

# NHỮNG MÓN ĂN NỔI TIẾNG CỦA VIỆT NAM

## Bài 1 – PHỞ BÒ



<https://tuoitrenews.vn>

Phở là một trong những món ăn được bình chọn là quốc hồn của ẩm thực Việt Nam. Món phở đã trở thành món ăn ngon của thế giới.

Khi người nước ngoài nói đến món phở, ai cũng phải phát âm bằng tiếng Việt, “Phở”. Từ “Phở” trở thành danh từ riêng nằm trong từ điển Oxford nước Anh.

Để nấu nước phở bò, bạn cần có:

- Xương tủy và xương thịt
- Thịt bò sống thái lát mỏng
- Hành tây
- Tỏi nguyên củ
- gừng tươi
- Gia vị: hoa hồi, đinh hương, thanh quế, vỏ bạch đậu khấu, hạt thì là, hạt rau mùi
- Muối, nước mắm, chút đường

Phở Việt Nam được làm từ nước dùng bò bổ dưỡng và được tẩm gia vị thơm. Bánh phở dai cùng với những lát thịt mềm thái mỏng vừa đủ và các loại rau, thảo mộc tươi là một món mà người Việt có thể ăn trong mọi bữa ăn.

Câu hỏi:

1. Theo em vì sao món phở lại là món ăn Việt Nam được nhiều người ngoại quốc biết đến?
2. Em có biết phở bò và phở gà khác nhau thế nào không?

## Bài 2 – GIA VỊ ĂN VỚI TÔ PHỞ

Gia vị ăn với phở là húng quế, ngò tươi, hành lá, hành tây trắng hoặc đỏ thái lát, chanh tươi, giá đậu xanh, ớt đỏ thái lát, tương ớt cay.

Dưới đây là 5 loại rau thơm (rau sống) thường ăn chung với phở:

### 1. Ngò rí – rau thơm

Vị của rau hương thơm nhẹ nhàng, không át mất hương vị của thịt bò và nước lèo phở.



<https://angihomnay.vn>

### 2. Rau quế (húng chó)

Rau quế còn có tên gọi dân gian là húng chó. Ngoài tên gọi rau quế còn có tên gọi khác bằng tiếng anh là Thai Basil.



<https://angihomnay.vn>

### 3. Rau ngò gai

Rau ngò gai còn gọi là rau rặng cưa. Loại rau này có thể trồng ở mọi khí hậu. Rau ngò gai có hình lá dạng răng cưa khá sắc, ở một số nơi gọi là rau mùi tàu. Rau rặng cưa cũng có một hương thơm rất đặc biệt



<https://angihomnay.vn>

#### 4. Rau húng lủi

Rau húng lủi có một hương thơm nhẹ nhàng lướt qua thì khá giống bạc hà. Chính vì vậy, hương vị của chúng cũng hơi kén người ăn vì có mùi nồng. Nhưng đối với những người thích ăn thì rau húng lủi lại là một loại rau không thể thiếu được khi ăn phở.



<https://angihomnay.vn>

#### 5. Lá tía bát

Khắc hẳn với các loại rau trên, rau tía bát có thể làm thuốc. Khách khi ăn với phở với loại rau này, có thể giảm ho, sốt, cảm cúm... Đây là một loại rau rất phổ biến và không thể thiếu được ở tất cả các quán ăn, nhà hàng.

Rau tía bát với hương thơm đặc biệt, màu đỏ tím lạ mắt, dùng trong trang trí cũng rất đẹp.



<https://angihomnay.vn>



<https://angihomnay.vn>

Câu hỏi:

1. Em biết gì về những loại rau sống thường được ăn chung với phở? Các loại rau này có thể dùng để ăn chung với món ăn Việt nào khác nữa không?
2. Theo em phở miền Bắc có khác phở miền Nam không? Vì sao em nghĩ như vậy?

## Bài 3 – BÁNH MÌ VIỆT NAM



<https://deliciousvietnam.net>

Bánh mì là một trong những món ăn “đường phố” ở Việt Nam. Cũng như món Phở, bánh mì Việt Nam đã được đưa vào từ điển Oxford.

Khi nói về món ăn vừa rẻ vừa bổ này ai cũng gật đầu khen ngon. Các tiệm bánh mì Việt Nam mọc lên rất nhiều ở Sydney. Một số tiệm đã trở thành địa điểm nổi tiếng, được nhiều khách Việt và cả khách không phải người Việt yêu thích.

Có nhiều người không đồng tình với quan điểm bánh mì Việt Nam có nguồn gốc từ Pháp. Thực tế, bánh mì được du nhập về Việt Nam, và đặc biệt là đến Sài Gòn từ những năm 1859.

Nhìn chung, người Việt xem bánh mì như một món ăn chơi, không được coi là món ăn chính. Bánh mì được dùng chỉ để ăn cho qua bữa, chứ không thay thế được một bữa cơm thường lệ.

Ngày nay, bánh mì đã trở thành một trong những nét đặc trưng của ẩm thực Việt Nam.



<https://cafebiz.vn>



## Bài 4 – CÁC LOẠI BÁNH MÌ VIỆT NAM

Tùy theo mỗi vùng khác nhau mà các thực phẩm bên trong của một ổ bánh mì Việt Nam khác nhau. Nói chung, bao gồm 3 nhóm chủ yếu là:

- Nguyên liệu động vật như thịt lợn quay, thịt băm hầm với gia vị (xíu mại), Pa tê gan, lạp xưởng, xúc xích kiểu Việt Nam, thịt gà, cá mòi, phô mai, trứng rán, chả, thịt nguội, bì, bơ, mỡ hành v.v.
- Các loại rau như dưa chuột thái mỏng, rau mùi (ngò), đồ chua, dọ hành, hành tây, húng thom, v.v.
- Nước sốt, gia vị như xì dầu, nước mắm pha, nước tương, tiêu, nước sốt, ớt tươi v.v.

Tùy vào thành phần nhân được kẹp bên trong ổ bánh mì mà người ta gọi tên của chúng khác nhau.

Chẳng hạn, bánh mì thịt, bánh mì chả, bánh mì bì, bánh mì xíu mại, bánh mì ốp-la, bánh mì chà bông v.v.

Có thể nói, “Bánh mì Việt Nam” là một món ăn đường phố hấp dẫn, đã trở thành một nét văn hóa đặc trưng ẩm thực của người Việt.

Câu hỏi:

1. Vì sao bánh mì Việt Nam được nhiều người ưa thích?

2. Em có đồng ý với quan điểm, “Bánh mì Việt Nam là một món ăn đường phố hấp dẫn, đã trở thành một nét văn hóa đặc trưng ẩm thực của người Việt” không? Giải thích.



<https://nhaxinhplaza.com>

## Bài 5 – BÁNH MÌ HẤP MỠ HÀNH



<https://noiiphodien123.vn>

Bánh mì hấp mỡ hành là một trong những món ăn cũng khá hấp dẫn. Cách chế biến món bánh mì hấp mỡ hành rất đơn giản.

Đầu tiên, bạn hãy cắt bánh mì không, thành những lát dày khoảng 3 cm. Rồi xếp bánh mì cắt lát vào xúng hấp khi nồi nước đã sôi, khoảng 3, 4 phút.

Hành lá, sau khi đã rửa sạch, cắt nhỏ như hạt lựu. Cho hành đã cắt vào chén, thêm vào 1/5 muỗng cà phê muối, trộn đều. Đun sôi 3 muỗng canh dầu ăn rồi rót vào chén hành, trộn đều lên để làm mỡ hành.

Thịt heo băm nhỏ, trộn với nấm mèo, tỏi băm nhuyễn và thêm một chút muối. Xào tắt cả hỗn hợp này khoảng 10 phút.

Đặt bánh mì đã hấp lên đĩa, để hỗn hợp thịt bằm lên trên miếng bánh, rồi rưới lên trên cùng một chút mỡ hành.

Món này có thể cuộn với rau diếp và chấm với nước mắm pha ngọt.



<https://noiphodien123.vn>

Câu hỏi:

1. Em nghĩ gì về món bánh mì hấp Việt Nam? Vì sao em nghĩ như vậy?
2. Theo em, bánh mì hấp có phải là một món ăn “tiết kiệm” bánh mì bị cũ không? Món bánh mì hấp còn có đầy đủ chất dinh dưỡng không? Vì sao?

3. Dựa vào bài đọc, em hãy viết công thức và cách làm bánh mì hấp mỡ hành.



<https://poppy.edu.vn/cach-lam-banh-mi-hap>