũng hay hay”. Có lẽ bà Sanh nhớ lộn. Xe nước mía Viên Đông nằm một phần trong nhà là một cơ ngơi hái ra tiền. Cách đây vài năm, tôi có gặp bà chủ của cơ ngơi này, hiện sinh sống tại Montreal, có nhắc tới những ngày bà đếm tiền tới mỗi tay.

Trong hồi ức của một người Sài Gòn xưa, tôi đọc được một đoạn viết như sau.

“Ngược dòng thời gian những năm 70 thế kỷ trước, nam nữ thanh niên chiều cuối tuần, dung dăng dung dẻ dạo phố Sài Gòn thế nào cũng ghé góc đường Pasteur-Lê Lợi dừng xe uống ly nước mía. Trước tiệm nước luôn có mấy mâm phá lấu lòng heo, lòng gà, lòng vịt. Mỗi miếng lòng riêng lẻ được ghim sẵn một cây tăm, ăn bao nhiêu đếm tăm tính tiền bấy nhiêu. Ăn phá lấu kiểu này là ăn kiếng, ăn làm duyên.”

Những người muôn năm cũ, dù lưu lạc tại phương trời nào, vẫn nhớ tới góc đường ăn uống huyền thoại Lê Lợi-Pasteur này. Bà Sanh kể:

“Có ông khách xưa định cư ở Pháp rồi mà mỗi lần về ăn cả chục đĩa phá lấu, gần 500.000 đồng. Ông nói đi lâu mỗi lần về là nhớ mùi ruột vịt, thềm phá lấu chấm tương đen đến ứa nước miếng. Bán cho khách vậy thấy đã lắm”.

Người đi xa đã như vậy, người còn ở lại có thể vẫn còn thấy góc đường thần thoại này nhưng không còn được cái không khí xưa. Nhà văn Đỗ Duy Ngọc, vẫn bám trụ Sài Gòn, trong cuốn “Ăn Mà Không Chơi”, đã nhớ:

“Trên khay để đầy phá lấu nhiều màu, toàn những màu sẫm là lòng heo, dồi trường, tim, lưỡi, lá sách, bao tử, gan, ruột non, phèo, phổi. Nói chung là toàn bộ đồ lòng của con heo lại thêm lòng gà đầy đủ gan, tim, ruột lòng thông xoắn xoắn. Miếng phá lấu được cắt nhỏ lúm một miếng chưa đầy miệng, cắm một cây tăm. Trên khay còn có tương đen, tương đỏ. Khách lái xe xuôi đường Pasteur, thắng xe ghé lại, thích gì ăn nấy, cây tăm khi đã bỏ miếng phá lấu vào miệng thì chú Ba Tàu lại ghim một cây tăm khác vào cổ tay của ông, có sợi cao su buộc ngang. Khách ăn xong chú Ba căn cứ vào số tăm trên tay mà tính tiền. Miếng phá lấu ở đây bây giờ nhớ lại thấy ngon lạ lùng. Miếng lá sách có gai như miếng khăn lông nhai sần sật, miếng ruột non, ruột già beo béo, miếng gan bùi bùi, miếng lưỡi, miếng phèo hơi dai càng nhai càng ngọt mùi... Gần nửa thế kỷ rồi, nhắc lại món phá lấu ở địa chỉ ấy bỗng dưng trên đầu lưỡi phảng phất cái mùi ngũ vị hương, cái mùi húng lìu, nước tương hòa lẫn vị béo, dai, bùi của phá lấu năm xưa. Nhắc để gặm nhấm kỷ niệm của một thời chớ cô bạn gái ghé vào đây, hoặc đi với mấy thằng bạn, chấm chấm, nhai nhai sao đời nghèo mà vui thế”.

Người đi xa, người ở gần, dù đã bao dâu bể, vẫn một lòng với khu Lê Lợi-Pasteur. Nỗi nhớ thành thơ. Như những vần thơ nhớ của Bác sĩ Lê Văn Lân:

*Anh ơi, “Nước mía Viễn đông”
Hai ly chưa đã, mát lòng em luôn
Thêm đĩa bò bía chấm tương
Ăn kèm phá lấu, em thương anh nhiều.*

Song Thao