TẠP CHÍ ĐIỆN TỬ
THƯƠNG HIỆU & CÔNG LUẬN

Bánh xèo Miền Tây: Hương vị dân dã từ đồng quê sông nước

06:38 05/06/2026

Bánh xèo miền Tây không chỉ là một món ăn dân dã mà còn là biểu tượng văn hóa ẩm thực của vùng Đồng bằng sông Cửu Long - nơi sông nước chằng chịt, ruộng đồng mênh mông và con người phóng khoáng, hiếu khách.

Bánh xèo có nguồn gốc từ ẩm thực Khmer, được người Việt ở miền Tây tiếp thu và biến tấu từ thế kỷ 18-19, khi cộng đồng người Việt di cư về Nam bộ. Tên gọi "xèo" xuất phát từ âm thanh "xèo xèo" khi bột đổ vào chảo nóng, gợi lên sự sống động của quá trình chế biến.

Bánh xèo Miền Tây: Hương vị dân dã từ đồng quê sông nước (Ảnh: internet)

Khác với bánh xèo miền Trung hay miền Bắc thường nhỏ gọn và giòn tan, phiên bản miền Tây nổi bật với kích thước lớn (đường kính 30-40 cm), vỏ mỏng giòn, nhân đầy đặn, phản ánh sự hào sảng của vùng đất phù sa màu mỡ, món ăn này gắn liền với mùa nước nổi, khi tôm cá dồi dào, và trở thành món ăn gia đình, lễ hội ở các tỉnh như Tiền Giang, An Giang,

Cần Thơ.

Bánh xèo miền Tây nổi bật với kích thước lớn (đường kính 30-40 cm), vỏ mỏng giòn, nhân đa dạng

Về nguyên liệu, bánh xèo miền Tây sử dụng những sản phẩm tươi ngon từ thiên nhiên địa phương, đảm bảo tính bền vững và hương vị tự nhiên. Bột chính là bột gạo tẻ (thường từ giống lúa địa phương như Nàng Thơm), pha loãng với nước cốt dừa để tạo độ béo ngậy và thơm lừng –Tỷ lệ pha bột khoảng 1 phần bột gạo : 2-3 phần nước, thêm nghệ tươi giã nhuyễn để tạo màu vàng óng tự nhiên, thay vì bột nghệ công nghiệp. Nhân bánh đa dạng: tôm sú sông tươi (hoặc tôm đất nhỏ), thịt heo ba chỉ thái mỏng, giá đỗ trắng giòn, đậu xanh ngâm nở, và đôi khi thêm củ sắn hoặc nấm rơm tùy mùa. Rau sống kèm theo là yếu tố không thể thiếu, bao gồm xà lách, cải xanh, húng quế, diếp cá, rau thơm, và đặc biệt lá cách (một loại lá rừng miền Tây có vị chua nhẹ. Nước chấm là nước mắm pha chua ngọt với tỏi, ớt, chanh, đường, đôi khi thêm đậu phộng rang giã nhuyễn để tăng độ sánh.

Quy trình chế biến bánh xèo miền Tây đòi hỏi sự khéo léo và kinh nghiệm

Quy trình chế biến bánh xèo miền Tây đòi hỏi sự khéo léo và kinh nghiệm, thường được thực hiện trên chảo gang lớn đặt trên bếp củi để giữ nhiệt đều. Đầu tiên, ngâm đậu xanh 2 - 3 giờ, hấp chín và giã nhuyễn. Phi thơm hành tím với dầu ăn, xào thịt heo và tôm cho săn, thêm giá đỗ cuối cùng để giữ độ giòn. Bột được khuấy đều, nghỉ 30 phút để nở. Làm nóng chảo với lớp dầu mỏng, đổ một vá bột loãng, xoay chảo để bột lan đều thành lớp mỏng. Rắc nhân lên một nửa mặt bánh, đậy nắp 1-2 phút cho vỏ giòn, rồi gấp đôi bánh lại. Thời gian chiên chỉ 3-5 phút mỗi chiếc để tránh vỏ bị dai, bí quyết là lửa to ban đầu để tạo tiếng "xèo" giòn tan, rồi giảm lửa để nhân chín đều mà không cháy.

Cách thưởng thức bánh xèo miền Tây mang đậm tính cộng đồng và gần gũi với thiên nhiên. Thực khách dùng tay cuốn bánh trong lá cải xanh hoặc xà lách lớn, thêm rau thơm, chấm ngập nước mắm pha. Miếng bánh nóng hổi, vỏ giòn rụm bên ngoài, mềm ẩm bên trong, hòa quyện vị béo của nước cốt dừa, ngọt của tôm thịt, chua nhẹ của rau và cay nồng của ớt. Thường ăn kèm dưa chua (dưa hành, dưa cải) để giải ngấy. Ở các quán ven sông như chợ nổi Cái Răng (Cần Thơ), bánh xèo được phục vụ ngay tại chỗ, kèm ly rượu đế hoặc nước ngọt từ dừa tươi, món ăn này đạt đỉnh cao vào mùa lũ (tháng 8-11 âm lịch), khi nguyên liệu phong phú nhất.

Bánh xèo miền Tây còn gắn với nhiều giá trị văn hóa và kinh tế. Nó xuất hiện trong lễ hội Ok Om Bok của người Khmer, hay các phiên chợ nổi Phong Điền. Biến tấu hiện đại bao gồm bánh xèo chay (thay thịt bằng nấm và đậu phụ) hoặc phiên bản mini cho du khách. Tuy nhiên, để giữ hồn cốt, các nghệ nhân như ông Ba Phi (Tiền Giang) nhấn mạnh việc sử dụng nguyên liệu địa phương, tránh phụ gia hóa học.

L.T (*t/h*)