

Nem nắm Giao Thủy: Hương vị truyền thống vùng đất Nam Định

07:26 21/11/2025

Nem nắm Giao Thủy, một biểu tượng ẩm thực của vùng đất Nam Định, đã tồn tại qua hàng thế kỷ như một minh chứng cho sự khéo léo và tinh tế trong chế biến món ăn dân dã. Món ăn này bắt nguồn từ huyện Giao Thủy, nơi mà từ thời nhà Trần, khi phở Thiên Trường được chọn làm kinh đô thứ hai, các làng nghề truyền thống dần hình thành và những đặc sản địa phương được mang dâng lên vua chúa.



Nem nắm Giao Thủy: Hương vị truyền thống vùng đất Nam Định.
(Ảnh: internet)

Theo các ghi chép cổ, nem nắm từng được vua Trần khen ngợi là "tuyệt hảo", từ đó trở thành món cống tiến thường lệ, và được lưu truyền qua nhiều thế hệ,

vượt qua những biến cố lịch sử để trở thành niềm tự hào của người dân Thành Nam. Ngày nay, nem nắm không chỉ là món ăn hàng ngày trong các gia đình mà còn được quảng bá rộng rãi, thậm chí vươn ra quốc tế, như một đại diện cho nền ẩm thực giàu bản sắc của miền Bắc Việt Nam.

Để tạo nên một nắm nem đúng điệu, nguyên liệu phải được chọn lọc kỹ lưỡng, thể hiện sự am hiểu sâu sắc về sản vật địa phương. Thịt lợn, thường lấy từ phần nạc mông, phải là thịt tươi nóng hổi ngay sau khi mổ, không rửa bằng nước lạnh hay để nguội để giữ độ dẻo và vị ngọt tự nhiên. Bì lợn, yếu tố quyết định độ giòn sần sật, được chọn từ phần đầu hoặc thân con lợn khỏe mạnh, cạo sạch lông, giữ lại chút mỡ để tránh khô cứng, và phải thái thủ công thành sợi mỏng dài đều tăm tắp. Một số cách làm còn bổ sung mỡ gáy để tăng độ giòn mà không ngấy. Linh hồn của món ăn nằm ở thính gạo, được chế từ gạo tám thơm Hải Hậu hoặc Nam Định – loại gạo nổi tiếng với hương vị bùi ngậy – sau khi ngâm qua đêm, rang vàng đều tay rồi xay mịn thành bột. Các gia vị phụ như tỏi băm, ớt thái lát, lá chanh thái chỉ, mì chính và đặc biệt là nước mắm Sa Châu – một loại mắm cổ truyền từ xã Giao Châu – góp phần tạo nên sự hài hòa, đậm đà. Tất cả đều phải tươi mới, đảm bảo vệ sinh, phản ánh triết lý "nguyên liệu quyết định hương vị" mà người dân Giao Thủy luôn tuân thủ.



Món ăn này bắt nguồn từ huyện Giao Thủy, nơi mà từ thời nhà Trần, khi phủ Thiên Trường được chọn làm kinh đô thứ hai

Quá trình chế biến nem nắm đòi hỏi sự tỉ mỉ và kinh nghiệm được truyền lại từ các bậc tiền bối, biến những nguyên liệu đơn sơ thành một kiệt tác ẩm thực. Trước tiên, thịt, bì và mỡ được luộc chín tới trong nồi nước sôi có thêm gừng đập

dập, hành khô và chút rượu trắng để khử mùi tanh, giữ cho thịt mềm ngọt mà không bị khô. Sau khi vớt ra, ngâm nước đá để nguội nhanh, thịt được thái mỏng theo bản rộng rồi dùng sống dao dần kỹ cho mềm mịn nhưng không nát, trong khi bì được khía vẩy rồng rỏi thái sợi dài mỏng để tạo độ dai giòn đặc trưng. Tiếp theo, trộn đều thịt với mỡ băm nhỏ, nêm nước mắm, tỏi, ớt và mì chính, rồi từ từ rắc thính vào, dùng tay bóp nhuyễn để hỗn hợp quyện chặt, thấm vị. Cuối cùng, cho bì thái sợi vào đảo nhẹ, thêm thính nếu cần, rồi nắm chặt thành những quả nem tròn chắc, bọc trong lá chuối hoặc lá dong để giữ độ tươi nếu chưa dùng ngay. Toàn bộ quy trình này thường mất khoảng một giờ, nhưng đòi hỏi sự khéo léo để nem không bị rời rạc hay mất mùi thơm, và chỉ những nghệ nhân địa phương mới làm nên hương vị chuẩn mực nhất.



Khi thưởng thức, nem nắm Giao Thủy mang đến một trải nghiệm giác quan đầy mê hoặc, nơi vị giác được đánh thức bởi sự kết hợp hài hòa giữa ngọt bùi từ thịt, giòn dai từ bì, thơm phức từ thính và cay nồng từ gia vị. Người ta thường gói nem trong lá sung non hoặc lá đinh lăng để thêm vị chát bùi, cuốn chặt rồi chấm vào bát nước mắm Sa Châu pha tỏi ớt tươi. Mỗi miếng nem nhai chậm rãi sẽ lan tỏa hương thơm lừng, vị ngọt mà không ngấy, khiến thực khách khó quên. Món ăn này thường xuất hiện như khai vị trong mâm cỗ, lễ Tết, đám cưới hoặc các buổi tụ họp bạn bè, đặc biệt phù hợp với những cuộc nhậu lai rai bên chén rượu quê. Không chỉ là thức ăn, nem nắm còn là món quà biếu ý nghĩa, được người dân Nam Định mang theo khi xa quê, và nay có thể dễ dàng mua online hoặc tự làm tại nhà, dù phiên bản gốc từ Giao Thủy vẫn giữ vị thế vượt trội nhờ bí quyết tổ truyền.

Ngoài giá trị ẩm thực, nem nắm Giao Thủy còn gắn liền với văn hóa và kinh tế địa phương, góp phần quảng bá hình ảnh Nam Định như một vùng đất giàu truyền thống. So với các loại nem khác như nem Phồng ở Hoài Đức hay nem chua Thanh Hóa, nem nắm nổi bật bởi cách lên men tự nhiên qua thính gạo mà không dùng axit, tạo nên độ chua nhẹ nhàng và an toàn cho sức khỏe. Hiện nay, món ăn được bán với giá khoảng 40-50 nghìn đồng mỗi lạng 200 gram, và trở thành điểm nhấn trong các tour du lịch ẩm thực, thu hút du khách đến thăm các làng nghề ở Giao Thiện hay Giao Châu để tận mắt chứng kiến quy trình làm nem. Hơn nữa, nem nắm không chỉ là đặc sản mà còn là cầu nối ký ức, gợi nhớ về những giá trị gia đình và quê hương, khiến nó mãi là món ăn trứ danh của đất Bắc.

Lê Thanh (t/h)