

Mâm cơm Tết của người Việt thay đổi thế nào theo thời gian?

14:36 17/02/2026

Từ những ngày đầu tiên đến nay, mâm cơm Tết vẫn giữ vai trò thiết yếu trong đời sống văn hóa người Việt, nhưng đồng thời cũng mang sự biến đổi để hòa nhập với xu hướng và thực tế mỗi thời kỳ.



Sự biến đổi của mâm cơm Tết trong văn hóa Việt Nam qua thời gian là một hành trình gắn liền với những chuyển mình không ngừng của xã hội, lối sống và quan niệm của từng thế hệ.

Tết Nguyên đán, lễ hội truyền thống lớn nhất đất nước, không chỉ là dịp đón chào một Năm mới, mà còn là khoảng thời gian thiêng liêng để các gia đình sum họp, đoàn viên. Và trong buổi gặp gỡ đầy ý nghĩa đó, mâm cơm ngày Tết trở nên hơn cả một bữa ăn gia đình thông thường - nó là biểu tượng hội tụ tinh thần kết nối giữa tổ tiên với con cháu, giữa quá khứ với hiện tại, và giữa các thế hệ trong một gia đình.

Từ những ngày đầu tiên đến nay, mâm cơm Tết vẫn giữ vai trò thiết yếu trong đời sống văn hóa người Việt nhưng đồng thời cũng mang sự biến đổi để hòa nhịp với xu hướng và thực tế mỗi thời kỳ.

Mâm cơm Tết truyền thống - sự đủ đầy đi kèm với giá trị linh thiêng

Với những người từng trải qua các thế hệ trước, ký ức về mâm cơm ngày Tết truyền thống thường gắn liền với hình ảnh chuẩn bị vô cùng công phu và tỉ mỉ.

Theo tín ngưỡng lâu đời, sự khởi sắc của năm mới phải được thể hiện thông qua một bàn cỗ trọn vẹn, không chỉ giàu sang vật chất mà còn mang ý nghĩa cầu mong phúc lộc tràn đầy suốt năm. Bởi vậy, mâm cơm Tết xưa thường được chăm chút như một cách gửi gắm niềm hy vọng thịnh vượng đến gia đình.

Tại các vùng miền khác nhau, phong tục và đặc sản địa phương đã hình thành nên những nét đặc trưng riêng biệt cho từng mâm cơm ngày Tết truyền thống.

Ở miền Bắc, nơi chịu ảnh hưởng rõ nét từ khí hậu mùa Đông giá lạnh, các món ăn thường mang tính chất bình dị nhưng đủ đầy, đảm bảo sự cân bằng về hương vị và màu sắc. Điển hình như bánh chưng vuông vức tượng trưng cho đất theo quan niệm trời tròn đất vuông; giò lụa, giò xào thể hiện sự sung túc; xôi gấc đỏ rực mang trong mình điều may mắn; bên cạnh đó còn có canh măng, bóng bì, thịt đông và dưa hành - tất cả hòa quyện tạo nên một tổng thể hài hòa không chỉ về ẩm thực mà còn mang lại cảm giác ấm cúng.

Miền Trung, khu vực thường được biết đến với điều kiện thời tiết khắc nghiệt hơn, lại đem đến cho thực đơn ngày Tết một nét riêng biệt với các món ăn đậm đà, có khả năng bảo quản lâu. Những chiếc bánh tét nhân mặn hoặc ngọt được gói khéo léo là hình ảnh quen thuộc trên mọi bàn cỗ; bên cạnh đó còn có thịt heo rim, giò bò và dưa món - các món ăn được tẩm ướp kỹ lưỡng bằng nhiều loại gia vị để phù hợp với cái lạnh đặc trưng của vùng đất này.

Trong khi đó, miền Nam - nơi được thiên nhiên ưu đãi với sự trù phú của sản vật, lại làm nổi bật mâm cơm Tết của mình bằng sự đa dạng và phong phú vô cùng. Những món ăn hấp dẫn như thịt kho hột vịt với nước dừa béo ngậy, củ kiệu tôm khô đậm vị, bánh tét lá cẩm đặc trưng vùng sông nước cùng nhiều loại trái cây nhiệt đới vừa tạo nên một tổ hợp sắc màu bắt mắt vừa hàm chứa tinh thần vui tươi của ngày Xuân.

Dù mang những dấu ấn riêng biệt về nguyên liệu và cách chế biến giữa ba miền, điểm chung đáng chú ý nhất chính là sự cầu kỳ trong từng món ăn. Những bàn tay nội trợ khéo léo đã làm nên một mâm cơm đầy chất nghệ thuật, không chỉ ngon miệng mà còn chứa đựng những thông điệp bày tỏ lòng thành

kính với tổ tiên cùng những lời chúc tốt lành cho năm mới. Mâm cơm Tết truyền thống bởi vậy không chỉ đơn thuần là nét đẹp văn hóa mà còn trở thành linh hồn của ngày Tết cổ truyền Việt Nam qua bao thế hệ.



(Ảnh: Báo Ảnh Việt Nam)

Giai đoạn đổi mới - khi mâm cơm Tết mở rộng và giao thoa văn hóa

Bắt đầu từ cuối thế kỷ 20, xã hội Việt Nam bước vào giai đoạn mới, kéo theo những biến chuyển đáng kể trong kinh tế, văn hóa, chính trị và môi trường. Từ truyền thống.

Sự pha trộn giữa các vùng miền

Ngày trước, bánh chưng hầu như chỉ được phổ biến tại miền Bắc, trong khi bánh tét là món đặc trưng của miền Nam. Tuy nhiên, hiện nay, cả hai loại bánh này đã trở nên quen thuộc trên khắp mọi miền đất nước. Nhờ các dịch vụ vận chuyển và thương mại phát triển, người dân tại các đô thị dễ dàng mua được các đặc sản Tết từ mọi nơi. Điều này giúp mâm cỗ Tết càng thêm phong phú, vượt qua ranh giới của truyền thống vùng miền.

Xu hướng tiên lợi hóa, giản lược nhưng không kém phần phong phú

Nhiều gia đình hiện nay có xu hướng giản lược mâm cơm Tết, giảm số lượng những món phức tạp như canh bóng thập cẩm, thịt đông, giò thủ hay dưa món. Thay vào đó, họ chỉ nấu những món được yêu thích hoặc dễ chế biến. Một số món cầu kỳ hơn có thể đặt mua sẵn, thậm chí thay bằng thực phẩm chế biến

sẵn hoặc đông lạnh. Nhờ vậy, mâm cơm Tết tuy nhỏ gọn hơn nhưng lại đa dạng hơn về lựa chọn.

Sự xuất hiện của các món ăn ngoại quốc

Với sự giao lưu văn hóa mạnh mẽ, nhiều món ăn du nhập từ nước ngoài như lẩu, salad, gà quay, sushi, beefsteak hay bánh ngọt phương Tây đã dần xuất hiện trong bữa cơm Tết. Dù không mang ý nghĩa biểu tượng truyền thống, những món ăn này đáp ứng nhu cầu và khẩu vị hiện đại, đặc biệt thu hút thế hệ trẻ.

Qua thời gian, mâm cơm Tết của người Việt không chỉ giữ được phần hồn truyền thống mà còn mở rộng để hài hòa với nhịp sống mới và sự giao thoa văn hóa toàn cầu.



Mâm cơm Tết thời hiện đại - khi truyền thống và lối sống mới gặp nhau

Mâm cơm Tết Việt Nam đã có sự biến đổi đáng kể qua thời gian, đặc biệt trong bối cảnh hiện đại với nhịp sống hối hả và sự giao thoa văn hóa truyền thống và xu hướng mới.

Tết “tối giản” - nấu ít, ăn vừa đủ

Ngày nay, nhiều gia đình bắt đầu ưu tiên những mâm cơm Tết với số lượng món ăn giảm nhưng chất lượng được nâng cao đáng kể. Khi ý thức về sức khỏe tăng lên, đặc biệt ở thế hệ trẻ, mâm cơm Tết cũng thay đổi theo hướng lành mạnh hơn như giảm bớt các món nhiều dầu mỡ, tập trung bổ sung rau xanh, lựa chọn nguyên liệu tươi sạch, cắt giảm tinh bột và đường.

Việc tối giản này hoàn toàn không phải vì xem nhẹ ngày Tết, mà nhằm hạn chế lãng phí, đồng thời mang đến những bữa ăn nhẹ nhàng và dễ tiêu hóa sau những ngày lễ hội.

Mâm cơm Tết và sự dịch vụ hóa

Dịch vụ hóa trở thành một lựa chọn phổ biến khi nhịp sống hiện đại không cho phép quá nhiều thời gian cho việc chuẩn bị bữa ăn. Bánh chưng, giò chả thường được đặt từ các cơ sở uy tín; thịt kho, cá kho, hay mứt Tết được mua theo dạng combo; thậm chí cả mâm cỗ cúng gia tiên cũng được các nhà hàng phục vụ trọn gói.

Ở các khu đô thị lớn, các dịch vụ như nấu cỗ tại nhà giúp nhiều gia đình tiết kiệm đáng kể thời gian và công sức, đồng thời giảm bớt áp lực cho phụ nữ - những người thường gánh nhiệm vụ chính trong việc chuẩn bị Tết.

Mâm cơm Tết - nơi gắn kết gia đình

Trái ngược với quan niệm truyền thống rằng Tết phải đủ đầy mọi món ăn để thể hiện sự tươm tất, thế hệ trẻ ngày nay tập trung hơn vào giá trị tinh thần, thay vì đặt nặng hình thức. Với họ, một bữa cơm Tết chỉ thật sự trọn vẹn nếu mọi thành viên trong gia đình tề tựu đông đủ, cùng trò chuyện vui vẻ và chia sẻ những khoảnh khắc bên nhau. Do đó, trọng tâm của mâm cơm Tết giờ đây đã chuyển từ “sự hoàn hảo về hình thức” sang “sự gắn kết về tinh thần.”

Đổi mới với ẩm thực Tết sáng tạo

Nhằm mang lại sự hứng khởi cho mỗi mùa Tết, nhiều gia đình mạnh dạn thêm các món mới hiện đại để làm phong phú khẩu vị hoặc đáp ứng nhu cầu của trẻ nhỏ. Bên cạnh những món truyền thống quen thuộc như bánh chưng, giò chả hay dưa hành, các món ăn mới như gỏi tôm thịt, bò cuộn phô mai, lẩu hải sản hoặc các món healthy ngày càng được ưa chuộng. Sự sáng tạo trong ẩm thực cũng là cách để Tết trở nên tươi mới và phù hợp hơn với đời sống hiện đại.

Nhìn chung, mâm cơm Tết hiện đại vẫn giữ được giá trị cốt lõi là kết nối yêu thương gia đình, đồng thời không ngừng thay đổi để hòa hợp với nhịp sống năng động ngày nay. Dù mang dáng vẻ mới lạ hay giản tiện hơn, mâm cơm Tết Việt Nam vẫn luôn là biểu tượng thiêng liêng của văn hóa dân tộc và tình cảm gia đình.

Dù có thêm bớt món ăn, dù truyền thống được giản lược hay hiện đại hóa, mâm cơm Tết vẫn là biểu tượng của gia đình Việt - nơi kết nối quá khứ, hiện tại và tương lai. Và chính khả năng thích nghi ấy khiến mâm cơm Tết tiếp tục sống,

tiếp tục là linh hồn của những ngày đầu Năm mới./.

Theo Vietnam+