TẠP CHÍ ĐIỆN TỬ
THƯƠNG HIỆU & CÔNG LUẬN

# Những món ăn nào không thể thiếu trong mâm cỗ Tết?

08:31 09/02/2024

Tết Nguyên đán là một sự kiện lớn trong năm, đánh dấu một bước chuyển giao năm mới đầy hy vọng, đây cũng là dịp để các thành viên trong gia đình cùng nhau sum họp, đoàn tụ và cùng nhau thưởng thức những món ăn truyền thống.

Trong dịp Tết Nguyên đán cổ truyền của người Việt Nam, các món ăn thường được chú trọng và mang tính biểu tượng, truyền từ đời này sang đời khác tùy theo phong tục vùng miền. Không chỉ đơn giản là một mâm cỗ thông thường, trong mâm cỗ Tết của người Việt còn chứa đựng rất nhiều ý nghĩa quan trọng. Việc bày mâm cỗ Tết thể hiện sự ý nghĩa đoàn tụ, sum họp; sự tưởng nhớ, biết ơn đối với ông bà tổ tiên cũng như mong muốn một năm mới vạn sự may mắn và bình an...

### 1. Bánh chưng

Bánh Trưng - loại bánh truyền thống xuất hiện trong những mâm cơm tết (Ảnh: Internet)

Bánh chưng có lịch sử lâu đời trong văn hóa ẩm thực Việt Nam và là món ăn quan trọng trong mỗi dịp Tết hay những ngày lễ lớn của người Việt. Loại bánh này được phối hợp tổng hòa nhiều mùi vị như thơm dẻo của gạo nếp, ngọt bùi của đậu xanh, vị béo ngậy của thịt mỡ và mùi thơm đặc trưng của tiêu, hành, lá dong.

Chiếc bánh chưng trong mâm cỗ ngày Tết mang ý nghĩa thể hiện sự biết ơn trời đất đã cho mưa thuận gió hòa để mùa màng bội thu, đem lại cuộc sống ấm no cho người dân. Không những thế, bánh chưng ngày Tết còn được bày lên bàn thờ cúng để thể hiện lòng hiếu kính của con cháu với tổ tiên cùng những người đã khuất.

**2. Bánh tét**

Bánh tét, hay còn được gọi là bánh đòn, là một loại bánh trong ẩm thực của cả người Việt và một số dân tộc ít người ở miền Nam và miền Trung Việt Nam, là nét tương đồng của bánh chưng ở miền Bắc. Loại bánh này có hình trụ dài, được gói bằng lá chuối, lớp vỏ ngoài bánh sẽ được làm từ gạo nếp ngon. Bánh tét truyền thống có hai loại nhân là mặn và ngọt. Với bánh nhân ngọt, người làm sẽ chỉ cho đỗ xanh và chuối. Còn nếu là bánh nhân mặn thì phần nhân sẽ gồm có đậu xanh và thịt mỡ heo.

Bánh tét mang ý nghĩa thương nhớ người xưa, cầu chúc cho sự ấm no, sum vầy của gia đình đa tạ trời đất đã cho người dân mùa lúa thuận lợi và bánh tét cũng không ngoại lệ.

Bánh tét truyền thống được bọc nhiều lá bên ngoài tượng trưng cho mẹ bọc lấy con, mang mong muốn sum vầy của người Việt vào ngày Tết. Không chỉ vậy, bánh tét xanh nhân đậu màu vàng gợi cho người nông màu xanh của đồng quê, gợi cho ta niềm mơ ước "an cư lạc nghiệp" của một mùa xuân an bình cho mọi nhà.

**3. Xôi gấc**

Cùng với các món truyền thống như gà luộc, giò lụa hay bánh chưng, bánh tét thì đĩa xôi gấc là món không thể thiếu trong mâm cỗ dịp Tết đến xuân về.

Xôi gấc mang trong mình nhiều ý nghĩa và văn hóa đặc sắc của người Việt. Vì có màu sắc đặc biệt nên xôi gấc mang ý nghĩa tượng trưng cho sự may mắn, phúc lành, sắc xuân tươi mới, cho tình yêu, hạnh phúc viên mãn. Màu đỏ của gấc là màu tự nhiên của đất trời, màu của sự hạnh phúc, biểu tượng cho may mắn, tốt lành, mang đến sự hài hòa, chan hòa trong cuộc sống.

**4. Thịt nấu đông**

Thịt đông là món ăn không thể thiếu được trong mâm cơm của người miền Bắc mỗi dịp Tết cổ truyền. Món ăn này được chế biến từ chân giò lợn, tai heo hoặc thịt gà, khi ăn, bạn sẽ cảm nhận được độ ngậy và cảm giác lành lạnh ngon miệng. Màu sắc trong trẻo của món thịt đông còn mang ý nghĩa hy vọng một năm mới may mắn, thuận lợi sẽ đến với cả gia đình.

**5. Giò lụa**

Theo quan niệm dân gian, giò chả là món ăn tượng trưng cho sự phú quý, sang trọng, cho phúc lộc đến nhà. Vì vậy, không biết từ bao giờ, món ăn này đã được chọn để khởi đầu cho một năm mới. Giò chả thường được ăn kèm với dưa hành, chấm nước mắm, chắc chắn đây sẽ là món ăn được nhiều người mong chờ trong những ngày Tết.

**6. Gà luộc**

Gà luộc - một trong những món ăn không thể thiếu được trong mâm cỗ cúng Tết của người miền Bắc

Thịt gà là một trong những món ăn không thể thiếu được trong mâm cỗ cúng Tết của người miền Bắc. Theo truyền thống, gà luộc thường để nguyên con. Sau khi cúng, thịt gà sẽ được chặt nhỏ, dùng chung với muối tiêu, lá chanh. Nhiều người tin rằng, gà luộc tượng trưng cho sự ấm no, an khang và mong muốn có được một năm mới đủ đầy.
Ben cạnh đó, hàm lượng protein và phức hợp của amino axit có trong thịt gà

còn ảnh hưởng tích cực đến não bộ, làm phấn chấn tinh thần, giảm sự lo lắng, căng thẳng, giúp cải thiện huyết áp và nhịp tim.

**7. Canh bóng bì lợn**

Canh bóng thả là một trong bốn bát canh chính luôn luôn hiện diện trong các mâm cỗ của những dịp quan trọng. Bát canh này gồm  có những nguyên liệu đơn giản như: bóng, trứng cút rán, giò sống, mọc, tôm, nấm tươi, cà rốt, su hào…

**8. Hành muối (kiệu muối)**

Củ kiệu ngâm là món ăn ngày Tết đặc trưng của người miền Nam, tượng trưng cho tiền bạc, sự vinh hoa, phú quý trong năm mới. Ngoài ra, theo nguyên lý ngũ hành, món thịt kho trứng có vị mặn ứng với hành Thủy, còn món củ kiệu ngâm có vị chua, ứng với hành Mộc.

Dưa hành hay hành muối hoặc củ kiệu muối là món ăn kèm đơn giản, mộc mạc nhưng không thể thiếu trên mâm cỗ Tết. Món ăn này có vị giòn, chua ngọt, thích hợp ăn kèm với các món ăn khác như thịt đông, bánh chưng để chống ngán.

**9. Nem rán**

Nem hay còn gọi chả giò, đây là một món ăn vô cùng quen thuộc với người dân Việt, đặc biệt trong các dịp lễ tết. Món nem rán ở mỗi vùng miền sẽ có sự thay đổi về thành phần nguyên liệu. Nhưng dù là vùng miền nào đi nữa, trong mỗi miếng nem thơm ngon không chỉ thể hiện sự kỳ công mà còn là sự nỗ lực, nét đẹp văn hóa hay nói cách khác là  khẳng định bản sắc dân tộc.

**10. Chè kho**

Bên cạnh những món ăn quen thuộc như thịt mỡ, dưa hành, bánh chưng, món chè kho từ lâu cũng đã trở thành một món ăn không thể thiếu trong mâm cỗ ngày Tết của những gia đình Bắc Bộ. Chỉ với những nguyên liệu đơn giản, quen thuộc như đậu xanh, đường, một chút vani… nhưng món chè kho vẫn khiến người thưởng thức cảm thấy khó quên và nhớ mãi. Món ăn này mang lại sự may mắn và sung túc cho một năm mới. Chính vì vậy mỗi dịp Tết đến cổ truyền, các gia đình thường nấu món chè kho để thưởng thức nhằm cầu mong một năm mới luôn gặp nhiều may mắn.

**PV** *(t/h)*