

Những món ngon "khó cưỡng" từ Rươi

15:14 16/11/2016

Rươi có rất nhiều chất dinh dưỡng có thể chế biến được nhiều món ăn ngon và bổ như mắm rươi, chả rươi, nem rươi.

THCL Người xưa đúc kết, cứ độ “Tháng chín đôi mươi, tháng mười mồng năm” là thời kỳ rươi chui ra khỏi lòng đất nhiều nhất. Rươi có rất nhiều chất dinh dưỡng có thể chế biến được nhiều món ăn ngon và bổ như mắm rươi, chả rươi, nem rươi.



Món chả rươi

1. Rươi nướng lá lốt

Rươi nướng lá lốt là cách chế biến hấp dẫn khác của món ăn. Các công đoạn thực hiện cũng khá đơn giản, trong đó người làm thường trộn đều rươi với giò sống, thịt nạc vai xay nhuyễn, ớt băm nhỏ, lá lốt thái sợi, vỏ quýt, gia vị kèm theo. Sau đó, những nguyên liệu này được hòa quyện với nhau cuộn chặt vào lá lốt, có thể dùng tăm để cố định hoặc dùng dọc hành trần qua nước nóng. Công đoạn cuối cùng là nướng những viên chả này trên bếp than củi nóng hồng.

2. Rươi kho nôi đất

Món rươi kho nôi đất hay còn gọi là món rươi kho bằng nôi đất lại là món ăn giữ nguyên được hương vị đặc trưng của rươi. Khi làm món rươi kho, người ta thường lót dưới đáy nôi một lớp gừng, khế, củ cải, vỏ quýt, thìa là, lá gấc thái chỉ rồi xếp rươi lên trên, nêm gia vị, mỳ chính để rươi có thể hấp thụ những gia vị đó một cách hài hòa, đổ nước xâm xấp rươi, đậy kín và đun trong ngọn lửa nhỏ đến khi nước trong nôi cạn cũng là lúc rươi chín mềm, thơm ngậy.

Món ăn này rất được ưa chuộng vào dịp tết, lượng khách đặt mua những món ăn ngon chế biến từ rươi tăng cao, đặc biệt là món rươi kho nôi đất được nhiều người quan tâm và làm tăng mạnh sự tiêu thụ món ăn này. Dù có giá hơn 1 triệu đồng/nồi, nhưng món ăn được chế biến từ con rươi khá mới lạ này vẫn luôn luôn thu hút được lượng lớn khách ở trong nước.

3. Rươi xào củ niễng

Niễng là một loại lúa hoang bị một loại nấm làm phình ra thành hình củ niễng và mất đi khả năng trở bông như lúa thu hoạch theo mùa vụ. Rươi xào củ niễng là một món ăn được áp dụng đầy đủ các hương vị của niễng. Trong món này các bạn chỉ cần đầy đủ các nguyên liệu như rươi, hành hoa, lá gấc, thịt ba chỉ, củ niễng, trứng gà và một số gia vị các bạn sẽ có một món ăn về rươi mới lạ.

4. Chả rươi

Chả rươi còn có tên khác là rươi đúc trứng, được xem như món ăn khá phổ biến trong ẩm thực người Hà Nội. Nguyên liệu được chọn để chế biến phải là loại rươi sâm, màu đỏ, con to, nhiều sữa của vùng nước lợ Thái Bình, Hải Phòng. Cách làm món này cũng rất đơn giản, chỉ bao gồm trứng, rươi đánh nhuyễn, thịt băm nhỏ và không thể thiếu vỏ quýt ta, lá thì là cùng chút ớt tươi, sau đó đem rán.

T.Bình (t/h)