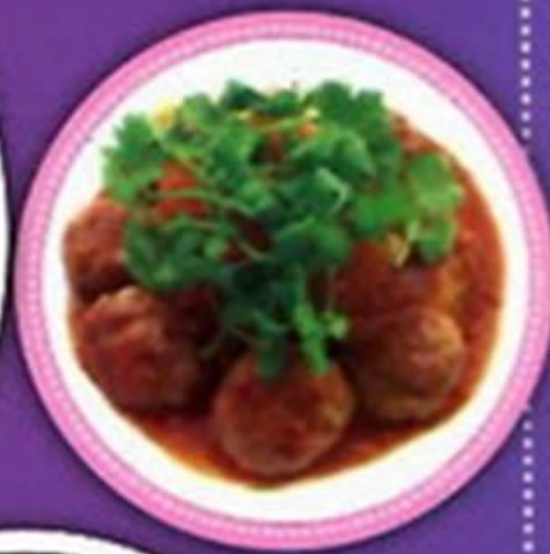


• LÊ THANH XUÂN •

Kỹ thuật Chế biến các Món **LÀU. XỐT. SÚP**



cooking
Books

KỸ THUẬT CHẾ BIẾN
CÁC MÓN
LẦU - XỐT - SÚP



LÊ THANH XUÂN

KỸ THUẬT CHẾ BIẾN CÁC MÓN **LẨU - XỐT - SÚP**

(Tái bản lần thứ tư có bổ sung sửa chữa)



NHÀ XUẤT BẢN THỜI ĐẠI

LỜI NHÀ XUẤT BẢN

*T*rong cuộc sống hiện nay, món lẩu, món súp, món xốt (phụ gia) đã và đang là những món ăn ngon, hợp khẩu vị, lịch sự và rất phổ biến trong các gia đình ở nước ta mỗi khi tổ chức liên hoan hay trong các dịp lễ tết.

Để giúp các bạn nội trợ chế biến được các món lẩu, súp, xốt (sauce) ngon, lạ miệng và hấp dẫn, Nhà xuất bản Thanh Niên đã giới thiệu cùng các quý độc giả cuốn sách mang tựa đề: “Kỹ thuật chế biến các món Lẩu - Xốt - Súp”.

Cuốn sách tái bản lần này có bổ sung sửa chữa, hy vọng sẽ góp phần làm cho cuộc sống của mỗi gia đình Việt Nam thêm phong phú, vui vẻ và hạnh phúc.

Chúc các bạn thành công!

NHÀ XUẤT BẢN THỜI ĐẠI

PHẦN I

KỸ THUẬT CHẾ BIẾN

CÁC MÓN LẨU

1. LẨU BÒ

Nguyên liệu

Thịt bò loại I:	500g
Tim bò:	100g
Sách bò:	250g
Gan lợn:	250g
Nước dừa:	500ml
Bánh đa nem:	30 cái
Khế chua:	3 quả
Chuối xanh:	3 quả
Dứa chuột:	200g
Dứa quả:	300g

Hẹ:	50g
Rau xà lách:	200g
Hành tây:	150g
Húng láng, rau mùi:	100g

Tiêu, nước mắm, mì chính, chanh quả, mắm nêm, củ sả, ớt tươi, tỏi khô, dấm, đường.

Cách làm

Thịt bò thái mỏng, ngang thớ (cỡ 2x5 cm) ướp tiêu, gừng băm nhỏ.

Gan lợn thái miếng mỏng bằng thịt bò.

Tim bò lọc bỏ mỡ, gân, rửa sạch tiết, luộc chín tái trong nước sôi có gừng, thái miếng mỏng như thịt bò.

Sách bò bóp muối, dấm, rửa thật sạch, luộc chín, thái miếng mỏng nhỏ hơn thịt bò.

Dưa chuột cắt khúc 5cm, bỏ ruột, chẻ miếng mỏng, kích thước khoảng 2x10x50 mm.

Dứa gọt vỏ, bỏ mắt, bỏ lõi, cắt miếng bằng dưa chuột. Chuối xanh tước vỏ, cắt miếng bằng dưa chuột, ngâm nước có pha dấm chua. Hành tây bỏ vỏ, chẻ miếng, ngâm dấm. Khế chua cắt miếng mỏng như dưa chuột.

Bánh đa nem cắt đôi. Lá hẹ rửa sạch cắt khúc,

rau xà lách, húng, mùi rửa sạch, vẩy khô. Xếp thịt bò, tim, gan, sách bò vào một đĩa hoặc xếp thịt bò một đĩa; gan, tim, sách bò xếp 1 đĩa.

Các loại: Dứa, dưa chuột, khế, chuối xanh xếp gọn và đẹp vào đĩa.

Rau xà lách, thơm, mùi, hành tây, hẹ bày vào một đĩa, mỗi thứ mỗi góc.

Bánh đa nem bày vào một đĩa.

Hoà nước dừa, dấm, muối, củ sả, củ gừng (đập dập), đường, nước mắm, ớt, ít mỳ chính, nấu sôi.

Cho chanh miếng, ớt thái mỏng, tiêu, muối vào đĩa gia vị, mắm nêm đựng vào một bát nhỏ.

Khi ăn đổ nước dừa đã hòa gia vị trên vào nồi lẩu.

Bày toàn bộ các đĩa nguyên liệu trên cùng với lẩu được đun sôi.

Người ăn dùng bánh đa để gói chuối xanh, khế, hành tây, dứa, dưa chuột, rau thơm, xà lách, hẹ cùng với thịt bò, gan, tim, sách bò nhúng vào nước dùng đang sôi rồi cuộn chặt lại, chấm với mắm nêm để ăn.

Yêu cầu thành phẩm

Các nguyên liệu cắt thái đều nhau và trình bày

đẹp, hấp dẫn. Thịt bò, gan, tim, sách bò chín tới, không dai, màu sắc tươi đẹp, tự nhiên, chuỗi không bị thâm đen. Có mùi thơm, không hôi của sách bò, vị chua, ngọt, bùi béo hài hòa.

Nước dùng sôi liên tục.

Ghi chú

Nếu không dùng nước dừa có thể thay thế bằng nước lã hoặc nước dùng thịt cũng được.

2. LẤU ĐUÔI BÒ

Nguyên liệu

Nước dùng bò:	1000ml
Đuôi bò:	500g
Gầu bò:	500g
Đinh hương:	2 cái
Quế chi:	1g
Hoa hồi:	1g
Thảo quả:	1g
Gừng củ:	50g
Hành khô:	50g
Mỳ sợi:	300g
Cải thảo:	300g

Hành hoa:	100g
Hành tây:	100g
Rau mùi:	30g
Mùi tàu:	30g
Chanh quả:	2 quả
Ớt tươi:	2 quả
Nước mắm:	100ml
Xì dầu:	50ml
Tiêu, muối, mỳ chính, vôi ăn trầu.	

Cách làm

Đuôi bò sơ chế sạch lông, ngâm nước vôi trong 15 phút, rửa sạch nước vôi, ngâm nước lạnh 15 phút, rửa lại. Chặt khúc 3 - 4 cm; nếu to chỉ làm 2 hoặc làm 4. Gầu bò ngâm nước lạnh 15 -20 phút, rửa nặn hết máu, chần qua nước sôi, cắt miếng vuông (nhỏ hơn đuôi).

Đinh hương, quế chi, hoa hồi, thảo quả rang vàng, cho vào vải màn cùng gừng, hành nướng vàng, rửa sạch, buộc kín. Đun sôi nước, cho đuôi, gầu bò vào, đợi sôi tiếp 1 phút thì vớt ra, đổ nước bỏ đi.

Cho đuôi bò, gầu bò, nước lã ngập, đun sôi hớt bọt. Cho gói chất thơm trên đây vùng đun nhỏ lửa tới khi đuôi, gầu chín mềm, vớt bỏ gói chất thơm trên ra khỏi nồi.

Cho tiếp nước nước mắm, xì dầu, muối, mì chính, tiêu, nước dùng bò đun tiếp cho thịt chín mềm và ngấm gia vị.

Mỳ sợi chần nước sôi, nhúng lạnh, vớt ráo, bày đĩa. Cải thảo xé nhỏ, cắt khúc. Hành hoa rửa sạch thái nhỏ, rau mùi, mùi tàu rửa sạch thái nhỏ. Tất cả các rau trên bày đĩa.

Ớt tươi thái miếng, chanh cắt miếng (bổ hình miếng cau), bày đĩa.

Đổ đuôi bò vào lẩu, bày kèm theo đĩa rau cải thảo, hành mùi, chanh ớt, nước, mắm, tiêu, mỳ sợi.

Khi ăn: Đun lẩu sôi, nhúng rau cải thảo, múc ra bát, rắc rau thơm, ăn kèm mỳ sợi.

Yêu cầu thành phẩm

Nước trong thơm dậy mùi, hồi, quế, gừng hành, không hôi. Vị ngọt ngon. Đuôi bò và gầu bò chế mềm không nát, thơm dậy hành mùi.

3. LẨU GẦU BÒ

Nguyên liệu

Thịt gầu bò:	300g
Thịt thăn bò:	300g

Quế chi:	2g
Thảo quả:	1g
Hoa hồi:	1g
Gừng:	30g
Hành khô:	30g
Cải cúc:	200g
Cải thảo:	300g
Rau cần:	200g
Cải cay:	300g
Hành hoa:	100g
Củ sả:	50g
Sa tế:	30g
Dứa xanh:	½ quả
Cà chua:	100g
Nước dùng:	2l
Bún tươi:	600g
(Hoặc bún khô:	300g)
Ớt tươi:	2 quả
Tiêu, muối, nước mắm, mì chính, dầu mè.	

Cách làm

Thịt gầu bò, rửa ngâm, bóp cho hết máu, đem luộc chín trong nước có cho thảo quả, quế chi, gừng, hoa hồi. Vớt thịt để nguội, thái miếng mỏng bày

đĩa. Thịt thăn thái miếng mỏng bày đĩa, trên mặt xoa ít dầu mè và rắc gừng, ớt thái chỉ. Cải thảo rửa sạch, chẻ dọc, thái khúc 10-12cm, bày đĩa. Rau cần bỏ gốc, lá già, chỉ lấy thân trắng, rửa sạch vẩy ráo, cắt khúc bằng cải thảo, bày đĩa.

Hành hoa rửa sạch, cắt khúc bày đĩa.

Dứa gọt vỏ, bỏ mắt, cắt miếng, bày đĩa.

Cà chua rửa sạch, bổ hình miếng cau, bày đĩa. Bún khô hoặc mì sợi chần, nhúng nước lạnh, để ráo, bày đĩa.

Ớt, chanh thái miếng, bày đĩa.

Nước dùng và nước luộc gầu trộn lẫn, đun sôi, cho thêm gừng, hành nướng, sả đập dập, thêm sa tế, muối, nước mắm, mì chính cho đậm đà.

Đổ nước dùng vào lẩu. Bày kèm theo các đĩa thịt, rau quả, gia vị, bún...

Khi ăn: Đun nước lẩu sôi, nhúng thịt bò thăn, cho thịt gầu, các loại rau quả; lấy ra bát ăn kèm bún, gia vị...

Yêu cầu thành phẩm

Nước dùng trong, ngọt, thơm, cay, luôn luôn sôi, thịt mềm, rau chín tái, màu sắc tự nhiên.

4. LẤU BÒ, CÁ, MỰC, SÒ

Nguyên liệu

Thịt bò I:	200 - 300g
Mực tươi:	300g (mực nang)
Cá nạc (quả, trắm, basa...):	300g
Thịt sò tươi:	300g
Mỳ sợi hoặc bún khô:	500g
Rau cải xanh:	300g
Cải cúc - hẹ:	300g
Rau cần:	300g
Dứa xanh:	1quả
Khế chua:	2quả
Me chua:	50g
Rượu trắng:	50ml
Nước dùng xương (lợn, cá...):	2l
Đậu phụ:	300g

Hành khô, gừng củ, muối, mỳ chính, ớt tươi, hành tươi, nước mắm, tiêu xay, dầu hào.

Cách làm

Thịt bò lạng bỏ hết gân xơ. Thái miếng mỏng to bản, ngang thớ, bày đĩa, trên mặt xoa dầu hào, rắc gừng, thái chỉ. Mực tươi bóc bỏ màng (mực to), bỏ

túi mực, râu; tuốt sạch trắng. Rửa sạch, bóp rượu gừng, thấm khô nước, khía dọc (trong bụng), thái lát mỏng. Bày đĩa, trên cùng rắc gừng, ớt thái chỉ.

Cá sơ chế sạch, lọc bỏ xương da, thấm khô, thái lát mỏng. Bày đĩa, trên mặt rắc gừng, ớt thái chỉ.

Sò tươi rửa sạch, để cả vỏ, bày đĩa. Nếu thịt bò tươi để lạnh thì phải rửa lại, vẩy ráo nước, trộn nước gừng, tiêu, muối. Bày đĩa.

Mỳ sợi hoặc bún khô chần chín, rửa nhanh qua nước lạnh, để ráo bày đĩa.

Rau cần bỏ rễ, lá, lấy thân trắng, rửa sạch, cắt khúc 10-12cm. Rau cải xanh, cải cúc sơ chế, rửa sạch, vẩy khô, cắt khúc bằng rau cần. Hẹ, hành tươi rửa sạch, cắt khúc, riêng củ hành chẻ mỏng, tất cả bày đĩa.

Dứa xanh gọt vỏ bỏ mắt, thái miếng, bày đĩa. Khế gọt bỏ rìa các cánh múi, rửa sạch, cắt miếng, bày đĩa.

Đậu phụ rửa nước, để ráo, thái miếng vuông quân cờ, bày đĩa. Me cạo vỏ, nấu chín, dầm nát, lọc lấy nước.

Nước dùng nấu từ xương lợn hoặc xương cá, lọc trong, cho gừng, hành nướng, nước me, nước mắm, muối, đường, bột ngọt vừa ăn. Đổ nước dùng vào lẩu.

Bày kèm theo các đĩa, thịt bò, sò, mực, cá, đậu phụ, rau các loại, dưa, khế, hành, họ, mỳ sợi hoặc bún cùng với các chén nước mắm, tiêu, dầu hào, chanh ớt...

Khi ăn: nước lẩu sôi, lấy từng thứ trút vào lẩu, lấy ra bát ăn kèm với gia vị tùy thích.

Yêu cầu thành phẩm

Nước dùng trong, thơm, vị ngon, ngọt, sôi liên tục. Thịt bò, sò, mực, cá, rau có màu sắc tự nhiên, cắt thái đều, dễ chín, trình bày hấp dẫn, không dai.

5. LẨU BÊ RƯỢU

Nguyên liệu

Thịt bê nạc:	500g
Gan bê:	100g
Tim bê:	50g
Bầu dục	100g
Sách bê:	100g
Rượu trắng:	2l
Lạt thử:	100g
Qua tử căn:	50g
Thiên lý ky:	10g
Áp chưởng thảo:	10g

Mỳ sợi:

300g

Muối, gừng củ, mỳ chính...

Cách làm

Thịt bê thái miếng mỏng, ngang thớ, bày đĩa.

Gan rửa sạch, thái miếng mỏng. Tim rửa sạch, thái miếng mỏng. Bầu đục cắt bỏ hoi, thái miếng mỏng. Sách bê bóp muối, dấm, rửa nhiều lần cho thật sạch, không còn mùi hôi, thái miếng. Tất cả các nội tạng trên bày đĩa.

Cho rượu vào dụng cụ có nắp đậy kín (tốt nhất là rượu trắng 60⁰) cùng với các cây lặt thử, qua tử căn, thiên lý ky, áp chưởng thảo, đậy kín, đem đun cách thủy (đặt dụng cụ vào nồi nước đang sôi). Chú ý: Không để nước tràn vào rượu.

Đun cho tới khi rượu sôi, cho thịt và nội tạng vào rượu, đậy kín cho tới khi chín, nêm muối, nước gừng, mỳ chính vừa ăn.

Khi ăn rượu luôn được sôi nóng. Người ăn vừa uống rượu vừa ăn thịt trong rượu tự múc ra bát của mình.

Yêu cầu thành phẩm

Thơm dậy mùi rượu, thịt và nội tạng mềm không dai. Rượu luôn được nóng trong nồi nước sôi.

6. LẤU THỊT LỢN

Nguyên liệu

Thịt lợn (mông, ba chỉ, vai...):	300g
Dứa xanh:	300g
Rau cải xanh:	300g
Cà chua:	100g
Rau cải cúc:	200g
Hành hoa:	50g
Rau cần:	200g
Nước dùng lợn:	2l
Mỳ sợi hoặc bún khô:	200g

Muối, mỳ chính, dầu mè, nước mắm, gừng, hành khô, xì dầu, tiêu xay, tương ớt, chanh.

Cách làm

Thịt lợn rửa sạch, chần qua, thái miếng mỏng có kích thước xấp xỉ 5x3x0,1cm (chần qua cho cứng miếng thịt, dễ thái). Bày thịt vào đĩa cho đẹp, xoa dầu mè.

Mỳ sợi hoặc bún khô chần nước sôi, nhúng nước lạnh cho tươi, bày vào đĩa.

Rau cải, cải cúc, rau cần, hành hoa sơ chế sạch. Dứa gọt vỏ bỏ mắt, cắt miếng. Cà chua rửa sạch cắt miếng, bày đĩa.

Đun nước dùng lợn: cho gừng nướng, hành khô nướng, nước mắm, xì dầu, mì chính. Nêm vị vừa ăn. Đun sôi nước dùng trên, đổ vào lẩu, bày kèm các đĩa thịt, rau, quả, mì hoặc bún cùng với các chén nước mắm, xì dầu có chanh, ớt.

Khi ăn: Nhúng hoặc trút thịt, rau, quả, mì, bún vào nồi lẩu. Lấy ra bát, ăn kèm gia vị.

Yêu cầu thành phẩm

Thịt chín mềm, rau chín tới, màu sắc tự nhiên. Nước dùng trong, sôi liên tục và thơm, trình bày đẹp.

7. LẨU THỊT LỢN VỚI NỘI TẠNG

Nguyên liệu

Thịt nạc lợn:	200g
Tiết lợn luộc:	200g
Lòng non:	200g
Tràng lợn:	200g
Quả cật:	2quả
Dạ dày:	200g
Tim:	100g
Nước dùng lợn:	2l

Bổng rượu:	50ml
Bia:	50ml
Mỳ sợi hoặc bún:	1kg
Rau cải xanh:	300g
Rau cần:	300g
Lá hẹ:	100g
Hành hoa:	100g
Dứa xanh:	1quả
Húng quế:	50g
Kinh giới:	50g
Rau mùi:	50g
Chanh quả:	2quả

Nước mắm, mắm tôm, ớt tươi, tiêu, muối, mỳ chính, đường, dầu mè, gừng củ, hành khô.

Cách làm

Thịt nạc thái miếng mỏng, bày đĩa, trên thoa dầu mè. Tiết lợn cắt miếng dày hơn thịt.

Lòng non sơ chế sạch, (chọn lòng xe điều) chần qua, thái khúc 3cm. Bày đĩa.

Tràng lợn thái mỏng (ở phần cuống), thái khúc ngắn (ở phần ngọn) như lòng non; bày đĩa.

Cật lợn xẻ đôi, bỏ hoi, khía hoa, thái vát. Bày đĩa.

Dạ dày sơ chế sạch (bóp muối, dấm) rửa nhiều nước cho hết mùi. Chần qua, thái vát mỏng, bày đĩa.

Tim lợn thái vát mỏng, bày đĩa.

Mỳ sợi hoặc bún khô chần, nhúng nước, vẩy ráo. Rau cải, cần, họ, hành hoa rửa sạch, vẩy ráo, cắt khúc, bày vào đĩa.

Dứa xanh gọt vỏ, bỏ mắt, thái miếng, bày đĩa. Húng quế, mùi, kinh giới rửa sạch (đã sơ chế), vẩy khô, bày đĩa.

Gừng $\frac{1}{2}$ thái chỉ, $\frac{1}{2}$ nướng, hành khô nướng chín.

Ớt tươi $\frac{1}{2}$ thái chỉ, $\frac{1}{2}$ thái miếng mỏng.

Chanh thái miếng bày vào đĩa cùng với ớt.

Nước dùng đun sôi, thêm hành, gừng nướng, nêm muối, nước mắm, đường, mỳ chính, dấm bỗng (bỗng rượu).

Đổ nước dùng trên vào lẩu. Bày lẩu kèm theo các đĩa thịt, nội tạng, rau các loại, dứa... cùng với các đĩa chanh, ớt, nước mắm, mắm tôm (hòa với rượu, muối, chanh...), tiêu, muối, mỳ sợi hoặc bún.

Khi ăn cho từng thứ vào nồi lẩu vớt ra bát ăn kèm với nước chấm và gia vị tùy ý.

Chú ý: Nội tạng và thịt có thể bày chung hoặc riêng trên dụng cụ, nếu bày chung thì không để

lẫn lộn mà phải bày riêng biệt. Đồng thời trên bề mặt nên rắc gừng và ớt thái chỉ cho đẹp.

Yêu cầu thành phẩm

Nước dùng trong, thơm và sôi liên tục. Vị ngon, thịt lợn chín mềm, vị ngọt.

Nội tạng chín tới, ngon ngọt, không dai, không khô, không có mùi lạ. Tròng, lòng non, dạ dày, bầu dục giòn, trắng. Các loại rau chín tới, giòn, không nát nhũn.

Trình bày hấp dẫn.

8. LẨU SƯỜN

Nguyên liệu

Sườn hót:	500g
Dọc mùng:	200g
Chuối xanh:	100g
Đu đủ xanh:	100g
Cà chua:	100g
Quả dọc (hoặc me):	50g
Mẻ:	50g
Nghệ:	20g
Hành hoa:	50g

Mùi tàu:	20g
Hành tây:	100g
Rau mùi:	30g
Bún:	500g

Tiêu muối, nước mắm, mỳ chính, hành khô, dấm, ớt tươi.

Cách làm

Mẻ nghiền nhỏ, lọc lấy nước, nghệ giã nhỏ vắt lấy nước.

Dọc mùng tước bỏ xơ, thái vát, bóp muối, rửa sạch, vắt khô.

Cà chua thái hình miếng cau.

Đu đủ gọt vỏ, rửa sạch, bỏ ruột, cắt miếng con chì (bằng ngón tay).

Quả dọc nướng chín, bóc vỏ, nghiền nhỏ.

Me cạo vỏ, rửa sạch luộc chín, nghiền nát, lọc lấy nước chua.

Chuối xanh tước vỏ, thái miếng con chì, ngâm nước có dấm.

Sườn chặt miếng vuông hình quân cờ, ướp mắm, muối, mẻ, nghệ, hành khô, cho lên bếp đảo săn, đổ ngập nước, nấu sôi, hớt bọt đen, đun sôi nhỏ. Cho tiếp chuối xanh, đu đủ, đun tiếp tới khi

mềm, nêm nước mắm, nước chua của quả dợc hoặc me và mỳ chính.

Hành tây thái mỏng. Hành hoa, mùi tàu, rau rửa sạch, vẩy khô, cắt khúc, bày vào đĩa.

Bún chần qua nước sôi, vẩy khô, bày vào đĩa.

Khi ăn: Đổ canh sườn trên vào nồi lẩu, cho cà chua, dợc mùng vào. Đặt lẩu trên bàn cùng với các đĩa bún, rau hành. Người ăn lấy bún vào bát kèm theo rau, mức canh đang sôi trong lẩu chan vào bát. Ăn nóng.

Yêu cầu thành phẩm

Canh sườn có màu vàng, sườn, đu đủ, chuối chín mềm, dợc mùng giòn. Vị ngon, ngọt, chua dịu, thơm dậy mùi của hành, rau mùi.

9. LẨU DẠ HEO

Nguyên liệu

Dạ dày heo:	500g
Bầu dục lợn:	200g
Gan lợn:	200g
Trường lợn:	100g
Dứa chín:	100g

Me quả: 50g

(Hoặc tai chua): 20g

Tương ớt: 10g

Hành hoa: 30g

Dầu, mắm, muối, mì chính, rau răm, mùi tàu, ớt tươi, chanh quả, nước tro, dấm, hành khô.

Cách làm

Dạ dày bóp rửa bằng xà phòng hoặc dấm muối, cạo sạch nhớt, rửa sạch, thái miếng, ngâm vào nước tro khoảng 1,5 đến 2 giờ; sau đó rửa lại nhiều lần bằng nước lã, thấm khô nước, bày vào đĩa.

Bầu dục lợn cắt đôi, lạng bỏ hoi, khía mắt võng, cắt miếng, ngâm nước lạnh, rửa lại, vẩy khô nước, bày vào một góc đĩa. Dạ dày, gan lợn thái miếng bày từng góc cùng với bầu dục, trường lợn cắt miếng.

Dứa gọt vỏ, bỏ lõi và mắt, cắt miếng, bày vào đĩa gia vị.

Me quả cạo sạch vỏ, luộc mềm, nghiền nát, lọc bỏ bã hoặc tai chua ngâm rửa sạch, nấu kỹ, lọc lấy nước.

Phi thơm hành khô, cho nước vào đun sôi, cho nước me (hoặc nước tai chua), mắm, muối, mì chính, tương ớt. Nêm vị vừa ăn, chua dịu.

Khi ăn: Đổ nước chua trên vào nồi lẩu. Đặt lẩu vào bàn, bày các đĩa dạ dày, bầu dục, gan, trường lợn vào lẩu đang sôi, tiếp theo là dứa, rau thơm. Múc vào bát ăn nóng, vắt chanh vào bát (nếu có nhu cầu).

Yêu cầu thành phẩm

Dạ dày, bầu dục, gan, trường trắng, chín tới, giòn. Vị ngọt, nước hơi chua, cay.

Dậy mùi thơm của răm, mùi tàu, dạ dày, bầu dục không hôi. Bày đẹp và hấp dẫn. Nước lẩu sôi liên tục.

10. LẨU THỊT VIÊN VỚI TÔM

Nguyên liệu

Thịt nạc vai:	200g
Giò sống:	200g
Tôm (biển) tươi:	200g
Hành khô:	50g
Rau cải thảo:	300g
Rau cải cúc:	300g
Hành tươi:	100g
Mỳ sợi hoặc bún khô:	400g
Nước dùng lợn:	2l

Gừng tươi, muối, bột ngọt, nước mắm, xì dầu, tiêu, ớt tươi.

Cách làm

Thịt nạc vai xay hoặc băm nhỏ, trộn tiêu, nước mắm, bột ngọt, hành khô băm nhỏ.

Tôm tươi luộc chín tới, bóc vỏ bỏ đầu, thái mỏng.

Trộn đều giò sống với thịt, tôm, viên thành từng viên bằng quả táo. Bày vào đĩa.

Cải thảo, cải cúc, hành tươi sơ chế sạch, rửa, vẩy khô, cắt khúc 10-12cm, bày đĩa (riêng cải thảo chẻ dọc rồi cắt).

Mỳ sợi - bún khô chần chín, nhúng nước lạnh để ráo, bày đĩa.

Đun sôi nước dùng, cho gừng, hành khô nướng, nêm nước mắm, bột ngọt, muối vừa ăn, đổ nước dùng vào lẩu. Bày kèm theo các đĩa thịt, rau, nước chấm, ớt, mỳ sợi hoặc bún.

Khi ăn: cho nước lẩu sôi, trút thịt viên vào, lần lượt cho tiếp rau, bún... vớt ra bát, ăn kèm với nước chấm tùy ý.

Yêu cầu thành phẩm

Nước dùng lẩu trong, ngọt, thơm. Thịt viên tròn

đều, chín giòn không bã, vị ngon ngọt, thơm, không tanh.

Rau chín tới, màu sắc trắng xanh tự nhiên.

Trình bày hấp dẫn.

11. LẨU THỊT GIA SÚC VỚI HẢI SẢN

Nguyên liệu

Thịt bò (loại 1):	300g
Thịt ba chỉ:	300g
Thịt dê thui:	200g
Mỳ sợi:	300g
Thịt ngao:	200g
Tôm tươi:	200g
Mực nang:	200g
Đậu phụ nhự:	50g (chao)
Xì dầu:	100ml
Dầu mè:	50ml
Ớt tươi:	2 quả
Nước mắm:	50ml
Dấm chua:	50ml
Nước dùng lợn:	2l
Rau cải cay:	300g
Cải cúc:	200g

Cải thảo:	300g
Chanh quả:	2quả
Hành hoa:	100g
Hành khô:	30g
Gừng:	50g
Dứa xanh:	300g
Cà chua:	200g
Dầu thực vật:	100ml
Tiêu, muối, mỳ chính.	

Cách làm

Thịt bò lạng bỏ gân xơ, thái mỏng, ngang thớ, bày đĩa. Thịt ba chỉ luộc sơ qua, thái miếng mỏng, bày đĩa. Thịt bê thui thái miếng mỏng, bày đĩa. Trên bề mặt các đĩa có xoa 1 lớp dầu mè và rắc ớt, gừng thái chỉ.

Thịt ngao rửa sạch, thấm khô nước, bày đĩa, rắc tiêu, gừng, ớt thái chỉ.

Tôm tươi rửa sạch, bóc vỏ bỏ đầu, bày đĩa, rắc tiêu, gừng, ớt thái chỉ.

Mực nang sơ chế sạch (bóc màng đen, bỏ ruột, mai, mắt, miệng, cườm râu...), thấm khô nước, thái miếng mỏng, bày đĩa, rắc gừng, ớt thái chỉ, tiêu lên trên.

Dứa xanh gọt vỏ bỏ mắt, thái miếng, bày đĩa.
Cà chua rửa sạch, bổ miếng hình cau, bày đĩa.
Hành hoa sơ chế, rửa sạch, vẩy khô, cắt khúc,
bày đĩa.

Cải cay, cải cúc sơ chế, rửa sạch, vẩy khô, cắt
khúc, bày đĩa.

Cải thảo rửa sạch, chẻ miếng, cắt khúc, bày đĩa.

Đun sôi nước dùng, cho gừng, hành nướng, nêm
nước mắm, xì dầu, mì chính vừa ăn.

Mỳ sợi chần nước sôi, nhúng lạnh, để ráo, bày
đĩa.

Đậu phụ nhự quấy nhuyễn, bày chén cùng nước
mắm; ớt, chanh thái miếng, bày đĩa.

Đổ nước dùng vào lẩu, bày các đĩa thịt lợn, bò,
dê, ngao, mực, tôm, rau cải cúc, cải thảo, dứa, cà
chua, hành hoa, mỳ sợi và các chén nước chấm, ớt,
chanh đi kèm.

Khi ăn: Đun cho nước lẩu sôi, người ăn nhúng
thịt, hải sản, rau, mỳ vào lẩu, ăn nóng kèm theo
gia vị tùy ý.

Yêu cầu thành phẩm

Nước dùng trong, thơm, ngọt, ngon và sôi liên
tục.

Thịt chín, không dai, các thủy sản không tanh, không dai. Rau quả chín tới, màu sắc tự nhiên.

Trình bày đẹp.

12. LẨU HƯƠNG

Nguyên liệu

Thịt hương (loại 1):	300g
Gân hương tươi:	200g
Nấm mỡ:	100g
Rượu trắng:	50ml
Gừng:	30g
Dầu vừng:	30g
Đậu phụ khô:	50g
Lá hẹ:	100g
Nõn rau cải:	300g
Dầu, mỡ nước:	40ml
Xì dầu:	30ml
Hành khô:	50g
Nước dùng lợn hoặc gà:	2l
Tiêu, muối, mỳ chính, đường	

Cách làm

Thịt hương thái miếng vuông quân cờ, ướp muối, xì dầu, rượu, gừng giã nhỏ.

Gân hươu cắt khúc 3cm; bóp gừng, rượu, tiêu, muối.

Hành khô bóc vỏ, lớn cắt đôi, nhỏ giữ nguyên.

Lá hẹ rửa sạch, cắt khúc.

Nõn rau cải rửa sạch, chẻ hai hoặc bốn.

Đậu phụ khô cắt hình vuông (mỗi cạnh 3cm).

Nấm mỡ chẻ đôi (lớn) hoặc giữ nguyên (nhỏ).

Đun nóng dầu hoặc mỡ, cho gân hươu vào đảo tiếp, cho thịt hươu vào đảo đều. Cho nước dùng vào đầy kín, đun sôi hớt bọt, nhỏ lửa, đun tới khi gân và thịt mềm, cho hành củ vào, nêm mì chính, xì dầu, đường vừa ăn.

Xếp đậu phụ khô, nấm, nõn cải vào lẩu, đổ thịt và gân hươu vào, rải lá hẹ, tưới dầu vừng. Bày lẩu kèm theo tiêu, ớt, rau thơm, xì dầu. Người ăn tự lấy vào bát ăn kèm gia vị tùy ý.

Yêu cầu thành phẩm

Nước lẩu thơm, ngon, ngọt. Thịt gân hươu mềm, thơm, rau nấm giữ màu tự nhiên. Nước lẩu luôn luôn sôi.

13. LẤU DÊ

Nguyên liệu

Thịt dê:	500g
Hành khô:	30g
Tỏi khô:	20g
Cà chua:	200g
Củ sả:	20g
Gừng:	20g
Hạt mùi:	20g
Nghệ:	20g
Bún:	500g

Rau mùi, mùi tàu, hành hoa, tiêu, muối, mì chính, nước mắm, ớt tươi, dầu.

Cách làm

Hạt mùi rang vàng, giã nhỏ. Hành tỏi khô, gừng, củ sả băm nhỏ, nghệ giã nhỏ vắt nước.

Thịt dê thái mỏng bằng bao diêm, ướp hành, tỏi, gừng, hạt mùi, nước nghệ, nước mắm, muối.

Đun dầu nóng già, phi thơm hành, tỏi, sả, cho thịt dê vào xào săn, đổ ngập nước đun sôi, hớt bọt, đun nhỏ lửa, cho sôi nhỏ, cho tiếp cà chua cắt hình

miếng cau, đun tới khi thịt mềm, nêm mắm, muối, mì chính vừa ăn.

Bún chần qua nước sôi, vẩy khô, bày vào đĩa. Hành hoa, rau mùi, mùi tàu, ớt tươi, rửa sạch, cắt nhỏ, bày vào đĩa.

Khi ăn: Đổ thịt dê sang nồi lẩu, bày lẩu cùng với bún, rau thơm các loại. Người ăn lấy bún vào bát và rau thơm, múc canh đang sôi trong lẩu chan vào bát. Ăn nóng.

Yêu cầu thành phẩm

Sản phẩm có màu vàng của nghệ, thịt dê chín mềm, thơm dậy mùi sả, hạt mùi, hành, mùi tàu, vị ngon ngọt, nước canh sôi liên tục.

14. LẨU CHÓ

Nguyên liệu

Thịt chó thui:	600g
Xương chó, xương lợn:	400g
Gan chó (đã luộc):	100g
Dồi chó (chín):	150g
Bún:	600g
Riềng:	50g

Húng quế:	30g
Mùi tàu:	30g
Rau ngổ:	30g
Răm:	20g
Hành hoa:	50g
Mẻ:	100g
Củ sả:	30g
Mắm tôm:	25g
Tương:	30ml

Chanh 1 quả, nước mắm, muối, mì chính, dấm bỗng, ớt tươi 2 quả.

Cách làm

Riềng cạo vỏ, rửa sạch cùng với củ sả giã nhỏ, vắt lấy nước. Mẻ, mắm tôm nghiền nát lọc lấy nước.

Thịt chó thui giữ lại 200g để cho vào lẩu, còn 400g thái miếng to ướp nước riềng, mẻ, mắm tôm, sả, để ngấm, hấp chín, để nguội, thái miếng mỏng bày vào đĩa.

Gan chó, dồi chó thái miếng, bày vào đĩa. Bún chần nước sôi bày vào đĩa, húng quế, ngổ, mùi tàu, răm, hành hoa rửa sạch, vẩy khô nước, thái khúc bày vào đĩa, ớt tươi thái chỉ, chanh thái miếng cùng với bã riềng bày vào đĩa.

Xương chó, xương lợn chặt miếng, thịt chó thui (200g) cắt miếng nhỏ. Xương và thịt ướp nước riềng, sả, mẻ, mắm tôm, để ngấm, cho vào nước lạnh, nấu sôi nhỏ, hớt bọt, tới khi thịt mềm thì vớt bỏ xương, nêm mắm, muối, mì chính vừa ăn, đổ vào lẩu, chế thêm nước mẻ, dấm bỗng.

Khi ăn: Bày lẩu cùng với các đĩa thịt, gan, dồi, rau thơm, chanh, ớt, riềng, bún. Người ăn lấy bún vào bát kèm với các thứ trên rồi múc canh trong lẩu đang sôi chan vào bát, ăn nóng.

Yêu cầu thành phẩm

Thịt chó mềm, thơm, không dai, có màu vàng nâu. Nước lẩu thơm dậy mùi mẻ, sả, riềng, bỗng rượu. Vị ngọt, ngon, chua dịu. Trình bày đẹp, hấp dẫn. Nước trong lẩu luôn luôn sôi.

15. LẨU DÊ THẬP CẨM

Nguyên liệu:

Thịt dê tươi:	500g
Tôm nõn khô:	60g
Ghẹ:	300g
Sò khô:	100g

Đậu phụ:	300g
Mỳ sợi:	300g
Đảng sâm:	25g
Đương quy:	25g
Cải cúc:	200g
Hẹ lá:	50g
Hành hoa:	100g
Rau cải:	300g
Nước dùng:	2l
Rượu trắng:	50ml
Dầu mè:	30ml
Tỏi khô:	20g
Xì dầu:	50ml
Hành khô:	30g
Gừng:	30g
Ớt:	2 quả
Chanh:	2 quả
Tiêu, muối, mỳ chính.	

Cách làm

Thịt dê thái miếng mỏng, ngang thớ, bóp ít dầu mè, bày đĩa, trên rắc gừng thái chỉ.

Tôm nõn khô rửa sạch, ngâm nước, vớt ráo. Sò khô rửa sạch, chần qua nước sôi, vớt ráo, trộn với

rượu, tỏi, gừng băm nhỏ, xì dầu, mỳ chính, dầu mè, bày đĩa.

Ghẹ làm chết, bóc mai, bỏ yếm, chặt chân (phần nhọn) chặt miếng, bày đĩa.

Đậu phụ cắt từng miếng, bày đĩa. Mỳ sợi chần nước sôi, rửa lại nước lạnh, để ráo, bày đĩa.

Cải cúc, cải cay, hành hoa, hẹ sơ chế, rửa sạch, cắt khúc, bày đĩa. Ớt tươi, chanh quả cắt miếng, bày đĩa.

Đun nước dùng nóng, cho đẳng sâm, đương quy (bọc vải màn buộc kín), hành khô, gừng vào đun sôi, hạ nhiệt độ, đậy vung kín, đun sôi nhỏ lửa khoảng 45- 60 phút, cho tiếp tôm, sò, ghẹ, nêm xì dầu, mỳ chính, rượu.

Đổ toàn bộ vào nồi lẩu, bày kèm theo các đĩa đậu phụ, thịt dê, mỳ sợi, rau, hành hẹ, cải, ớt, chanh, xì dầu...

Khi ăn: Lẩu sôi lần lượt cho thịt dê, đậu phụ, rau các loại vào. Người ăn tự lấy ra bát ăn kèm với các gia vị.

Yêu cầu thành phẩm

Nước thơm, dậy mùi sâm quy, vị ngon, ngọt.

Thịt mềm không dai, sò mềm không dai, rau chín tới, không nhũn nát.

16. LẨU THỎ

Nguyên liệu

Thịt thỏ (không xương):	500g
Nước dùng lợn, gà:	2l
Rượu trắng:	50ml
Gừng:	30g
Hành khô:	30g
Hành tươi:	100g
Cải thảo:	300g
Dầu mè:	30ml
Xì dầu:	50ml
Ớt tươi:	2quả
Phù trúc:	100g
Cà chua tán (hộp):	50g
Bột mỳ:	50g
Lá thơm (nguyệt quế):	2 lá
Tỏi khô:	30g
Rau mùi:	50g
Sa tế:	20g
Mỳ sợi (hoặc bún khô):	300g
Dầu rán:	50ml
Tiêu, muối, mỳ chính (bột ngọt), đường.	

Cách làm

Thỏ sơ chế sạch (cắt tiết, lột da, lọc xương, bỏ đầu). Chặt miếng vuông, bóp gừng rượu, hành tỏi khô băm nhỏ, sa tế, tiêu, muối, đường, cà chua tán, dầu mè. Phi thơm hành tỏi băm, cho thịt thỏ vào đảo. Đậy vung, đun sôi rồi bớt lửa, nêm vị. Mỳ sợi hoặc bún khô chần nước sôi, vớt, rửa qua nước lã, vẩy khô, bày đĩa.

Cải thảo, hành tươi sơ chế, rửa sạch, phần cuống chẻ dọc, cắt khúc, bày đĩa. Ớt tươi cắt miếng bày đĩa.

Đun thịt thỏ, khi thấy thịt bắt đầu mềm thì đun nóng dầu, cho bột mỳ vào xào vàng thơm, chắt nước thỏ đổ từ từ vào bột, quấy đều tay, vừa rót vừa quấy tới khi sánh mượt, nêm vị vừa ăn rồi đổ trở lại nồi thỏ, đun 5 phút, vớt bỏ lá nguyệt quế.

Đổ toàn bộ nước và cái vào lẩu, bày kèm theo các đĩa phù trúc, cải thảo, hành mùi, mỳ sợi hoặc bún, ớt.

Khi ăn: cho phù trúc, rau, mỳ hoặc bún, múc vào bát ăn kèm gia vị tùy ý.

Yêu cầu thành phẩm

Lẩu sánh (nước nhiều hơn cái), màu hồng đỏ, vị

ngon ngọt, thịt mềm không nát. Rau chín tới, giòn, phù trúc không nát.

17. LẤU GÀ

Nguyên liệu

Gà mái tơ béo:	1,4kg
Nấm hương nhỏ:	20g (20 cái)
Giò sống:	100g
Tôm tươi to:	100g
Táo đỏ (tàu) khô:	50g
Củ đậu:	100g
Cà rốt:	100g
Hạt sen:	50g
Hành khô:	30g
Gừng củ:	20g
Xương gà, lợn:	300g
Rau mùi:	20g
Tiêu, muối, mì chính, nước mắm.	

Cách làm

Gà cắt tiết, làm sạch lông, mổ bỏ nội tạng, lọc lấy nạc. Xương đầu, cổ, cánh, chân và xương lợn cho vào nước lạnh nấu nước dùng, cho gừng nướng

và hành nướng vào, khi nước dùng đã ngọt và thơm thì lọc lấy nước trong, nêm vị vừa ăn.

Thịt gà lọc lấy thăn nạc trắng, giã nhuyễn thành giò rồi trộn lẫn với 1/2 lượng giò sống. Tôm tươi bóc vỏ bỏ đầu đuôi và chỉ ở lưng, giã nhuyễn tôm lẫn với giò sống còn lại, viên thành từng viên nhỏ bằng quả táo.

Nấm hương rửa sạch, ngâm nước cho nở, vắt ráo, lấy giò gà đắp đầy, nặn cho tròn.

Táo đỏ ngâm nước, cắt ngang, bỏ hạt, cắt tía cho giống hình tròn.

Củ đậu bóc vỏ, cắt hạt lựu to (cạnh = 1,5 cm) rồi gọt thành các viên hình tròn.

Cà rốt cũng cắt gọt giống như củ đậu.

Hạt sen ngâm nở, luộc chín bỏ, không nát. Táo, cà rốt và củ đậu om chín trong nước dùng gà, thêm gia vị. Sốt thịt gà còn lại đem hầm ướp tiêu, muối, mì chính rồi cuộn lại như giò, đem gói chặt, dùng dây buộc, quấn tròn và dài như khúc mía hấp chín, để nguội, cắt thành lát mỏng. Nấm đắp giò và các viên tròn, đem luộc chín tới trong nước dùng, vớt ra để ráo.

Bày củ đậu, cà rốt, hạt sen vào một đĩa.

Bày nấm, viên tôm, thịt gà thái lát vào một đĩa.

Khi ăn: Đổ nước dùng trong vào lẩu. Bày lẩu cùng với các đĩa nấm, tôm, thịt gà, củ đậu, cà rốt, táo... Người ăn đổ các đĩa trên vào nước lẩu đang sôi, dùng muối mức vào bát, rắc rau mùi lên trên, ăn nóng.

Yêu cầu thành phẩm

Các viên tôm trắng hồng, phần giò đắp ở nấm trắng, bề mặt cắt thịt gà có màu vàng trắng nâu, lát thịt gà mềm, vết cắt mịn, thơm ngon, ngọt.

Nước dùng trong, ngọt, thơm. Các viên cà rốt, củ đậu và táo chín mềm, đều và đẹp.

Trình bày hấp dẫn, nước trong lẩu sôi nhỏ liên tục.

18. LẨU GÀ THÁI LAN

Nguyên liệu

Gà mái tơ:	1kg - 1,2kg
Trứng gà lộn:	6-12 quả
Nấm rơm, nấm mỡ:	200g
Dừa già (cùi):	400g
Hành khô:	50g
Hành tây:	150g

Nước dùng gà:	1l
Củ sả:	30g
Bột nghệ:	10g
Ớt tươi:	2 quả
Ớt khô:	5g
Tỏi khô:	20g
Mỳ sợi hoặc bún khô:	300g
Mỡ nước hoặc dầu:	50ml
Rau mùi, rau húng:	100g
Chanh quả:	2 quả
Tiêu, muối, mỳ chính, xì dầu, dầu mè, đường.	

Cách làm

Gà cắt tiết, vặt lông, rửa sạch, mổ bỏ nội tạng, lọc lấy thịt. Xương đem nấu lấy nước dùng ngọt.

Thịt gà thái miếng to bản, ướp tiêu, xì dầu, đường, hành tỏi băm nhỏ, bột nghệ, sả giã nhuyễn, củi dừa nạo tươi, cho nước vào bóp nhuyễn, vắt lấy 1l nước.

Nấm rửa sạch (to cắt làm hai, nhỏ giữ nguyên), để ráo nước.

Hành tây bóc vỏ, rửa sạch, cắt miếng vuông. Mỳ sợi hoặc bún khô chần nước sôi, xả lại nước lạnh, vẩy ráo nước, bày đĩa.

Trứng gà lộn rửa sạch bày đĩa.

Rau mùi, rau húng rửa sạch, cắt khúc, bày đĩa.

Chanh cắt miếng, bày đĩa

Đun nóng dầu hoặc mỡ: cho hành, tỏi, sả băm nhỏ, cùng với ớt bột và nghệ cho thơm, đổ gà vào đảo nhanh, sẵn.

Nước dừa và nước dùng đun sôi, nêm muối, mỳ chính, đường, xì dầu, đổ thịt gà vào nấu 5 phút, cho nấm, hành tây vào. Đổ toàn bộ vào lẩu, tưới dầu mè lên. Bày lẩu kèm theo các đĩa trống, mỳ hoặc bún, rau thơm, chanh, ớt, xì dầu, tiêu.

Khi ăn: Đun lẩu sôi, trứng gà đập từng quả vào, người ăn tự lấy vào bát ăn kèm các gia vị tùy ý.

Yêu cầu thành phẩm

Nước lẩu có màu vàng, nước hơi sánh, vị ngọt ngon, béo ngậy của dừa, mùi thơm hấp dẫn.

Thịt gà mềm, trứng gà lộn vừa chín tới, nấm, hành không mềm nát. Trình bày hấp dẫn.

19. Lẩu vịt

Nguyên liệu

Thịt vịt bầu béo: 1kg

Xương lợn: 300g

Thịt nạc vai:	100g
Măng tươi chua:	250g
Hành hoa:	50g
Hành khô:	30g
Ớt tươi:	2 quả
Bún:	600g
Húng quế:	30g
Mùi tàu:	30g
Rau mùi:	50g

Nước mắm, muối, mì chính, tiêu, dầu, chanh quả, gừng củ.

Cách làm

Vịt làm sạch, bỏ nội tạng, chặt cánh, cổ, lọc bỏ bớt xương, băm nhỏ, nước mắm, mì chính viên thành từng viên nhỏ bằng quả táo ta, rán chín. Phần vịt còn lại đem luộc chín, gỡ lấy thịt, thái miếng bằng ngón tay (mỏng và ngang thớ), bày vào đĩa cùng với viên thịt vịt. Xương lợn rửa sạch, chặt miếng cùng với xương vịt đem nấu nước dùng trong, lọc lấy nước, nêm vị vừa ăn, ta có nước dùng vịt. Măng tươi loại bỏ phần già, thái sợi mỏng (nếu là củ), hoặc tước nhỏ (nếu là măng ống), rửa sạch, luộc kỹ cho hết mùi hôi, cho vào nước dùng vịt nấu sôi kỹ cho ngấm nước ngọt.

Hành hoa, húng quế, mùi tàu, rau mùi rửa sạch, vẩy khô nước, thái khúc, bày vào đĩa.

Bún chần qua, vẩy khô nước, bày vào đĩa. Ớt tươi thái chỉ, gừng thái chỉ, chanh cắt miếng bày vào đĩa.

Khi ăn: Đổ măng đã nấu vào lẩu, bày lẩu cùng với các đĩa thịt vịt, viên vịt rán, rau thơm, ớt, gừng, chanh, nước mắm, tiêu, bún. Người ăn lấy bún vào bát cùng với thịt, chả viên, rau thơm, múc canh măng trong lẩu (đang sôi) chan lên, ăn nóng kèm với ớt, gừng, chanh tùy ý.

Yêu cầu thành phẩm

Thịt vịt mềm, ngọt, không dai, măng vàng, ngon, ngấm gia vị, thái đều sợi, nước trong và ngọt. Mùi thơm hấp dẫn. Trình bày đẹp, nước trong lẩu sôi liên tục.

20. LẨU CHIM

Nguyên liệu

Chim câu ra ràng:	3 con
Giò sống:	100g
Nấm hương:	20-24 cái nhỏ đều nhau

Nấm tuyết	30g
Hạt sen:	50g
Tôm tươi to đều:	100g
Hành hoa:	50g
Rau mùi:	20g
Rau răm:	20g
Tiêu, muối, nước mắm, mì chính, gừng, rượu.	

Cách làm

Chim làm chết ngạt, nhúng vào nước nóng 80°C, nhổ sạch lông, mổ bỏ nội tạng, lọc lấy thăn nạc dày ở ngực, thái miếng mỏng, ướp tiêu, nước mắm, hành khô băm nhỏ.

Phần còn lại lọc bỏ bột đầu, xương sống, xương ống, băm nhỏ, ướp tiêu, muối, hành khô, trộn 1/2 lượng giò sống, viên thành viên nhỏ bằng quả táo.

Hạt sen ngâm nước, rửa sạch, luộc chín. Tôm tươi bóc vỏ, bỏ đầu, đuôi, đường chỉ ở sống lưng, giã nhuyễn, trộn với giò sống.

Nấm hương rửa sạch, ngâm nở, vắt ráo, lấy giò sống trộn với tôm, đắp đầy nấm.

Nấm tuyết ngâm nở, bỏ gốc, bóp gừng, rượu rửa sạch, vắt ráo nước. Hành hoa, rau mùi, răm sơ chế, rửa sạch, vắt ráo nước, thái nhỏ.

Đổ vào xương từ 1,5l nước đun sôi, cho nấm vào luộc chín, vớt ra để ráo. Cho các viên thịt chim vào luộc chín, để sôi nhẹ thêm 10 phút rồi vớt ra để ráo nước. Nêm nước mắm, muối, mì chính vừa ăn.

Bày nấm hương, viên thịt, hạt sen vào 1 đĩa. Thịt chim, nấm tuyết vào 1 đĩa. Hành hoa, rau thơm các loại bày vào một đĩa.

Khi ăn: Đổ nước dùng vào lẩu. Bày lẩu và các đĩa nấm, thịt viên, hạt sen, rau thơm kèm theo. Người ăn gắp đĩa thịt và nấm tuyết vào lẩu đang sôi, cuối cùng cho tiếp nấm hương, hạt sen, rau thơm các loại. Múc vào bát nhỏ, ăn nóng.

Yêu cầu thành phẩm

Các viên thịt và nấm giòn, không bã, không vỡ, nước dùng trong ngọt, thơm dậy mùi thịt chim, nấm, hành răm, hạt sen chín bở, trắng, không vỡ nát.

21. LẨU TRỨNG

Nguyên liệu

Trứng gà:	12 quả
Bầu dục lợn:	150g
Thịt bò:	100g

Hành hoa:	30g
Rau răm:	20g
Dấm chua:	100ml
Nước dùng:	1,5l

Tiêu, muối, mì chính, đường, gừng, ớt tươi, chanh quả.

Cách làm

Hoà nước dùng với dấm, muối, đun sôi, đập gừng vào, thêm mì chính.

Trứng gà chọn quả tươi mới, bày vào một đĩa. Bầu dục bổ đôi theo chiều dọc, lấy bỏ hoi, khía mắt võng, cắt miếng, ngâm rửa sạch.

Thịt bò thái mỏng, ngang thớ. Bày thịt bò và bầu dục vào một đĩa.

Hành hoa, rau răm sơ chế, rửa sạch, thái nhỏ, lấy vào một đĩa kèm theo chanh quả, ớt, gừng thái chỉ.

Khi ăn: Đổ nước dùng trên vào lẩu. Bày lẩu cùng với trứng, bầu dục, rau thơm, gia vị.

Người ăn đập từng quả trứng vào nước lẩu, khi lẩu sôi trở lại thì gạt đĩa bầu dục, thịt bò vào. Cuối cùng cho rau thơm, hành răm vào. Khi lòng trắng chín, dùng muôi múc trứng và bầu dục, thịt bò, nước vào bát, ăn nóng.

Yêu cầu thành phẩm

Lòng trắng chín hoàn toàn, bọc kín lòng đỏ, lòng đỏ chưa chín hẳn, dẻo quánh. Bầu dục và thịt bò chín tái, không dai, mềm. Vị ngon, nước ngọt hơi chua, dậy mùi thơm của răm, hành.

22. LẨU HẢI SẢN

Nguyên liệu

Cá quả:	600g
Tôm tươi to:	200g
Mực nang tươi:	200g
Ngao (đẹp):	200g
Ghẹ con:	300g
Cà chua:	200g
Hành tây:	100g
Thì là, rau ngổ:	100g
Cải cúc:	200g
Tai chua:	30g
Dứa quả:	200g
Xương lợn:	200g
Tương ớt:	20ml
Hành hoa:	30g

Chanh quả: 1 quả

Ớt tươi: 1 quả

Tiêu, muối, nước mắm, mì chính.

Cách làm

Cá đập chết, đánh vẩy, bỏ mang, ruột, cạo rửa sạch, thấm khô, lọc bỏ xương, da, đầu, đuôi.

Thân cá thái miếng dày 0,3 cm dọc thớ, đều nhau.

Mực tươi bóc mang, rửa sạch, khía mắt võng, thái miếng vừa ăn. Tôm tươi bóc vỏ, bỏ đầu, ướp muối, rửa sạch. Ghẹ rửa sạch, bóc mai, bỏ phổi, yếm, chặt chân nhọn, cắt làm 4, đập dập. Ngao rửa sạch chần nước sôi, lấy thịt ngao, cắt bỏ túi đen.

Quả me hoặc tai chua nấu chín, nghiền nát, lọc lấy nước chua. Xương lợn nấu nước dùng, cho tiếp xương cá, da cá, đầu cá và một chút muối, nấu nước dùng ngọt, lọc lấy nước trong. Thêm nước chua, muối, nước mắm, tương ớt, mì chính vừa ăn.

Dứa gọt vỏ, bỏ mắt, lõi, cắt miếng. Cà chua cắt hình miếng cau. Hành tây thái mỏng; cải cúc, thì là bỏ gốc, rửa sạch, ngắt ngắn.

Chanh cắt miếng, ớt thái chỉ.

Bày cá, mực, ghẹ, ngao, tôm vào một đĩa, xếp thành từng góc cho đẹp mắt.

Bày các loại rau cải cúc, hành tây, thì là, hành hoa, chanh, ớt vào một đĩa

Khi ăn: Đổ nước dùng vào lẩu, cho cà chua, dưa vào. Bày lẩu cùng với các đĩa hải sản và rau ở trên.

Người ăn cho hải sản vào nước lẩu đang sôi, khi vừa chín tới cho tiếp rau vào. Múc vào bát. Ăn nóng.

Yêu cầu thành phẩm

Hải sản chín, cá, mực, ngao có màu trắng, tôm có màu hồng, ghẹ có màu đỏ, rau xanh chín tái. Sản phẩm có mùi thơm dậy của thì là, ngổ, không tanh. Nước dùng ngọt, nổi vị chua dịu, cay và sôi liên tục. Trình bày đẹp mắt và hấp dẫn.

23. LẨU HẢI SẢN VỚI GÀ

Nguyên liệu

Hải sản khô:	300g
Gà ri:	1kg
Thịt chân giò:	200g
Nhân sâm:	20g
Măng tươi:	100g
Nấm hương:	30g
Nõn cải:	200g

Gừng củ:	50g
Cải thảo:	100g
Rượu trắng:	50ml
Dầu thực vật:	50ml
Nước dùng lợn, gà:	2l
Vôi ăn trầu:	50g
Đu đủ xanh:	100g
Nước tro:	30ml
Muối:	50g
Xì dầu:	50ml
Tiêu:	5g
Mỳ chính:	10g
Vỏ quýt khô:	30g
Miến dong:	300g
Hành khô:	30g

Cách làm

Hải sâm ngâm nước vôi (vôi hòa nước như nước gạo trong 18-24 giờ, cạo sạch lược kỹ cùng với gừng, vỏ quýt, bấm thấy mềm thì vớt ra để ráo, thái miếng bằng quân cờ, ngâm nước tro 30-40 phút, rửa sạch nhiều lần bằng nước lạnh, hoặc ngâm nước lạnh, thay nước nhiều lần cho hết nước tro, thấm khô, ướp tiêu, muối, mỳ chính, xì dầu.

Gà sơ chế sạch, chặt miếng, tắm ướp tiêu, muối, xì dầu, gừng, hành băm nhỏ.

Thịt chân giò hun khói, rửa cạo sạch, thái miếng tương đương bằng hải sâm.

Nấm hương ngâm nở, vắt ráo, ướp tiêu muối, hành băm. Măng tươi thái miếng, luộc, vắt ráo.

Nõn cải rửa sạch, bỏ xơ, chẻ làm 2-4 miếng, bày đĩa. Cải thảo chẻ miếng, rửa sạch, để ráo, bày đĩa.

Nhân sâm ngâm nước, thái miếng vắt mỏng.

Miến dong chần nước sôi, nhúng nước lạnh, để ráo, bày đĩa.

Đun nóng dầu, phi thơm hành, cho hải sâm vào đảo nhanh, xúc ra để riêng.

Xào tiếp thịt lợn, thịt gà, đổ nước dùng vào cùng nhân sâm, đẩy vung kín om cho thịt mềm, trút hải sâm, nấm hương, măng tươi vào nấu thêm 10 phút.

Khi ăn: Đổ vào lẩu, đun sôi tiếp. Bày cùng với các đĩa miến, nõn cải, cải thảo, xì dầu, ớt, người ăn tự cho miến, rau cải thảo, nõn cải... vào lẩu, múc vào bát ăn.

Yêu cầu thành phẩm

Nước lẩu trong, thơm, ngọt. Hải sâm mềm, không nát.

Thịt lợn và gà mềm, nấm măng chín. Trình bày hấp dẫn.

24. LẤU CÁ

Nguyên liệu

Cá nạc:	500-600g
Me hoặc quả dọc:	50g
(Hoặc tai chua):	30g
Cà chua:	100g
Dứa, khế:	100g
Dọc mùng:	100g
Hành củ khô:	20g
Hành hoa:	30g
Giá đỗ:	100g

Rau ngổ, húng láng, mùi tàu, ớt tươi, tiêu, muối, nước mắm, mì chính, bún hoặc mỳ.

Cách làm

Cá cạo sạch vẩy, nhớt, bỏ ruột, màng đen, thấm khô nước, lọc bỏ xương, da (nếu cần), thái miếng đều nhau, có độ dày chừng 0,4-0,5 cm, xếp các miếng cá vào 1 đĩa.

Hành khô thái mỏng, ớt tươi thái mỏng bày cùng đĩa cá.

Dùng xương, da, đầu... cá đem nấu nước dùng trong, lọc lấy nước, cho me hoặc dọc nướng (bỏ vỏ và hạt) hoặc nước tai chua vào nêm nước mắm, muối vừa ăn, đun sôi.

Cà chua cắt miếng cau.

Dứa gọt vỏ, bỏ mắt, lõi, cắt mỏng, khế cắt miếng mỏng.

Dọc mùng tước vỏ, thái vát, bóp muối, rửa sạch vớt khô. Giá đỗ rửa sạch, vẩy khô nước...

Rau thơm, rau ngổ, hành hoa, rau mùi tàu rửa sạch, cắt khúc.

Bày: Dứa, cà chua, khế vào một khóm trên đĩa; dọc mùng, giá đỗ, các loại rau thơm theo từng khóm; cá xếp bày vào đĩa, rắc ớt thái chỉ lên trên.

Khi ăn: Cho nước dùng cá vào lẩu, bày các đĩa cá, rau quả kèm theo. Khi nước dùng trong lẩu sôi thì cho cá vào, đảo nhẹ tay, nước sôi trở lại thì cho dứa, cà chua, khế, dọc mùng giá đỗ. Cuối cùng cho rau thơm.

Chú ý

Các loại cá dùng cho lẩu thường chọn loại cá nạc không có xương dăm. Vì vậy, đối với một số loại cá như cá trắm, chép, mè nếu sử dụng thì nên dùng loại to, chọn phần nạc không lẫn xương dăm.

Khi bày các đĩa nguyên liệu cần cắt thái, sắp xếp bày vào đĩa cho đẹp và hợp lý. Món lẩu cá luôn luôn ăn nóng với bún hoặc mì, không để sôi quá lâu trong lẩu.

Sau khi trút cá vào để sôi trở lại rồi giảm lửa để nồi lẩu sôi lăn tăn.

Yêu cầu thành phẩm

Thịt cá trắng, chín không vỡ nát, mùi thơm, không tanh, nước lẩu trong, vị ngọt, chua dịu, thơm, các loại rau chín tới, giòn. Cắt thái, trình bày đẹp.

25. LẨU CÁ SẤU VỚI THỊT BÒ

Nguyên liệu

Thịt cá sấu (thăn, đuôi):	300g
Xương lợn:	300g
Thịt bò (Loại 1):	300g
Củ sả:	50g
Tỏi khô:	30g
Hành khô:	50g
Gừng:	50g
Rượu đế:	50ml

Dầu mè:	30ml
Sa tế:	20g
Cải thảo:	300g
Cải cúc:	200g
Rau cần:	300g
Dứa xanh:	1quả
Cà chua:	100g
Ớt tươi:	2 quả
Chanh:	2 quả
Mùi tàu:	1 bó nhỏ
Mỳ sợi:	300g
Hành hoa:	100g
Nước dùng (xương lợn, gà, bò):	2l
Tiêu, muối, mỳ chính, xì dầu, đường.	

Cách làm

Cá sấu buộc mỡ, rửa sạch, cắt tiết, lột da, bỏ đầu, nội tạng, pha lọc thịt. Chọn lấy thịt thăn hoặc thịt đuôi, thái miếng mỏng, tẩm ướp: gừng, rượu, hành, tỏi khô, sả băm nhỏ, xì dầu, muối, bày đĩa, trên cùng thoa 1 lớp dầu mè và rắc ớt, gừng thái chỉ.

Thịt bò thái miếng mỏng ngang thớ, bày đĩa.

Xương lợn cho vào nấu nước dùng, lọc trong.

Bề mặt đĩa thịt thoa dầu mè, rắc ớt, gừng thái chỉ.

Cải thảo rửa sạch, chẻ dọc, cắt khúc, bày đĩa.

Cải cúc sơ chế, rửa sạch, bày đĩa.

Rau cần sơ chế (bỏ gốc, lá già) rửa sạch, vẩy khô, cắt khúc, bày đĩa. Hành hoa rửa sạch, cắt khúc, bày đĩa.

Dứa xanh gọt vỏ, bỏ mắt, cắt miếng bày đĩa.

Cà chua rửa sạch, bổ miếng hình cầu, bày đĩa.

Mỳ sợi chần qua, nhúng nước lạnh, vẩy ráo, bày đĩa.

Hành hoa bỏ rễ, rửa sạch, cắt khúc bày đĩa, cùng với mùi tàu rửa sạch.

Chanh quả cắt miếng, ớt tươi cắt miếng, bày đĩa.

Đun sôi nước dùng, cho sa tế, gừng, hành nướng, muối, xì dầu, mỳ chính, đường, rượu đế vào, nêm vừa ăn.

Đổ nước dùng vào lẩu, bày các đĩa thịt bò, cá sấu, rau cải, cần, cải thảo, dứa, cà chua lên bàn ăn kèm mỳ sợi, hành hoa, mùi tàu và các chén gia vị chanh, ớt...

Khi ăn: Đun sôi nước lẩu; người ăn cho thịt, cá, rau, mỳ... vào lẩu, lấy ra bát, ăn kèm các gia vị.

Yêu cầu thành phẩm

Nước dùng trong, ngọt, thơm, sôi liên tục.

Thịt, cá chín không dai, mềm, vị ngon, thơm, cá không tanh. Rau quả chín tới, giữ màu sắc tự nhiên của nguyên liệu.

26. LẨU CÁ CHÌNH

Nguyên liệu

Cá chình:	600g
Thịt chân giò:	200g
Nghệ:	10g
Nước bồng rượu:	100ml
Nước dùng lợn:	2l
Hành khô:	30g
Củ sả:	20g
Cải xanh:	200g
Cải cúc:	200g
Cải thảo:	200g
Hành hoa:	100g
Cần:	200g
Ớt tươi:	2 quả
Bún:	500g
Thì là:	100g
Gừng:	30g

Dầu, mỡ:	50ml
Khế chua:	50g
Cà chua:	100g
Dứa xanh:	200g
Tiêu, muối, nước mắm, mỳ chính.	

Cách làm

Cá chình sơ chế sạch, rút xương, thái miếng, ướp gừng, sả giã nhỏ cùng muối, tiêu, bày đĩa.

Thịt chân giò cạo sạch lông, luộc chín, thái miếng, bày đĩa.

Cải xanh, cải cúc, rau cần, hành hoa, cải thảo sơ chế, rửa sạch, vẩy khô nước, cắt khúc, bày đĩa. Thì là sơ chế, rửa sạch, vẩy ráo, cắt khúc, bày đĩa. Cà chua, khế cắt miếng, bày đĩa.

Nghệ cạo vỏ, rửa sạch, giã nhỏ, vắt lấy nước. Đun dầu, mỡ nóng, cho hành khô, sả, gừng phi thơm, đổ nước dùng vào, cho nước bỗng rượu, nước nghệ, muối, nước mắm, mỳ chính.

Dứa xanh gọt vỏ, bỏ mắt, cắt miếng, bày đĩa.

Đổ nước dùng vào lẩu. Bày kèm theo các đĩa cá, thịt chân giò, rau cải, cần, cải cúc, cải thảo, cà chua, khế, dứa, hành hoa, thì là, ớt thái chỉ, nước mắm, bún.

Khi ăn: Đun lẩu sôi, cho khế, cà chua, cá, chân giò vào trước, tiếp theo cho các loại rau vào. Người ăn tự lấy ra bát ăn với bún, gia vị tùy ý.

Yêu cầu thành phẩm

Nước dùng lẩu trong, thơm, màu vàng, vị ngon ngọt, nổi chua. Thịt cá chín tới, rau chín tới, vị ngon ngọt, hơi chua cay.

27. LẨU CÁ BA SA

Nguyên liệu

Cá ba sa:	1kg
Dọc mùng:	200g
Dứa xanh:	1quả (500g)
Cà chua:	100g
Nước dùng cá hoặc lợn:	2l
Me chua:	50g
(Hoặc tai chua:	30g
Hoặc quả dọc:	100g)
Hành khô:	30g
Hành hoa:	50g
Rau cải cay:	300g
Rau cần:	300g

Cải cúc:	200g
Gừng củ:	30g
Ớt tươi:	2quả
Nước mắm:	100ml
Xì dầu:	50ml
Mỳ sợi hoặc bún khô:	300g
Rau ngổ, mùi tàu:	50g
Tiêu muối, mỳ chính, đường.	

Cách làm

Cá ba sa bỏ mang, ruột, vây, rửa sạch, lọc lấy phi lê cá, thấm khô nước, thái miếng vát đều, bày đĩa, trên mặt rắc gừng và ớt thái chỉ.

Đầu cá và xương đem nấu nước dùng trong, lọc bỏ xương.

Dọc mùng tước xơ, cắt vát, bóp muối, rửa sạch, vát khô. Bày đĩa.

Dứa xanh gọt vỏ, bỏ mắt, thái miếng, bày đĩa.

Khế cắt diềm các múi, rửa sạch, cắt miếng, bày đĩa.

Cà chua rửa sạch, cắt miếng, bày đĩa.

Rau cải sơ chế, rửa sạch, vẩy ráo, cắt khúc, bày đĩa.

Cải cúc bỏ rễ, rửa sạch, vẩy khô, bày đĩa.

Rau cần bỏ gốc, lá già (chỉ lấy thân trắng), rửa sạch, vẩy khô, cắt khúc, bày đĩa.

Mỳ sợi hoặc bún khô chần nước sôi, nhúng lạnh, vẩy ráo nước, bày đĩa.

Me quả cạo vỏ, luộc chín, nghiền nhỏ, lọc lấy nước chua.

Nếu là tai chua khô: rửa sạch, đem nấu sôi 10 phút, lọc lấy nước chua (bỏ bã).

Nếu là quả dọc: đem nướng chín, rửa qua, bóc bỏ vỏ, hòa vào nước nghiền nhỏ, bỏ hạt, lấy nước chua có lẫn thịt quả.

Hành hoa, rau ngổ, mùi tàu sơ chế, rửa sạch, vẩy khô, cắt khúc, bày đĩa.

Nước dùng cá hoặc nước dùng lợn, hoặc cả 2 pha lẫn, đem đun sôi cho thêm nước chua, nước mắm, đường, muối, mỳ chính, hành khô, tiêu vừa ăn. Đổ nước dùng vào lẩu, bày cùng với các đĩa cá, rau quả, mỳ sợi bún, nước chấm, ớt, chanh...

Khi ăn: Nước trong lẩu sôi thì cho cà chua, dưa, khế, cá và các loại rau vào. Lấy ra bát ăn kèm các gia vị.

Yêu cầu thành phẩm

Nước dùng trong, thơm không tanh, ngon ngọt và nổi chua.

Cá trắng vừa chín tới, không nát, các loại rau quả giữ được màu sắc tự nhiên, chín tái, giòn.

Nước dùng đảm bảo sôi liên tục.

Chú ý

Khi trình bày các nguyên liệu nên bày cá riêng. Các loại rau quả có thể bày chung nhưng tách biệt rõ ràng.

28. LẨU CHẢ CÁ - MỰC (CHUA)

Nguyên liệu

Mực nang hoặc ống tươi, to:	500g
Cá nạc (trắm, cá quả, thác lác, thu):	500g
Đậu quả xương rồng (đậu bắp):	200g
Rau cải xanh:	200g
Rau cần:	200g
Dứa xanh:	1 quả
Cà chua:	100g
Dọc mùng:	200g
Khế chua:	100g
Me chua nhuyễn:	50g
Giá đỗ:	100g
Rau ngổ:	50g

Mùi tàu:	50g
Hành khô:	30g
Hành hoa:	50g
Ớt tươi:	3 quả
Chanh quả:	1 quả
Mỳ sợi hoặc bún khô:	300g
Nước dùng lợn - cá:	2l
Tiêu, muối, mỳ chính, đường.	

Cách làm

Cách làm chả mực và cá giống như món lẩu ngọt trên.

Đậu xương rồng rửa sạch, cắt vát dày 1cm, bày đĩa.

Rau cải sơ chế sạch, rửa, vẩy ráo, cắt khúc. Rau cần bỏ phần già, chọn thân trắng, rửa sạch rau cải, cần, giá đỗ, bày vào đĩa.

Dọc mùng tước xơ, thái vát, bóp muối, rửa sạch vớt khô. Cà chua rửa sạch, thái hình miếng cau. Khế chua cắt diềm các múi, rửa sạch, thái miếng. Dứa xanh gọt vỏ, bỏ mắt, thái miếng. Tất cả bày vào đĩa.

Hành hoa sơ chế, rửa cắt khúc. Rau ngổ, mùi tàu rửa sạch. Bày đĩa.

Ốt thái miếng, chanh cắt miếng, bày đĩa.

Mỳ sợi hoặc bún khô chần, nhúng nước, để ráo, bày đĩa.

Me quả cạo vỏ luộc chín, nghiền lấy nước trong.

Nếu là me nhuộm thì cho vào nước quấy tan, lọc qua bỏ bã, lấy nước trong.

Nước dùng đun sôi, cho nước me, muối, nước mắm vào lẫu. Bày cùng với các đĩa mực, cá, rau.

Khi ăn: cho lần lượt mực, cá, khế, dưa, cà chua, dọc mùng, giá, đậu xương rồng, cải xanh, rau cần, hành hoa, mỳ sợi, bún. Người ăn múc ra bát ăn kèm rau thơm. Chanh ớt, nước chấm tùy ý.

Yêu cầu thành phẩm

Nước dùng trong, thơm ngọt, nổi vị chua; cá, mực giòn, trắng đều, đẹp. Các loại rau chín tới, mùi thơm, không tanh. Màu sắc tự nhiên. Trình bày đẹp.

29. LẤU CHẢ CÁ - MỰC (NGỌT)

Nguyên liệu

Mực nang hoặc ống tươi to: 500g

Cá nạc (trắm, cá quả, thác lác, thu...): 500g

Rau cải cay: 300g

Cải cúc:	200g
Rau cần:	200g
Thì là:	50g
Gừng củ:	30g
Nấm rơm tươi:	50g
Ngó sen (củ):	100g
Mỳ sợi hoặc bún khô:	300g
Riềng:	20g
Hành khô:	30g
Hành hoa:	100g
Cà chua:	100g
Mùi tàu:	30g
Nước dừa tươi:	2l
Xi dầu, muối, bột ngọt, đường, ớt tươi.	

Cách làm

Mực mỡ bỏ túi mực, ruột, mai. Bóc màng đen, bỏ mắt, miệng, tuốt cườm ở râu; rửa sạch, thấm khô nước, thái miếng, giã hoặc xay nhuyễn, trộn tiêu, muối, thì là thái nhỏ, đánh dẻo, viên thành từng viên bằng quả táo.

Cá nạc lọc bỏ xương da, giã hoặc xay nhuyễn, trộn tiêu, muối, nước riềng, hành khô băm nhỏ, thì là thái nhỏ, bột ngọt, trộn kỹ, viên như mực.

Nước dùng, nước dừa đun sôi, thả viên mực, viên cá vào luộc chín tới, vớt ráo, bày đĩa.

Nêm nước dùng, cho gừng, củ hành khô nướng, nước mắm, xì dầu, mì chính vừa ăn, thêm chút đường. Củ sen, ngó sen thái lát mỏng, rửa nước có pha dấm. Vớt ra để ráo, bày đĩa.

Cải cay, rau cần (bỏ phần già), cải cúc sơ chế sạch, rửa sạch, vẩy ráo nước, cắt khúc, bày đĩa.

Nấm rơm tươi rửa sạch, to cắt đôi, nhỏ giữ nguyên, bày đĩa; cà chua rửa sạch, bổ miếng cau, bày đĩa. Hành hoa rửa sạch, cắt khúc, mùi tàu rửa sạch, thái nhỏ, vẩy khô, bày đĩa.

Mỳ sợi hoặc bún khô chần, rửa nước lạnh, vớt ráo, bày đĩa.

Cho nước dùng dừa vào lẩu bày kèm theo các đĩa: củ sen, mực, cá, rau, nấm, cà chua, hành, mùi tàu, mì sợi hoặc bún, cùng nước chấm, ớt tiêu...

Khi ăn: Đun nồi lẩu sôi, lần lượt cho củ sen, viên mực, cá, các loại rau, nấm, cà chua, mì, hành... Ăn kèm gia vị tùy ý.

Yêu cầu thành phẩm

Mực, cá trắng giòn, không tanh, thơm, ngọt ngon, hình dạng tròn đều đẹp, củ sen chín, các loại

rau chín tới, không nhũn nát. Trình bày đẹp. Nước dùng trong ngọt.

30. LẤU TÔM

Nguyên liệu

Tôm tươi to đều con:	300g
Tương ớt:	5ml
Me quả hoặc tai chua:	50g
Dứa chín:	100g
Cà chua:	100g
Giá đỗ:	100g
Rau cần:	100g
Hành hoa:	20g
Nước dùng xương lợn:	1l
Nước mắm, muối, mì chính, thì là, tiêu, ớt, bún hoặc mì.	

Cách làm

Tôm tươi rửa sạch, bóc vỏ, bỏ đầu và đường chỉ ở lưng (giữ lại đuôi), dùng giấy thấm khô nước. Đầu và vỏ tôm giã nát nấu nước dùng, lọc bỏ bã, hòa lẫn với nước dùng xương.

Me quả cạo sạch vỏ, đun mềm, nghiền nát lọc

lấy nước chua, hoặc tai chua rửa sạch cho nước vào đun kỹ, lọc lấy nước trong.

Dứa gọt vỏ, bỏ mắt, bỏ lõi, cắt miếng mỏng, cà chua bổ hình miếng cau, giá rửa sạch vẩy ráo. Rau cần bỏ lá già, lấy thân nõn trắng, rửa sạch, cắt khúc.

Bày tôm thành hoa vào đĩa cùng với dứa, cà chua, hành hoa, rau cần, giá đỗ, thì là.

Đun nước dùng tôm, nêm nước chua, muối, nước mắm, mì chính, tương ớt cho nổi vị ngọt, chua, cay, đổ vào lẩu.

Khi ăn: Bày các đĩa tôm, rau gia vị và quả tươi lên bàn ăn cùng với nước dùng trong lẩu sôi liên tục. Người ăn lần lượt cho tôm vào, tiếp theo là dứa, cà chua, giá, rau cần, hành hoa, thì là. Múc vào bát, ăn nóng với bún hoặc mì.

Yêu cầu thành phẩm

Tôm có màu hồng đỏ, rau cần có màu xanh, trắng, xen lẫn màu đỏ thẫm của cà chua và trắng của giá, vàng của dứa.

Các loại rau chín tới và giòn. Vị ngọt, cay và hơi chua. Dậy mùi thơm của tôm, thì là, dứa.

31. LẤU TÔM HÙM

Nguyên liệu

Tôm hùm:	800-1000g
Ngao:	300g
Mực tươi:	500g
Dứa xanh:	1quả
Khế xanh:	2 quả
Cà chua:	200g
Me chua:	50g
Đậu phụ khô:	100g
Miến dong:	200g
Cải thảo:	300g
Cải cay:	300g
Cần:	300g
Thì là:	100g
Hành hoa:	100g
Nước dùng lợn:	2l
Rượu trắng:	50ml
Hành khô:	50g
Gừng củ:	50g
Ớt tươi:	3 quả
Chanh quả:	2 quả

Tiêu, muối, xì dầu, mỳ chính, dầu vừng.

Nước chấm chua, cay, mặn, ngọt.

Cách làm

Tôm hùm sơ chế sạch, bóc vỏ, đầu, lấy thịt, giữ nguyên hình, thấm khô, ướp rượu, nước gừng, muối, tiêu, thái lát ngang thớ bày đĩa, rắc gừng, ớt thái chỉ, thoa nhẹ dầu vừng lên trên.

Ngao, sò ngâm rửa sạch, cắt, bày đĩa.

Mực tươi bỏ túi mực, ruột, mai, bóc màng, thấm khô. Đầu mực bỏ mắt, tuốt sạch cườm ở râu và màng đen, thấm khô. Khía hoa, thái miếng bày hình con mực lên đĩa, tẩm chút rượu hòa gừng, rắc gừng, hành lá, ớt thái chỉ lên trên.

Dứa xanh gọt vỏ, bỏ mắt, thái miếng, bày đĩa. Khế chua gọt rìa múi, rửa sạch, thái miếng, bày đĩa.

Cà chua rửa sạch, thái hình miếng cau, bày đĩa.

Miến dong chần qua, nhúng nước lạnh, để ráo, bày đĩa. Đậu phụ khô (phù trúc) chần qua, cắt miếng, bày đĩa.

Rau cần, cải xanh, thì là, hành hoa sơ chế, rửa sạch, ngâm nước, vẩy khô, cắt khúc, bày đĩa.

Nước mắm pha chua, cay, mặn, ngọt, bày bát; ớt thái mỏng, chanh cắt miếng, bày đĩa.

Nước dùng lợn đun sôi, nêm vị me chua, nước mắm, muối, mỳ chính, gừng nướng, hành nướng. Đổ nước dùng vào lẩu.

Khi ăn bày kèm các đĩa tôm, mực, ngao, rau các loại, quả các loại, rau gia vị, chanh, ớt, xì dầu, nước chấm, đậu phụ khô, miến. Người ăn cho đậu phụ khô vào trước rồi lần lượt cho mực, tôm, ngao, rau... ăn kèm với gia vị tùy ý.

Yêu cầu thành phẩm

Tôm tươi trong, mực trắng, thơm, ngon, không tanh, các loại rau chín tới. Nước lẩu trong, ngọt, vị hơi chua. Trình bày hấp dẫn.

32. LẨU LƯỜN

Nguyên liệu

Lươn to:	500g
Me quả:	50g
(Hoặc tai chua:	20g)
Khế xanh:	100g
Ớt tươi:	2 quả
Rau ngổ:	50g
Mùi tàu:	20g

Hành hoa:	30g
Hoa chuối:	200g
Nghệ:	20g

Nước mắm, muối, đường, mì chính, dấm, dầu, bún hoặc mỳ sợi.

Cách làm

Lươn làm sạch nhót, mổ bỏ ruột, rút bỏ xương, thái miếng vuông.

Xương đầu, đuôi cho vào nước, nấu thành nước dùng, lọc bỏ bã, lấy nước dùng trong.

Me luộc mềm, nghiền nhỏ, lọc lấy nước chua, tai chua ngâm rửa sạch, luộc kỹ, lấy nước chua, khế chua rửa sạch, cắt thành sợi mỏng.

Hoa chuối bỏ bẹ già, thái mỏng, ngâm nước có pha dấm.

Rau ngổ, mùi tàu rửa sạch, cắt khúc, hành hoa sơ chế sạch, thái khúc. Nghệ giã nhỏ, hòa ít nước, vắt lấy nước đặc.

Bày lươn vào một đĩa, rắc ớt thái chỉ.

Bày hoa chuối, khế, hành hoa vào một đĩa.

Bày rau ngổ, mùi tàu vào một đĩa.

Đun sôi nước dùng lươn, cho nước mắm, muối, nước chua (me, tai chua), đường, phi hành khô cho ớt, nghệ vào.

Khi ăn: Đổ nước dùng vào lẩu, bày lẩu cùng với đĩa lơu, hoa chuối, rau ngổ, nước lẩu sôi thì gát đĩa lơu vào trước, sôi nhẹ trở lại cho tiếp hoa chuối, khế, hành hoa, rau ngổ, mùi tàu... Múc từng bát ăn nóng với bún hoặc mỳ.

Yêu cầu thành phẩm

Lơu chín tới. Nước dùng trong, ngọt, cay, chua dịu. Rau giòn, không nhũn nát, lơu chín tới, có màu vàng nhạt, không tanh, thơm dậy mùi rau ngổ, mùi tàu.

33. LẨU ỐC (NGỌT)

Nguyên liệu

Ốc nhồi to, đều con:	20 con
Giò sống:	100g
Nấm hương:	20g
Thịt gà luộc:	200g
Xương gà hoặc lợn:	500g
Hành khô:	30g
Gừng:	20g
Chanh quả:	1 quả
Lá chanh:	0,5g

Tiêu, muối, nước mắm, mì chính, lá chanh, dấm.

Cách làm

Xương gà (lợn) nấu nước dùng trong, cho gừng nướng và hành nướng vào đun nhỏ lửa, lọc bỏ bã, nấu thêm 20 phút, ốc ngâm nước gạo trong 24 giờ, rửa sạch, ngâm nước vôi loãng 15 phút, sau đó vẩy mạnh, thịt ốc rơi ra, cắt hoi miệng ốc, bỏ ruột, bóp nhẹ muối dấm cho trắng, rửa sạch, vẩy khô nước. Nấm hương ngâm, rửa sạch, vắt ráo nước, lấy 1/3 thái chỉ nhỏ, trộn với giò sống, nhồi vào túi ốc, sửa nắn cho ốc căng, phẳng đẹp.

Khi nước dùng sôi thơm vị ngọt thì lọc bỏ bã, đun sôi nhỏ, nêm gia vị vừa ăn, thả các con ốc vào luộc chín tới, vớt ra, bày vào đĩa. Nấm hương còn lại cũng thả vào đun sôi 2 phút, vớt ra bày vào đĩa cùng với lá chanh thái nhỏ.

Khi ăn: Đổ nước dùng vào lẩu. Bày lẩu trên bàn cùng với các đĩa ốc, nấm, thịt gà rắc lá chanh. Người ăn gạt các đĩa ốc, nấm, thịt gà vào nước lẩu đang sôi, múc vào bát, rắc lá chanh, ăn nóng.

Yêu cầu thành phẩm

Ốc trắng, giòn, ngọt không dai, không tanh.

Nước dùng trong màu hổ phách, vị ngọt, thơm dậy mùi lá chanh. Nước lẩu sôi nhỏ lửa liên tục trong quá trình ăn, lá chanh thái nhỏ.

34. LẨU ỐC (CHUA)

Nguyên liệu

Ốc nhồi to béo:	20 con
Cà chua:	200g
Me quả:	50g
(Hoặc tai chua):	20g
Dấm bỗng:	150ml
Hành khô:	30g
Hành hoa:	50g
Dầu thực vật:	50ml
Tương ớt:	10g
Nghệ:	10g
Tía tô:	50g
Mùi tàu:	30g
Rau mùi:	20g
Nước dùng nấu từ xương lợn:	2l

Muối, nước mắm, mì chính, đường, ớt tươi, dấm, chanh quả.

Cách làm

Ốc nhồi ngâm nước gạo đặc trong 24 giờ, rửa sạch đất, chặt tròn, cạy miệng, ngâm thêm 15 phút trong nước vôi, vớt ra, khều lấy thịt ốc, bỏ hoi ở miệng, bỏ ruột, bóp dấm muối cho trắng, rửa sạch, cắt đôi, ướp nước mắm, dấm bỗng, ớt, hấp chín tới, bày ốc vào một đĩa. Nước hấp giữ lại để nấu.

Quả me cạo vỏ, luộc mềm, nghiền nhỏ, lọc lấy nước chua, hoặc dùng tai chua ngâm rửa sạch, nấu kỹ, lọc lấy nước chua.

Cà chua thái hình miếng cau.

Nghệ giã nhỏ, vắt lấy nước.

Hành khô thái mỏng. Đun dầu nóng già, phi vàng hành, tưới lên đĩa ốc.

Hành hoa và các loại rau tía tô, mùi tàu, rau mùi, rửa sạch, vẩy khô, thái nhỏ, bày vào đĩa.

Đun dầu nóng già, phi thơm hành, tương ớt, cà chua, nước nghệ đảo đều, đổ nước dùng, nước hấp ốc, dấm bỗng, nước me hoặc nước tai chua, mắm, muối, đường, mì chính, nêm vừa ăn, đổ vào lẩu.

Bún chần qua nước sôi, vẩy khô, bày vào đĩa.

Khi ăn: Bày lẩu cùng với các đĩa ốc, rau gia vị, bún, nước mắm chanh ớt. Người ăn lấy bún vào

bát kèm theo ốc, rau thơm, mức nước dùng đang sôi trong lẩu chan lên, ăn nóng.

Yêu cầu thành phẩm

Ốc không dai, giòn, ngon, không tanh. Nước dùng trong, có màu hồng nhạt, vị ngọt, chua dịu, nổi mùi thơm của ốc, bông rệu, tía tô. Nước lẩu sôi liên tục.

35. LẨU ỐC - MỀ GÀ CHAY

Nguyên liệu

Ốc chay:	300g
Mề gà chay:	300g
Đậu phụ:	300g
Cải xanh:	200g
Cải thảo:	200g
Cà chua:	200g
Hành hoa:	100g
Hành khô:	30g
Nghệ tươi:	30g
Mẻ:	100g
Rau mùi:	50g
Thì là:	50g

Xì dầu:	50ml
Tương ớt:	50g
Bún:	500g
Dầu rán:	50ml
Tiêu, muối, mỳ chính, nước tương.	

Cách làm

Ốc chay bỏ nước (nước ngâm), lấy ruột, bỏ vỏ, vẩy ráo, tẩm ướp hành khô băm nhỏ, tiêu, muối, mỳ chính, nước nghệ (nghệ giã nhỏ vắt lấy nước).

Mề gà chay cắt túi, bỏ nước, cắt miếng, vẩy ráo nước, ướp tiêu, bột ngọt, hành khô băm nhỏ, đậu phụ thái miếng quân cờ, rán vàng bằng dầu thực vật.

Cải xanh, cải thảo, hành hoa, thì là sơ chế, rửa sạch, vẩy ráo, cắt khúc 8-10cm, bày đĩa.

Mẻ nghiền nát, lọc bỏ bã.

Nghệ gọt vỏ, rửa sạch, giã nhỏ, vắt lấy nước.

Cà chua thái miếng cau.

Đun nóng dầu, cho hành củ thái mỏng vào phi thơm, cho cà chua vào đảo kỹ, cho tiếp ốc, mề gà vào đảo đều. Cho nước vào đun sôi, cho mẻ, bột ngọt, muối, xì dầu, tương ớt, mỳ chính... vừa ăn.

Đổ toàn bộ vào lẩu, bày kèm các đĩa đậu phụ, rau các loại (cải xanh, cải thảo, hành hoa, thì là), bún và nước chấm ớt...

Khi ăn, nước dùng trong lẩu sôi, cho rau, đậu phụ vào, múc ra bát ăn kèm bún và các gia vị tùy ý.

Yêu cầu thành phẩm

Ốc, mè gà chay giòn, thơm ngon ngọt, rau chín tới màu lẩu vàng, vị hơi chua của mẻ, cay, nước lẩu sôi liên tục.

36. LẨU ẾCH

Nguyên liệu

Ếch to đều con:	600g
Tôm tươi đều con:	100g
Dầu thực vật:	30ml
Hành khô:	30g
Nghệ:	20g
Mẻ:	50g
Quả me:	50g
(Hoặc khế, quả dọc):	10g
Dọc mùng:	100g
Măng chua:	100g
Hành hoa:	30g
Mùi tàu:	20g
Hành tây:	50g

Hoa chuối:	100g
Tương ớt:	10g
Ớt tươi:	2 quả
Bún:	500g
Tiêu, muối, nước mắm, mì chính, dấm, chanh.	

Cách làm

Ếch chặt đầu, lột da, mổ bỏ nội tạng, bỏ chân (bàn chân), chặt giữ nguyên đuôi, thân chặt đôi, bỏ xương sống. Da ếch bóp muối, dấm cho trắng sạch, thái miếng bằng ngón tay.

Bày đuôi ếch (đã tẩm ướp muối mì chính, hạt tiêu) vào một đĩa.

Khế thái chỉ, hoa chuối thái mỏng ngâm nước có pha dấm, hành tây thái mỏng, bày vào đĩa, quả dọc nướng chín, bóc bỏ vỏ, bỏ hạt, luộc sôi, nghiền nát (hoặc me cạo vỏ, luộc mềm, nghiền nhỏ, lọc lấy nước chua).

Mẻ nghiền nhỏ, nghệ giã nhỏ, cả 2 thứ trên lọc lấy nước. Dọc mùng tước xơ, thái vát, bóp muối, rửa sạch, vắt ráo.

Tôm tươi cắt bỏ đầu, đuôi, rửa sạch.

Măng chua rửa sạch, luộc qua, vớt để ráo. Bún chần qua nước sôi, vẩy khô, để ráo, bày vào đĩa.

Hành hoa, mùi tàu, rau mùi sơ chế sạch, rửa, vẩy khô nước, cắt nhỏ, bày vào đĩa cùng với ớt thái chỉ, chanh cắt miếng.

Phi thơm hành củ, cho da ếch, thân ếch vào xào, nêm nước mắm, nước mè, nghệ đảo đều, cho tiếp tôm, tương ớt, đổ nước vào đun sôi nhỏ, cho tiếp nước chua, măng, muối, mắm, mì chính, nêm vừa ăn.

Khi ăn: Đổ canh đã nấu và dọc mùng vào lẩu. Đặt lẩu trên bàn cùng với các đĩa đùi ếch, hoa chuối, khế, rau gia vị, bún... Người ăn lần lượt cho ếch, hoa chuối, khế vào lẩu đang sôi; lấy bún và rau gia vị vào bát, múc canh trong lẩu đang sôi chan vào, ăn nóng.

Yêu cầu thành phẩm

Ếch, tôm chín ngọt, thơm không tanh, dọc mùng, măng, hoa chuối chín giòn, không nhũn nát, thịt ếch trắng, măng trắng vàng, hoa chuối không thâm đen. Mùi thơm hấp dẫn, vị ngon, ngọt, chua dịu, hơi cay. Trình bày đẹp.

37. LẨU CUA ĐỒNG

Nguyên liệu

Cua đồng:	500g
Cà chua:	200g

Me quả:	50g
Dấm bỗng:	100g
Mỡ, khô:	30g
Hành hoa:	30g
Hành tây:	30g
Xà lách hoặc rau diếp:	200g
Tương ớt:	10ml
Bún lá:	500g

Rau kinh giới, tía tô, mùi, húng láng, ớt tươi.
Muối, nước mắm, mắm tôm, mì chính, chanh quả, hành khô.

Cách làm

Cua đồng cho nước vào ngấp, rắc ít muối, quấy, rửa sạch, xé bỏ mai, bỏ miệng, bỏ yếm, giã (hoặc xay) nhỏ, hòa nước lạnh, lọc bỏ bã, khều gạch ở mai, để riêng.

Cà chua cắt hình miếng cau.

Quả me cạo vỏ, luộc chín, nghiền nhỏ, lọc lấy nước.

Mỡ khô băm nhỏ, cho vào chảo rán, khi chảy mỡ thì cho hành khô thái mỏng vào phi thơm với tương ớt, tiếp đó cho gạch cua vào chưng vàng, thơm, đổ ra bát. Hành tây thái mỏng, xà lách hoặc rau diếp rửa sạch, vẩy ráo nước. Rau thơm (tía tô, kinh giới,

mùi, húng láng) rửa sạch, vẩy ráo. Các loại rau trên đem thái nhỏ, bày vào đĩa cùng với hành tây.

Đun nước cua đã lọc, cho muối, mắm tôm hòa vào nước lạnh, chắt bỏ bã, cho nước me, dấm bỗng vào đun sôi nhẹ, dậy vung 5 phút, nêm vừa vị, cho cà chua vào đun sôi, cho gạch cua đã chưng vào.

Khi ăn: Đổ canh cua vào lẩu cùng với hành hoa thái nhỏ, cho lẩu sôi âm ỉ.

Bày kèm theo các đĩa bún, rau hành, bát nước mắm chanh ớt. Người ăn lấy bún cho vào bát cùng với rau rồi múc nước trong lẩu dội lên, ăn nóng.

Yêu cầu thành phẩm

Nước canh vàng hồng, vánh vàng ươm nổi trên mặt, thịt cua đông thành mảng không bị vỡ nát, nước canh trong, thơm mùi gạch cua chưng và bỗng rượu, không tanh. Vị ngon, ngọt hơi chua dịu. Nước trong lẩu sôi nhỏ liên tục.

38. LẨU CUA BỂ

Nguyên liệu

Cua bể:	600g
Dứa quả:	100g

Cà chua:	200g
Dấm bỗng rượu:	150ml
Hành hoa:	30g
Hành khô:	20g
Me quả:	50g
Hoặc tai chua:	20g
Tương ớt:	10ml
Rau răm:	20g
Tôm to tươi:	100g
Ớt tươi:	1 quả
Mùi tàu, dầu, muối, nước mắm, mì chính, chanh, tiêu.	

Cách làm

Cua rửa thật sạch, bóc bỏ mai, yếm, phổi, chặt bỏ bớt chân nhọn, thân và càng đập dập, chặt thành miếng, xếp thành hình cua, bày vào đĩa, rắc tiêu. Tôm tươi cắt bỏ đầu, rửa sạch, bày một đĩa. Dứa gọt vỏ, bỏ mắt và lõi, cắt miếng.

Cà chua cắt miếng hình cau. Rau răm, hành hoa, mùi tàu rửa sạch, cắt khúc, bày vào đĩa. Dứa, cà chua bày vào đĩa, mỗi thứ một góc.

Me cạo vỏ, rửa sạch, luộc nhừ, nghiền nát, lọc bỏ bã, lấy nước chua. Tai chua ngâm rửa sạch, luộc lấy nước chua.

Đun nóng dầu, cho hành khô băm nhỏ, tương ớt vào phi thơm, đổ nước vào, cho nước me hoặc nước tai chua, nước mắm, muối, dấm bỗng, nêm vừa vị, đun sôi.

Khi ăn: Đổ nước trên vào lẩu, đun sôi nhẹ, bày cùng với các đĩa cua, tôm, dứa, cà chua, rau thơm, chanh, ớt.

Nước lẩu sôi thì gạt cua, tôm vào lẩu, đợi nước sôi lại cho tiếp dứa, cà chua, rau thơm vào. Múc vào bát ăn nóng.

Yêu cầu thành phẩm

Thân cua trắng, càng đỏ au. Xương cua mềm, thịt dai, chắc, dóc xương, vị ngon, ngọt, chua dịu, cay, thơm, không tanh. Nước trong lẩu sôi liên tục.

39. LẨU MỰC

Nguyên liệu

Mực nang tươi:	600g
Nước dừa tươi:	1l
Dấm chua:	100ml
Dứa quả:	100g
Khế:	100g

Chuối xanh: 150g

Bánh đa nem: 20 cái

Rau thơm các loại: mùi, húng, thì là, mắm nêm, tiêu, muối, mì chính, ớt tươi, tương ớt, tỏi khô.

Cách làm

Mực sơ chế sạch (bóc bỏ màng, mai, ruột, túi mực), khía dọc thân mực thành các đường song song (mỗi đường khía cách nhau gần bằng 0,5cm), thấm khô nước rồi thái mỏng, ngang thớ, bày vào đĩa. Chuối xanh tước vỏ, chẻ mỏng, cắt ngắn 5cm, ngâm nước có pha dấm chua.

Dứa gọt vỏ, bỏ mắt, bỏ lõi, cắt miếng mỏng. Khế sơ chế sạch, cắt miếng mỏng, kích thước bằng miếng chuối, dứa.

Rau thơm các loại và thì là sơ chế, rửa sạch, vẩy khô nước.

Bánh đa nem cắt thành băng có chiều rộng 10cm. Băm tỏi và ớt tươi trộn lẫn với mắm nêm, bày vào bát.

Bày chuối xanh, khế, dứa từng nhóm riêng vào một đĩa cùng với rau thơm các loại; bánh đa bày vào một đĩa.

Hoà dấm, nước dứa, tương ớt, nước mắm, muối, mì chính, cho vào lẩu.

Khi ăn: Bày các đĩa mực, dưa, chuối, rau thơm, bánh đa. Đun sôi nước lẩu. Người ăn lấy mực nhúng vào nước dùng đang sôi, đặt chuối xanh và một chút mắm nêm, gói lại rồi ăn.

Yêu cầu thành phẩm

Mực có màu trắng, rau củ quả có màu tự nhiên, nước dùng có màu hồng nhạt. Mực chín tới, giòn, không dai, không tanh, ngọt. Nước dùng trong, có vị chua, cay, ngọt.

40. LẨU BA BA

Nguyên liệu

Ba ba:	1kg
Thịt chân giò:	100g
Thịt gà:	100g
Nấm rơm tươi hoặc nấm mỡ:	50g
Măng củ tươi:	200g
Hành củ tươi:	100g
Cần tây:	50g
Củ sả:	50g
Nước dùng gà (lợn):	2l
Ngò ri, ngò gai:	100g

Gừng củ: 50g

Bún khô hoặc mỳ sợi: 300g

Rượu trắng: 50ml

Tiêu, muối, mỳ chính, tiêu, hành khô, xì dầu, dầu thực vật.

Cách làm

Ba ba cắt tiết, nhúng nước sôi, cạo sạch, lột mai, bỏ ruột, mỡ (toàn bộ nội tạng), thấm khô, chặt miếng, ướp gừng băm, rượu trắng, sả, hành khô băm nhỏ, tiêu, muối, xì dầu.

Thịt gà thái miếng mỏng vừa, ướp tiêu, muối, xì dầu.

Thịt chân giò thái miếng mỏng vừa, ướp tiêu, muối, xì dầu.

Nấm rơm hoặc nấm mỡ thái miếng (chẻ đôi, ba), măng tươi chọn phần mềm, non, thái miếng mỏng vuông, luộc chín.

Hành củ tươi rửa sạch, cắt khúc, phần củ chẻ mỏng. Cần tây bỏ rễ và lá già, rửa sạch, cắt khúc.

Nước dùng nấu từ xương gà hoặc xương thịt lợn, cho gừng, hành nướng, nêm vị muối, bột gia vị, xì dầu, mỳ chính.

Mỳ sợi hoặc bún khô chần chín, nhúng nước để ráo, bày đĩa.

Ngò ri, ngò gai bỏ rễ, rửa sạch, vẩy khô, bày đĩa.

Đun nóng dầu thực vật, phi thơm hành khô (thái mỏng hoặc băm nhỏ), cho thịt ba ba vào xào săn.

Xếp thịt ba ba, thịt gà, thịt chân giò, nấm, măng, cần tây vào lẩu, rắc thêm tiêu, hành khô.

Khi ăn: Đổ nước dùng đang sôi vào lẩu, đun sôi tiếp làm chín ba ba, thịt gà, thịt lợn, rắc rau thơm vào rồi múc các thứ vào bát, ăn kèm bún hoặc mì.

Yêu cầu thành phẩm

Nước dùng trong, ngọt, thơm và sôi liên tục. Ba ba, thịt gà, thịt lợn chín mềm, không nát, thơm ngon, ba ba không tanh. Trình bày hấp dẫn.

41. LẨU BA BA, CHÂN GÀ

Nguyên liệu

Ba ba:	1kg
Chân gà công nghiệp:	10 cái
Thịt chân giò:	250g
Xương lợn, gà:	300g
Cánh gà:	300g
Hành khô:	30g

Gừng củ:	30g
Miến dong:	200g
Rượu trắng:	50ml
Rượu mai quế lộ:	50ml
Xì dầu:	50ml

Dầu thực vật, tiêu, muối, mỳ chính.

Cách làm

Rửa sạch ba ba, cắt tiết (hoặc chặt đầu) cho tiết chảy ra. Nhúng ba ba vào nước sôi, lấy ra cạo sạch màng đen. Rửa sạch, thấm khô nước.

Dùng dao nhọn, sắc mở theo đường rìem sụn vòng quanh mai, cắt đứt dây chằng giữa mai và nội tạng, bỏ mai, nội tạng, mỡ. Lấy khăn khô thấm cho hết nước và máu, chặt bỏ móng chân.

Cắt miếng đều nhau bằng bao diêm.

Gừng lấy 1 phần băm nhỏ hòa với rượu, bóp thịt ba ba cùng với hành khô băm, tiêu, muối, xì dầu.

Chân gà bóc sạch màng vỏ, bóp muối rửa sạch, để ráo, bỏ móng, chặt khúc tương đương với ba ba, ướp gừng băm, rượu, tiêu, muối, xì dầu.

Cánh gà rửa sạch, chặt miếng tương đương với ba ba, ướp như chân giò.

Thịt chân giò chần qua, thái miếng dày 0,5cm,

kích thước tương đương với ba ba, ướp hành băm nhỏ, xì dầu, tiêu, muối.

Miến dong chân qua, rửa lại bằng nước lã, để ráo.

Xương gà hoặc lợn nấu nước dùng trong; cho gừng, hành nướng, muối, xì dầu, bột ngọt, nêm vừa ăn.

Đun nóng dầu thực vật, cho ba ba vào xào săn, cho tiếp thịt lợn, chân gà, cánh gà vào đảo đều cho thịt săn, thơm, đổ thêm rượu mai quế lộ vào, đảo 2 phút, cho nước lã vào xâm xấp, đập vung, đun nhỏ lửa cho chín mềm vừa.

Lấy ba ba, chân gà, cánh gà, thịt lợn xếp vào lẩu, lọc nước om vào lẩu.

Khi ăn đổ nước dùng đang sôi vào lẩu, cho lẩu sôi tiếp, cho miến vào lẩu, người ăn múc ra bát, ăn kèm gia vị tùy ý.

Yêu cầu thành phẩm

Nước dùng trong, thơm ngọt, ba ba, chân gà, thịt lợn mềm, không nát. Màu sắc tự nhiên, thơm ngon, lẩu luôn luôn nóng.

42. LẤU RÙA - THỊT LỢN

Nguyên liệu

Rùa:	700g
Thịt chân giò lợn:	300g
Kỳ tử:	10g
Đảng sâm:	10g
Táo đỏ khô:	30g
Đương quy:	6g
Hạt sen:	50g
Rượu đế:	50ml
Gừng củ:	20g
Hành củ khô:	20g
Đường phèn:	20g
Hạt tiêu:	0,5g
Miến dong:	200g
Nước dùng lợn:	2l
Muối, mỳ chính, xì dầu, dầu thực vật.	

Cách làm

Thả rùa vào dụng cụ sâu lòng. Dội nước sôi cho rùa chết. Dùng dao đánh sạch vẩy, cạo chân, cổ, rửa sạch. Cho muối vào nồi đất, đặt mai rùa tiếp xúc với muối, đun nóng 30- 40 phút, lật ngược rùa, tưới

ít rượu đế, đập vung kín, đun tiếp 30 phút, rùa chín tách bỏ mai, bỏ nội tạng, cắt miếng bằng bao diêm, tẩm hành khô băm nhỏ, xì dầu, gừng băm, rượu đế. Kỳ tử, đẳng sâm, đương quy rửa sạch, để ráo.

Hạt sen khô rửa sạch, ngâm nước, luộc vừa chín tới, vớt ra để ráo, gừng thái miếng mỏng, hành khô bóc vỏ, củ to cắt ngang làm hai, củ nhỏ giữ nguyên. Hạt tiêu đập dập. Táo khô tách bỏ hạt.

Miến rửa sạch, chần qua, cắt khúc, rửa lại nước lạnh, để ráo. Thịt chân giò thui qua lửa, rửa sạch, cắt miếng, kích thước nhỏ hơn rùa, tẩm tiêu, xì dầu, hành khô băm, gừng băm, rượu đế.

Đun nóng dầu, cho thịt vào đảo săn, chế nước dùng, om qua.

Cho vào nồi: thịt chân giò, thịt rùa, hạt sen, táo khô, tiêu đập dập, kỳ tử, đương quy, đẳng sâm, hành khô, đường phèn, gừng lát, rượu đế, xì dầu, chế nước dùng ngập, đập kín vung, om mềm.

Khi ăn đổ toàn bộ vào lẩu, bày kèm miến, người ăn tự múc vào bát ăn kèm tùy ý.

Yêu cầu thành phẩm

Nước dùng trong, ngon ngọt, thơm dậy mùi thuốc bắc. Thịt rùa, thịt lợn chín mềm không nát.

Hạt sen, táo chín mềm. Màu sắc tự nhiên của nguyên liệu.

43- LẤU RẮN VÀ GÀ

Nguyên liệu

Rắn:	1kg
Gà:	800g
Bóng bì:	100g
Nấm hương:	30g
Mộc nhĩ:	30g
Vỏ quýt khô:	10g
Gừng củ:	50g
Hành khô:	100g
Trứng gà:	1 quả
Rượu trắng:	50ml
Xì dầu:	100ml
Quế chi:	2g
Dầu thực vật:	50ml
Nước dùng lợn:	2l
Cần tây:	50g
Miến dong:	300g
Hành hoa:	100g
Rau mùi:	50g

Lá chanh:

20g

Tiêu, muối, mỳ chính, bột gia vị.

Cách làm

Rắn cắt tiết, lột da, bỏ nội tạng, cắt khúc, bóp rượu, gừng hòa lẫn. Vỏ quýt rửa sạch, thái chỉ. Cho rắn vào nồi cùng với gừng đập dập, quế chi, vỏ quýt, đổ ngập nước, luộc trong 20 phút. Vớt ra để ráo, gỡ thịt rắn, bỏ xương, cắt thịt rắn dài 3cm, ướp tiêu, muối, xì dầu, gừng, hành băm đã phi thơm, cho thịt rắn vào xào qua.

Nấm hương ngâm nở, to thái đôi, nhỏ giữ nguyên. Mộc nhĩ ngâm nở, rửa sạch, thái miếng bằng nấm. Bóng bì ngâm nở, tẩy gừng rượu, rửa sạch, vắt ráo, thái miếng quân cờ, ướp tiêu, bột canh, mỳ chính.

Xương rắn cho vào nước ninh làm nước dùng, lọc bỏ bã, trộn lẫn với nước dùng lợn, nêm vị vừa ăn. Thịt gà bỏ xương, sơ chế sạch, thái miếng, ướp tiêu, xì dầu, hành, xào qua.

Hành khô lấy 1 phần bóc vỏ, cắt đôi.

Miến dong chần qua, rửa lại bằng nước lạnh, để ráo. Xào qua bằng dầu, bày đĩa.

Lá chanh rửa sạch, thái chỉ. Hành hoa sơ chế sạch, thái nhỏ. Rau mùi sơ chế sạch, thái rối.

Lá chanh, hành hoa, rau mùi bày đĩa.

Cho thịt rắn, thịt gà, nấm, mộc nhĩ, hành khô vào nồi lẩu.

Nước dùng rắn nêm xì dầu, muối, đậy vung kín, nấu sôi 15 phút, thêm rượu, tiêu.

Khi ăn đổ toàn bộ hỗn hợp trên vào lẩu cùng với nước dùng nóng, cho bóng bì vào. Bày cùng với đĩa rau thơm, miến, xì dầu, ớt. Người ăn múc ra bát có miến lót sẵn.

Yêu cầu thành phẩm

Thịt rắn, thịt gà chín mềm mại, thơm ngon ngọt.

Nước dùng trong, thơm dậy mùi nấm, lá chanh. Nấm chín, mộc nhĩ, bóng bì giòn xốp, ngon.

44. LẨU THẬP CẨM

Nguyên liệu

Thịt nạc thăn luộc:	100g
Thịt gà luộc:	100g
Tim lợn:	100g
Bầu dục lợn:	100g
Mề gà:	50g

Mực khô:	40g
Tôm tươi to:	100g
Giò sống:	50g
Nấm hương:	20 cái nhỏ đều nhau
Nấm tuyết:	30g
Bóng bì:	30g
Su hào:	30g
Súp lơ:	30g
Cà rốt:	30g
Nước dùng gà hoặc lợn:	3l

Tiêu, muối, nước mắm, mì chính, phèn chua, nước tro, gừng, rượu trắng.

Cách làm

Nấm hương rửa sạch, ngâm nở, cắt bỏ chân, vắt ráo. Nấm tuyết ngâm nở, cắt bỏ gốc, rửa sạch, bóp nhẹ gừng rượu, rửa sạch, để ráo nước. Mực khô ngâm nước, bóc bỏ màng, khía vây rồng, cắt miếng vừa ăn, ngâm nước tro 3 giờ cho trương nở, cắt miếng vừa ăn, ngâm nước lạnh, thay nước nhiều lần cho sạch nước tro, bóp nhẹ với gừng rượu, rửa sạch bằng nước lạnh, để ráo nước, chần qua nước sôi.

Mề gà khía hoa khế, chần qua nước dùng, vớt ra để ráo.

Bầu dục cắt đôi theo chiều dọc, lọc bỏ hết hoi, khía mắt vông, cắt miếng ngâm nước, vớt ra chần nước sôi, để ráo.

Tim lợn luộc chín, thái miếng mỏng, to bản.

Thịt gà luộc thái miếng mỏng.

Thịt lợn thăn thái miếng mỏng, ngang thớ.

Tôm tươi bóc vỏ bỏ đầu, bỏ đường gân, giã nhuyễn, trộn lẫn với giò sống, đập vào nấm, luộc chín trong nước dùng sôi, vớt ra để ráo.

Bóng bì ngâm nước pha phen chua cho nở. Cắt miếng hình thoi, bóp rượu gừng, rửa sạch, vắt khô nước, trộn tiêu, nước mắm, mì chính.

Cà rốt, su hào cắt tỉa, súp lơ chẻ mỏng, rửa sạch; đậu Hà Lan tước xơ, tất cả các rau củ trên đều chần bằng nước dùng ngọt, vớt ra để ráo.

Bày các loại rau củ đã cắt tỉa vào đĩa; nấm, bóng bì, nấm tuyết, mực vào 1 đĩa. Thịt nạc thăn, thịt gà, mề gà, tim, bầu dục vào 1 đĩa.

Khi ăn: Đổ nước dùng đã nêm vừa vị vào lẩu, bày lên bàn cùng với các đĩa thịt, nấm, rau, bóng... trang trí đẹp và hấp dẫn.

Người ăn cho lần lượt các món thịt, nấm, mực, bầu dục, bóng, rau củ vào lẩu đang sôi, lấy muôi múc vào từng bát nhỏ, ăn nóng.

Yêu cầu thành phẩm

Các nguyên liệu chín không nhũn nát, giòn, ngon ngọt. Màu sắc phong phú. Nước dùng trong, ngọt, thơm, ngon. Trình bày đẹp. Nước trong lẩu sôi liên tục.

45. LẨU THẬP CẨM (CHAY)

Nguyên liệu

Tôm chay:	100g
Ốc chay:	100g
Mề chay:	100g
Măng củ tươi:	100g
Cà rốt:	50g
Súp lơ trắng:	100g
Cà chua:	100g
Đậu phụ:	200g
Nấm rơm:	100g
Súp lơ xanh:	100g
Hành khô:	30g
Nước sữa đậu nành:	2l
Dầu thực vật:	100ml
Rượu trắng:	50ml

Miến dong:

200g

Tiêu, muối, mỳ chính, xì dầu.

Cách làm

Tôm chay, ốc chay, mề chay cắt bỏ túi (bao bì) và nước, để ráo, ướp tiêu, muối, bột ngọt, hành khô băm nhỏ.

Măng củ tươi thái miếng mỏng hình chữ nhật, luộc chín, vớt ráo. Cà rốt gọt vỏ, rửa sạch, thái miếng mỏng như măng, súp lơ chẻ miếng, rửa sạch.

Đậu phụ cắt miếng dày hình chữ nhật, rán vàng. Cà chua cắt miếng hình cau.

Miến dong chần nước sôi, rửa qua nước lạnh, để ráo, bày đĩa.

Nấm rơm nhỏ để nguyên, to cắt đôi hoặc ba, rửa sạch, để ráo.

Phi thơm hành thái mỏng, cho mề, tôm, ốc vào xào, đảo nhanh, cho nước sữa đậu vào, đun sôi cho tiếp măng, cà rốt, súp lơ, đậu phụ, cà chua, nấm, cho muối, xì dầu, mỳ chính vừa ăn, đổ rượu vào.

Trút toàn bộ vào lẩu, trên cùng tưới ít dầu.

Khi ăn đun sôi lẩu, cho tiếp miến, múc ra bát ăn kèm gia vị tùy ý.

Yêu cầu thành phẩm

Nước lẩu có màu trắng sữa, mùi vị thơm ngon.
Các nguyên liệu vừa chín tới, giòn không nát, không mềm nhũn.

46. LẨU THẬP CẨM (CAY)

Nguyên liệu

Mực nang:	300g
Tôm sú:	200g
Thịt gà:	200g
Thăn nạc lợn:	100g
Thịt bò (loại 1):	200g
Măng củ tươi:	150g
Rau cải thảo:	150g
Cải xanh:	200g
Nấm rơm:	100g
Hành khô:	30g
Hành hoa:	50g
Nước dùng:	2l
Miến dong:	200g
Gừng củ:	30g
Rượu trắng:	50ml

Dầu mè:	30ml
Xì dầu:	30ml
Sa tế:	30g
Tiêu:	10g
Tương ớt:	30g
Chanh quả:	2quả
Muối, mỳ chính, đậu phụ nhự, đường.	

Cách làm

Mực nang bỏ mai, túi mực, ruột, mắt, miệng, bóc màng, rửa sạch, thấm khô, khía dọc, thái lát mỏng ngang, bày đĩa.

Tôm sú rửa sạch, bóc vỏ, bỏ đầu, bày đĩa.

Thịt gà thái miếng mỏng, bày đĩa, xoa dầu mè lên. Thịt bò thái miếng mỏng ngang thớ, to bản; thịt lợn thái miếng mỏng ngang thớ, bày đĩa, xoa dầu mè lên trên bề mặt đĩa.

Nấm rơm rửa sạch, thái miếng, bày đĩa.

Măng củ tươi thái miếng, rửa sạch, luộc chín, vớt ra để ráo, bày đĩa. Miến ngâm nước, cắt khúc, bày đĩa. Cải xanh, cải thảo sơ chế, rửa sạch, vẩy ráo, cắt khúc, bày đĩa. Hành tươi rửa sạch, cắt khúc, bày đĩa. Hành khô, gừng củ nướng chín, rửa sạch, đập dập.

Đun sôi nước dùng, cho hành, gừng vào, 15 phút sau cho thêm muối, xì dầu, sa tế, tương ớt, tiêu, mì chính, đường, rượu. Đổ nước dùng vào lẩu. Bày kèm theo các đĩa mực, tôm, thịt, nấm, măng, rau, đậu phụ nhự, miến và các gia vị: tương ớt, xì dầu, chanh.

Khi ăn: Nước dùng trong lẩu sôi thì cho mực, tôm, thịt, rau, măng, nấm... vào, để chín tới, múc vào bát ăn kèm các gia vị tùy ý.

Yêu cầu thành phẩm

Nước lẩu trong, thơm, nổi vị cay, ngọt. Thịt, mực, rau vừa chín tới, không nát nhũn, nồng, không có mùi tanh.

47. LẨU ĐẬU PHỤ

Nguyên liệu

Đậu phụ:	300g
Đậu phụ khô:	50g
Thịt ba chỉ:	200g
Tôm nõn khô:	100g
Nước dùng lợn:	2l
Rau cải xanh:	300g

Miến dong:	200g
Hành khô:	50g
Hành hoa:	100g
Lá hẹ:	50g
Gừng:	30g
Rượu trắng:	50ml
Xì dầu:	50ml
Đậu phụ nhự:	30g
Tương ớt, muối, tiêu, mỳ chính.	

Cách làm

Đậu phụ rửa sạch, thái miếng vuông quân cờ dày 1-1,5cm, bày đĩa.

Đậu phụ khô ngâm nước 2 phút, cắt miếng vuông.

Thịt ba chỉ luộc chín, thái miếng mỏng, kích thước bằng đậu phụ khô, bày đĩa.

Tôm nõn rang khô, cho vào nước dùng có rượu nấu kỹ, cho gừng, hành nướng vào, nấu tới khi mềm, nước ngọt, nêm vừa ăn.

Rau cải xanh sơ chế, rửa sạch, cắt khúc, bày đĩa.

Hành hoa, lá hẹ sơ chế, rửa sạch, vẩy khô, cắt khúc, bày đĩa.

Miến dong chần nước sôi, vớt ra rửa lại bằng nước lạnh, để ráo, bày đĩa.

Đậu phụ nhự nghiền nhuyễn, bày vào chén, tương ớt bày chén, xì dầu bày chén cùng với tiêu, ớt.

Đổ nước dùng và tôm vào lẩu, bày kèm theo các đĩa thịt luộc, đậu phụ, đậu phụ khô, rau cải, hành, hẹ, miến và các chén gia vị.

Khi ăn: Đun sôi lẩu, trút lần lượt đậu phụ khô, thịt lợn luộc, đậu phụ miếng, rau cải, hành, hẹ, miến vào lẩu. Người ăn tự múc ra bát ăn kèm với các gia vị tùy ý.

Yêu cầu thành phẩm

Nước dùng trong, ngọt, thơm không tanh. Đậu phụ mềm, không nát. Tôm mềm, thịt, rau chín tới, hành hẹ chín tái, màu xanh.

48. LẨU ĐẬU PHỤ (CHAY)

Nguyên liệu

Nước sữa đậu nành:	2l
Đậu phụ khô:	100g
Đậu phụ tươi:	300g
Nấm rơm tươi:	200g
Khoai tây:	200g
Cà rốt:	100g

Giá đỗ:	200g
Rau cải ngọt:	200g
Hành khô:	30g
Hành hoa:	100g
Gừng:	30g
Dầu thực vật:	50ml
Miến dong:	100g
Tiêu, muối, xì dầu, dầu vừng, mỳ chính.	

Cách làm

Đậu phụ khô rửa qua, cắt miếng vuông.

Đậu phụ tươi cắt miếng khối vuông.

Nấm rửa sạch, cắt miếng dày 1cm.

Khoai tây gọt vỏ, rửa sạch, cắt miếng vuông 0,5cm. Cà rốt gọt vỏ, rửa sạch, cắt tỉa các hình, thái miếng mỏng. Khoai tây và cà rốt chần chín, vớt ráo. Giá đỗ rửa sạch, rau cải ngọt rửa sạch, cắt khúc 5cm. Hành hoa sơ chế, rửa sạch, cắt khúc. Miến rửa qua, cắt khúc.

Sữa đậu nành nêm muối, xì dầu, tiêu, mỳ chính, hành gừng băm nhỏ, đun sôi thành nước dùng.

Xếp lần lượt từng thứ: Khoai tây, cà rốt, đậu phụ khô, đậu phụ tươi, rau cải, giá đỗ, hành hoa, nấm rơm, miến vào lẩu, rưới dầu mè lên trên.

Bày lẩu kèm theo tiêu, muối, xì dầu.

Khi ăn đổ nước dùng vào lẩu, đun sôi, người ăn tự múc vào bát để ăn.

Yêu cầu thành phẩm

Nước dùng đậm ngon, thơm ngọt, béo ngậy, sôi liên tục.

Các nguyên liệu thực phẩm nguyên hình, không nát, vừa chín tới, vị ngon ngọt, thơm.

49. LẨU TỨ XUYÊN

Nguyên liệu

Thịt bò loại 1:	200g
Thịt nạc thăn:	150g
Bầu dục lợn:	100g
Gan lợn:	150g
Dạ dày lợn (cổ hũ):	100g
Lươn to:	300g
Rượu trắng:	50ml
Gừng:	30g
Đậu xị:	50g
Đậu Hà Lan:	150g
Dầu hào:	40ml
Tương đỏ:	30ml

Tương ớt:	30ml
Ớt bột:	10g
Xì dầu:	30ml
Nước dùng lợn:	2l
Dầu, mỡ:	50ml
Giá đỗ:	200g
Cải cúc:	200g
Rau cải xanh:	300g
Hành hoa:	100g
Tỏi tây:	100g
Hẹ:	100g
Tiêu, muối, mỳ chính, dấm, ớt tươi.	

Cách làm

Thịt bò lọc bỏ gân xơ, thái miếng mỏng, ngang thớ. Bày đĩa, bề mặt xoa dầu hào, rắc gừng thái chỉ và ớt tươi thái chỉ. Gan lợn thái miếng mỏng, bày đĩa.

Bầu đục xẻ đôi, lọc bỏ hoi, khía hoa, thái miếng, bày đĩa. Dạ dày bóp muối, dấm, rửa sạch cho hết mùi hôi, thái miếng mỏng, bày đĩa. Gan, dạ dày, bầu đục có thể bày cùng 1 đĩa, trên mặt thoa ít dầu hào, rắc gừng thái chỉ và ớt tươi thái chỉ.

Lươn làm sạch nhớt, rút xương, bỏ ruột, thái

miếng vuông. Bày đĩa rắc gừng, ớt thái chỉ. Đậu Hà Lan tước xơ, rửa sạch.

Rau cải sơ chế, rửa sạch, thái khúc dài 10 cm. Tỏi tây rửa sạch, chẻ dọc, thái khúc 10 cm. Cải cúc sơ chế, rửa sạch, vẩy khô, bày đĩa. Hành hoa sơ chế, rửa sạch, cắt khúc 10cm. Hẹ rửa sạch, vẩy khô, cắt khúc như hành. Giá đỗ rửa sạch, vẩy khô.

Các loại rau trên cắt đều nhau, bày đĩa. Tùy đĩa to, nhỏ có thể bày chung nhưng loại nào phải riêng biệt loại đó, không trộn lẫn.

Đậu xị xay nhỏ, gừng băm nhỏ.

Đun nóng dầu, mỡ, cho ớt bột, đậu xị, gừng, tương ớt, tương đỏ vào đảo kỹ cho lên màu, đổ nước dùng vào, nêm muối, xì dầu, mì chính, rượu trắng, đun sôi, đổ vào lẩu.

Bày lẩu cùng với các đĩa: Thịt, lươn, bầu dục, dạ dày, gan, rau các loại, ớt thái, hẹ, hành, tiêu, xì dầu...

Khi ăn: Đun sôi lẩu, người ăn tự lấy thực phẩm nhúng vào lẩu, ăn cùng các gia vị tùy ý.

Yêu cầu thành phẩm

Nước dùng có màu đỏ hồng, thơm, cay. Thịt và nội tạng nhúng vừa chín tới, rau xanh chín tới, giòn, ngon ngọt, cay. Trình bày đẹp.

50. LẨU TỔNG HỢP NHẬT BẢN

Nguyên liệu

Tôm tươi to:	200g
Thịt cá quả:	200g
Thịt cá ngừ:	200g
Thịt sò:	100g
Thịt ngao:	100g
Thịt gà:	200g
Trứng gà:	2 quả
Nấm mỡ:	100g
Nấm hương:	30g
Đậu phụ khô:	100g
Hoa Atisô:	15g
Hành hoa:	50g
Rượu trắng:	50ml
Xì dầu:	50ml
Rau câu sợi:	20g
Rau cải thảo:	200g
Rau chân vịt:	100g
Nước dùng lợn:	2l
Tỏi khô:	30g
Dầu thực vật:	100ml
Muối, mỳ chính, tiêu.	

Cách làm

Tôm rửa sạch, bóc vỏ (giữ lại đầu và đuôi). Bày đĩa.

Thịt gà thái miếng mỏng, bày đĩa.

Thịt cá quả lọc bỏ da, xương, thái miếng, bày đĩa.

Thịt cá ngừ lọc bỏ da, xương, thái miếng, bóp rượu, bày đĩa.

Thịt sò, thịt ngao chần nước sôi, vớt ra để ráo, trộn muối, tiêu, tỏi giã nhỏ, rượu, dầu, bày đĩa.

Trứng gà đánh tan (cho chút muối), tráng mỏng, cắt miếng, bày đĩa.

Nấm hương ngâm nở, bóp khô, trộn tiêu, mỳ chính, muối.

Nấm mỡ rửa sạch, thái miếng khoanh tròn, bày đĩa.

Đậu phụ khô ngâm qua nước, cắt miếng.

Rau cải thảo, rau chân vịt sơ chế, rửa sạch, cắt khúc, bày đĩa. Hành hoa sơ chế, rửa sạch, cắt khúc, bày đĩa.

Cho rau câu, rượu, xì dầu, nấm hương, muối, hoatisô, mỳ chính vào nước dùng, đun sôi, đổ vào lẩu.

Bày lẩu cùng với các đĩa thịt gà, cá, sò, ngao, nấm, đậu phụ khô, rau cải thảo, rau chân vịt, các chén xì dầu, muối...

Khi ăn: Đun nước trong lẩu sôi, người ăn tự lấy các thứ theo ý thích cho vào lẩu cho chín, lấy ra bát ăn kèm gia vị.

Yêu cầu thành phẩm

Nước lẩu trong, thơm, ngọt, ngon, luôn luôn sôi. Các đĩa thực phẩm trình bày đẹp, chín tới, không nát, không dai, rau chín tới, màu sắc tự nhiên.

51. LẨU TỔNG HỢP TRIỀU TIÊN

Nguyên liệu

Thịt cá nạc (tươi):	200g
Thịt bào ngư (hộp):	50g
Thịt sò khô:	50g
Hải sâm (hộp):	50g
Mực nang tươi:	100g
Thịt bò (loại 1):	200g
Sách bò:	100g
Gan bò:	100g
Óc bò:	50g
Mỳ sợi:	100g
Trứng gà:	2 quả
Hạt dẻ to:	50g

Hạt thông:	30g
Táo đỏ:	50g
Gừng củ:	50g
Vừng:	30g
Hành tây:	150g
Hành khô:	50g
Bột mỳ:	100g
Ớt khô:	50g
Dầu mè:	30ml
Xì dầu:	30ml
Nước dùng gà hoặc lợn:	2l
Thì là:	100g
Tiêu, muối, mỳ chính, dầu thực vật đủ rán.	

Cách làm

Cá nạc tươi lọc bỏ xương, da, thái miếng dọc thớ. Thịt bào ngư hộp bỏ nước, để ráo. Vừng xay nhỏ. Hải sâm hộp bỏ nước, để ráo.

Thịt sò khô ngâm nước, chần nước sôi, vớt ra để ráo. Mực nang tươi bóc bỏ màng, thái miếng mỏng. Tất cả các hải sản trên tẩm trộn tiêu, muối, mỳ chính, hành khô băm nhỏ, gừng băm nhỏ, vừng xay.

Thịt bò thái miếng mỏng, ngang thớ. Gan bò chần qua nước sôi, thái miếng dày 0,4cm. Sách bò

ngâm qua nước sôi trong 30 phút, rửa sạch, bóp muối dấm, rửa sạch, chần qua nước sôi, thái miếng vuông. Tất cả đều trộn tiêu, muối, hành, gừng băm nhỏ, vùng xay.

Óc bò đánh nhuyễn trộn tiêu, muối, viên thành viên tròn bằng quả táo ta.

Hành tây thái miếng vuông. Hạt dẻ luộc chín, bóc vỏ; táo đỏ bỏ hạt.

Trứng gà đánh nổi bọt, cho bột mỳ vào trộn đều, thêm nước lã cho bột đặc.

Cho hải sản, thịt bò và nội tạng vào bột loãng trên trộn đều rồi thả vào dầu hoặc mỡ nóng già, chao cho vàng, vớt ráo.

Thì là sơ chế, rửa sạch, cắt khúc. Ớt khô thái chỉ.

Nước dùng đun sôi nêm vị xì dầu, muối, mỳ chính, gừng, hành cho vừa ngon.

Bày 1 lớp hành, mỳ sợi, cá, mực, sò, hải sâm, bào ngư, thịt bò, óc bò, gan, sách bò, hạt dẻ, táo đỏ, hạt thông, ớt khô, thì là... vào nồi lẩu.

Khi ăn đổ nước dùng sôi vào lẩu, rưới dầu mè lên trên, đập vung kín. Người ăn tự múc vào bát ăn theo ý thích.

Yêu cầu thành phẩm

Nước dùng trong ngọt, thơm ngon, luôn luôn sôi.

Các nguyên liệu khác chín tới, không dai. Lẩu nổi mùi thơm của thì là, hành. Nước lẩu hơi sánh sệt, luôn nóng.



PHẦN II

KỸ THUẬT CHẾ BIẾN

CÁC MÓN XỐT

1. XỐT CHUA

Nguyên liệu

Chao trắng:	100g
Dứa chín:	100g
Tỏi khô:	20g
Bột đao:	20g

Tiêu, muối, mỳ chính, đường, dầu, mỡ.

Cách làm

Chao xay nhuyễn, chà lấy bột mịn mượt.

Dứa gọt vỏ, bỏ mắt, cắt miếng, xay nhuyễn, cho thêm nước vào, lọc bỏ bã.

Bột đao hòa nước.

Đun nóng dầu hoặc mỡ, phi thơm tỏi băm nhỏ, đổ nước thơm vào cùng với chao, đường, tiêu, mỳ chính, đun sôi, rót bột đao quấy đều tới khi sánh, chín trong.

Xốt này thường dùng cho các món chay hoặc tôm rán

Yêu cầu thành phẩm

Xốt trắng ngà, thơm, ngon ngọt béo ngậy, sánh mượt.

2. XỐT CHUA NGỌT

Nguyên liệu

Bột đao:	50g
Nước dùng (lợn, gà):	500ml
Dấm:	100ml
Đường:	50g
Ớt tươi:	20g
Tỏi tươi:	20g
Mỡ nước, hoặc dầu:	30ml
Muối, nước mắm, mỳ chính.	

Cách làm

Tỏi bóc vỏ, băm nhỏ; ớt bỏ hạt, thái nhỏ. Đun

nóng dầu, mỡ, cho ớt, tỏi vào đảo qua, cho nước dùng hoặc nước lã vào đun sôi, cho dấm, đường, muối, nước mắm vào, nếm vừa ăn, nổi vị chua ngọt.

Hòa bột đao với nước, rót từ từ vào, vừa rót vừa khuấy tới khi sánh, để sôi 1 phút là được.

Chú ý

Nếu xốt có màu hồng thì có thể dùng 1 chút phẩm màu đỏ (phẩm màu thực phẩm cho phép). Xốt này dùng ăn kèm hoặc dội lên trên các món thịt, cá, tôm, cua, đậu phụ...).

Yêu cầu thành phẩm

Xốt có màu trắng hoặc hồng đỏ (có phẩm), trong veo, nhìn thấy rõ ớt và tỏi lơ lửng trong xốt, trạng thái đồng nhất, sánh, thơm, vị chua ngọt, hơi cay.

3. XỐT DỪA

Nguyên liệu

Dừa già:	300g
Nước dừa tươi:	200ml
Nước dùng (lợn, gà):	500ml
Bột mỳ:	30g

Dầu, mỡ: 50g

Hành, tỏi khô: 20g

Tiêu, muối, mỳ chính, hoặc bột canh.

Cách làm

Dừa già nạo tươi, cho nước lạnh vào vắt lấy nước cốt đặc (chỉ cần 200ml nước dừa). Hành tỏi băm nhỏ.

Dun dầu nóng già, phi thơm hành, tỏi khô, cho bột mỳ vào rang chín vàng, cho nước dùng cùng nước cốt dừa vào, quấy đều tay tới khi sánh. Cho muối, mỳ chính, tiêu hoặc bột canh. Xốt này thường dùng cho các món gà, vịt, lợn, tôm, cá nướng, rau om.

Yêu cầu kỹ thuật

Xốt sánh mượt, đồng nhất, thơm dậy mùi dừa, ngon ngọt, béo ngậy, màu trắng ngà.

4. XỐT DỪA (XỐT THƠM)

Nguyên liệu

Dừa chín: 500g

Bột đao: 50g

Nước dùng: 500ml

Rượu Rhum:	30ml
Hành khô:	30g
Dầu, mỡ:	50g
Tiêu, muối, xì dầu, mỳ chính, đường.	

Cách làm

Dứa gọt vỏ, bỏ mắt, cắt miếng, xay nhuyễn, lọc bỏ bã.

Bột đao hòa chút nước. Hành khô băm nhỏ. Đun nóng dầu hoặc mỡ, phi thơm hành, cho nước dứa, xì dầu, mỳ chính, muối, đường, nước dùng vào đun sôi, rót bột đao quấy đều tới khi chín, cho rượu Rhum vào.

Xốt này thường dùng cho các món thịt, tôm rán...

Yêu cầu thành phẩm

Xốt có mùi thơm dậy của dứa và rượu Rhum. Vị ngon ngọt, chua dịu nhẹ.

Xốt sánh mượt, trong, đồng nhất, có màu vàng của dứa.

5. XỐT ME

Nguyên liệu

Me quả:	300g
Trứng gà:	2 quả
Bột năng:	30g
Hành khô:	30g
Tỏi khô:	30g
Dầu, mỡ:	50g
Tiêu, muối, mỳ chính, đường, dầu mè.	

Cách làm

Me cạo vỏ, luộc chín mềm, dầm nát, lọc lấy nước.

Bột năng hòa chút nước. Hành tỏi khô bóc vỏ băm nhỏ. Lòng đỏ trứng hòa 1 chút nước vào khuấy tan.

Đun nóng dầu hoặc mỡ, phi thơm hành tỏi khô, cho nước me vào, nêm muối, đường, mỳ chính, tiêu, đun sôi, rót bột năng vào khuấy đều tới khi bột chín trong, cho tiếp lòng đỏ trứng vào khuấy mượt, cuối cùng cho dầu mè vào khuấy đều. Xốt này ăn kèm hoặc trộn với các món tôm, thịt rán.

Yêu cầu thành phẩm

Xốt sánh mượt, có màu vàng của trứng, vị chua của me, xốt đồng nhất, trứng không xác.

6. XỐT GỪNG

Nguyên liệu

Gừng:	100g
Bột đao:	30g
Đường:	20g
Dầu hào:	50ml
Xì dầu:	50ml
Tỏi khô:	20g
Tiêu, muối, mỳ chính, dầu hoặc mỡ.	

Cách làm

Gừng rửa sạch, cắt miếng, xay nhuyễn. Cho ít nước vào vắt lấy nước, bỏ bã. Bột đao hòa ít nước. Tỏi băm nhỏ. Đun nóng dầu hoặc mỡ, phi thơm tỏi, cho nước, gừng, đường, xì dầu, muối, tiêu, mỳ chính, rót từ từ bột đao, quấy đều tới khi sánh, chín trong, cho dầu hào vào quấy nhẹ.

Xốt này thường dùng cho các món tôm, cá, sò, bò...

Yêu cầu thành phẩm

Xốt sánh mượt, dậy mùi thơm của gừng, vị ngon, ngọt cay, đồng nhất.

7. XỐT NẤM

Nguyên liệu

Nấm hương:	30g
Bột đao:	50g
Nước dùng:	500ml
Dầu hào hoặc dầu mè:	20ml
Đường:	10g
Hành khô:	20g
Tỏi khô:	20g
Dầu, mỡ:	50g
Tiêu, muối, mỳ chính, nước mắm.	

Cách làm

Nấm hương ngâm nở (giữ lại nước), vắt khô, thái chỉ hoặc băm nhỏ.

Bột đao hòa với chút nước.

Hành tỏi khô bóc vỏ, băm nhỏ.

Đun mỡ nóng già, phi thơm hành tỏi, cho nấm vào xào, đổ nước dùng, nước nấm vào, nêm nước mắm, muối, mỳ chính, tiêu, đường, rót bột đao vào, vừa rót vừa khuấy đều. Đun sôi 1 phút, tưới dầu mè vào, khuấy đều.

Xốt này có thể ăn kèm hoặc dội lên các món thịt và rau.

Yêu cầu thành phẩm

Xốt thơm mùi nấm, sánh mượt, trong, đồng nhất, nấm lơ lửng, phân bố đều trong xốt.

8. XỐT TIÊU XANH

Nguyên liệu

Hạt tiêu xanh (tươi):	100g
Cà chua tán nhuyễn:	100g
Nước tro:	10ml
Bột mỳ:	100g
Nước:	500ml
Dầu thực vật:	30ml
Muối.	

Cách làm

Tiêu rửa sạch, để ráo nước. Đun sôi nước, cho hạt tiêu, nước tro, muối vào nồi, đậy kín, đun nhỏ lửa tới khi nước cạn bớt.

Đun dầu nóng già, cho cà chua nhuyễn, bột mỳ vào đảo kỹ, đổ nước, tiêu vào khuấy đều, om tiếp 5 phút. Xốt này dùng để ăn kèm, dội lên hoặc om với các món thịt gia súc (bò, lợn...).

Yêu cầu thành phẩm

Xốt sánh, đồng nhất, màu hung đỏ, thơm dậy mùi tiêu, vị cay hơi đậm.

9. XỐT SỮA TƯƠI

Nguyên liệu

Sữa tươi:	500ml
Bột năng:	40g
Hành khô:	20g
Tỏi khô:	20g
Bơ hoặc dầu:	50g
Muối, tiêu, mỳ chính.	

Cách làm

Hành tỏi khô bóc vỏ, băm nhỏ.

Bột năng hòa một chút nước.

Đun nóng bơ hoặc dầu, phi thơm hành tỏi, đổ sữa, nêm muối, tiêu, mỳ chính vừa ăn, rót bột đao, vừa rót vừa khuấy đều tới khi sánh mượt.

Xốt này có thể dùng để ăn kèm hoặc dội lên cá, thịt rán hoặc nướng.

Yêu cầu thành phẩm

Xốt có màu trắng, mùi thơm, vị ngon, ngọt, ngậy, sánh mượt, đồng nhất.

10. XỐT BƠ HÀNH

Nguyên liệu

Bơ:	100g
Hành củ khô:	50g
Nước dùng (gà lợn):	150ml
Tiêu, muối, mỳ chính.	

Cách làm

Hành bóc vỏ, thái mỏng.

Đun nóng bơ, cho hành vào rán vàng đều. Đổ nước dùng vào, nêm muối, tiêu, mỳ chính, đun sôi 2 phút.

Xốt này dùng để tưới lên các món nướng, rán, bỏ lò trước khi ăn.

Yêu cầu thành phẩm

Xốt bóng, mượt, màu vàng nâu, thơm dậy mùi hành, bơ, vị ngon ngọt, béo ngậy.

11. XỐT DẦU TRỨNG - MÙ TẠC

Nguyên liệu

Lòng đỏ trứng:	100g
Dầu ô liu:	400ml
Mù tạc:	10g
Dưa chuột muối chua:	50g
Chanh quả:	1quả
Tiêu, muối:	20g
Rau mùi:	20g

Cách làm

Chanh vắt lấy nước.

Dưa chuột bỏ ruột, lấy cùi băm nhỏ.

Rau mùi rửa sạch, thái nhỏ.

Lòng đỏ trứng quấy đều, rót từ từ dầu vào, vừa rót vừa quấy tới khi sánh đặc, cho tiêu, muối, nước chanh vào quấy tiếp. Cho mù tạc vào, tiếp theo cho dưa chuột vào quấy đều để các nguyên liệu phân bố đều trong sốt.

Yêu cầu thành phẩm

Sốt sánh, đồng nhất, màu vàng, xanh, thơm dậy mùi mù tạc, vị ngon, hơi chua, béo ngậy.

12. XỐT DẦU TRỨNG VỚI HÀNH

Nguyên liệu

Lòng đỏ trứng:	100g
Hành hoa:	50g (phần lá)
Dầu ô liu:	400ml
Chanh quả:	1 quả
Tiêu trắng, muối.	

Cách làm

Lòng đỏ trứng quấy tan, rót từ từ dầu vào, đánh cho tới khi sốt sánh, thỉnh thoảng cho nước cốt chanh, muối, tiêu vào. Khi sốt đã sánh mượt, vị vừa được thì cho hành hoa thái nhỏ vào, quấy đều cho đồng nhất.

Yêu cầu thành phẩm

Xốt sánh mượt, đồng nhất, màu trắng xanh. Vị ngon, béo ngậy hơi chua. Thơm dậy mùi hành.

13. XỐT DẦU TRỨNG VỚI CÀ CHUA

Nguyên liệu

Lòng đỏ trứng:	100g
Dầu ô liu:	300ml

Cà chua bột nhuyễn:	50g
Chanh quả:	1 quả
Tiêu, muối vừa đủ.	

Cách làm

Lòng đỏ trứng quấy tan, rót từ từ dầu vào, vừa rót vừa quấy, thỉnh thoảng cho nước cốt chanh, muối, tiêu vào, khi sốt sánh đặc thì cho tiếp cà chua tán nhuyễn vào quấy tiếp cho tới khi sốt đồng nhất, nêm vị vừa ăn.

Yêu cầu thành phẩm

Xốt sánh mượt, màu hồng, vị ngon, béo ngậy, hơi chua.

14. XỐT DẦU TRỨNG VỚI TỎI

Nguyên liệu

Trứng gà:	3 quả
Tỏi khô:	50g
Dầu ô liu:	300ml - 500ml
Tiêu, muối, nước cốt chanh.	

Cách làm

Lấy lòng đỏ trứng quấy đều, rót dầu vào từ từ, thỉnh thoảng cho nước cốt chanh, muối vào.

Đánh quấy đều cho tới khi xốt đặc sánh, cho tỏi giã nhuyễn vắt lấy nước trộn vào, quấy đều.

Yêu cầu thành phẩm

Xốt sánh, quánh mượt, màu vàng trắng, thơm mùi tỏi, vị ngon, hơi chua, béo ngậy.

15. XỐT BỘT CÓ LÒNG ĐỎ TRỨNG GÀ VÀ CHANH

Nguyên liệu

Bơ:	100g
Lòng đỏ trứng gà:	2-3 cái
Nước nóng (70 ⁰ C):	300 ml
Bột mỳ:	50g
Chanh quả:	1 quả
Tiêu - muối đủ dùng.	

Cách làm

Đun nóng chảy bơ, cho bột mỳ vào xào (không để bột bị vàng), đảo trộn cho đều, từ từ rót nước nóng vào đảo đều thành 1 khối đồng nhất, tiếp đó cho tiêu muối và lòng đỏ trứng vào, khuấy đều nhanh tay (chú ý điều chỉnh lửa cho khối bột tạo

thành xốt mượt và đồng nhất, không bị vón cục). Khi xốt sôi, rót nước cốt chanh vào đánh đều rồi đưa ra sử dụng.

Xốt dùng kèm với các món thịt - cá.

Yêu cầu sản phẩm

Xốt có màu vàng nhạt của bơ và lòng đỏ trứng, thơm, vị béo ngậy, sánh mượt, không bị vữa.

16. XỐT GỐC NÂU

Nguyên liệu

Bơ:	100g
Bột mì:	100g
Xương (lợn - gà):	500g
Tiêu:	3g
Muối:	5-10g
Nước lạnh:	2l
Cà rốt:	200g
Tỏi tây:	100g
Hành củ:	100g
Nụ đình hương:	10g
Lá nguyệt quế:	2 lá

Cách làm

Cà rốt gọt vỏ, rửa sạch, thái chỉ.

Hành củ nướng chín, tỏi tây nhật, rửa sạch rồi cắt khúc 4-5 cm. Nụ đinh hương rửa sạch. Xương lợn rửa sạch, đem sấy cho tới khi có màu vàng nhạt, cho nước lạnh vào đun sôi, vớt bọt, ninh nhỏ lửa, sau cho tiếp các loại cà rốt, tỏi tây, hành củ, nụ đinh hương và lá nguyệt quế vào, đun tiếp khoảng 40-60 phút nữa rồi đem lọc lấy nước dùng trong.

Đun bơ nóng chảy, cho bột mì vào xào tới khi bột ngả sang màu vàng nâu thì rót nước dùng đã lọc vào (khoảng 0,5l), quấy đều tay cho tới khi tạo thành sốt ở dạng sánh mượt và đồng nhất thì nêm tiêu, muối vào (chú ý để lửa nhỏ).

Xốt này không dùng trực tiếp mà để chế biến các món hoặc tạo thành một số xốt khác.

Yêu cầu thành phẩm

Xốt có màu nâu sẫm, có mùi thơm đặc trưng và trạng thái sánh mượt.

17. XỐT TRỨNG DẤM - CÀ CHUA

Nguyên liệu

Xốt Bê-ac-ne: 500g

Cà chua tán: 100g

Tiêu, muối.

Cách làm

Cho xốt Bê-ac-ne vào đun cách thủy, tiếp đó cho cà chua tán vào khuấy đều, nêm tiêu muối vừa đủ, ăn nóng kèm với các món cá hoặc rau.

Yêu cầu thành phẩm

Xốt có màu hồng, vị thơm hơi chua và trạng thái phải sánh mượt, không vữa nát.

18. XỐT CỦA NGƯỜI THỢ SĂN

Nguyên liệu

Dầu thực vật: 50g

Cà chua tán: 50g

Hành củ khô: 30g

Bơ: 50g

Nấm tươi: 100g

Xốt Dơmiglas: 400g

Rượu trắng:	50ml
Rau mùi:	30g
Tiêu, muối.	

Cách làm

Nấm rửa sạch, thái nhỏ. Hành củ băm nhỏ.

Đun dầu nóng già, cho nấm và hành vào xào chín, sau cho xốt dơnglas, rượu vào quấy đều, cho thêm cà chua tán vào, khuấy đều rồi đun nhỏ lửa, khi sôi nêm tiêu, muối và bơ vào, đem lọc bỏ bã.

Yêu cầu thành phẩm

Xốt có màu nâu đỏ, mùi thơm, vị ngọt - béo, sánh mượt.

19. XỐT LÒNG ĐỎ TRỨNG GÀ VỚI DẤM

Nguyên liệu

Lòng đỏ trứng gà:	5 quả
Bơ:	100g
Hành củ khô:	30g
Dấm:	100ml
Rau thơm (mùi):	30g
Tiêu, muối.	

Cách làm

Cho lòng đỏ trứng gà vào bát rồi đổ 20ml nước lã vào đánh tan.

Cho dấm, hành củ băm nhỏ, tiêu, muối vào đun nhỏ lửa đến khi cạn còn 50ml thì đem lọc lấy nước rồi đun cách thủy, tiếp đó rót từ từ trứng đã đánh tan, khuấy nhẹ tay cho tới khi được hỗn hợp trứng đặc sánh rồi cho tiếp bơ vào, khuấy đều tay để được sốt ở trạng thái sánh mượt.

Yêu cầu thành phẩm

Xốt có màu vàng nhạt. Mùi thơm, vị chua mát và ngậy. Xốt sánh mượt và đồng nhất, không vón cục.

20. XỐT TÔM

Nguyên liệu

Bột mì:	100g
Bơ:	50g
Sữa tươi:	1l
Tôm tươi:	100g
Kem tươi:	100ml
Tiêu, muối.	

Cách làm

Tôm hấp chín, bóc vỏ, phần thịt tôm thái hạt lựu còn gạch tôm nghiền nhỏ.

Đun sôi xốt Bê-sa-men rồi đổ tôm vào, thêm kem tươi và sữa vào, đảo đều rồi bắc ra.

Yêu cầu thành phẩm

Xốt có màu vàng sánh, mùi thơm, vị ngọt và ngậy, sánh mượt.

21. XỐT BƠ - RƯỢU VỚI RAU THƠM

Nguyên liệu

Bơ:	150g
Hành khô:	50g
Bột mì:	30g
Chanh:	½ quả
Rau mùi:	30g
Rượu trắng:	150ml
Nước dùng:	200ml
Tiêu, muối.	

Cách làm

Lấy ½ lượng bơ đun nóng già, cho hành băm

nhỏ vào xào vàng, đổ tiếp rượu vào đun đến khi cạn còn $\frac{1}{2}$ thì cho tiếp nước dùng vào chảo rồi đổ bột mì (đã xào với $\frac{1}{2}$ số bơ còn lại ở chảo khác) sang, khuấy nhẹ tay, đun cho đến khi sôi, cho tiếp chanh đã vắt lấy nước, tiêu và rau mùi băm nhỏ vào rồi nhấc ra. Xốt dùng để dội lên các món cá bỏ lò.

Yêu cầu thành phẩm

Xốt có màu trắng ngà, mùi thơm của rượu và rau mùi, vị ngậy, ngọt, sánh mượt.

22. XỐT TRẮNG

Nguyên liệu

Bơ:	100g
Bột mì:	100g
Xương lợn, gà:	1kg
Cà rốt:	50g
Hành củ:	30g
Tỏi tây:	50g
Nụ đình hương:	3-5 cái
Lá nguyệt quế, tiêu, muối.	

Cách làm

Xương rửa sạch, nấu nước dùng; cà rốt gọt vỏ, rửa sạch, thái chỉ.

Hành củ nướng chín, tỏi tây đập dập, cắt khúc 4-5 cm. Cho tiếp cà rốt, tỏi tây, hành củ, nụ đinh hương và lá nguyệt quế vào đun tiếp khoảng 40 phút, sau đó đem lọc lấy nước dùng trong.

Đun bơ nóng chảy, cho bột vào xào chín rồi từ từ đổ 0,5l nước dùng vào quấy đều, đun nhỏ lửa trong 15 phút, sau đó lọc cho sốt mượt, đun sôi lại, nêm tiêu, muối để nguội.

Xốt này dùng chế biến và pha trộn thành các loại xốt khác.

Yêu cầu thành phẩm

Xốt có màu trắng ngà, mùi thơm, vị ngọt, béo, sánh mượt.

23. XỐT PHO MÁT

Nguyên liệu

Pho mát:	100g
Bơ:	150g
Bột mì:	100g

Sữa tươi:

1l

Tiêu, muối.

Cách làm

Pho mát đem mài nhỏ, làm xốt bê-sa-men, rắc pho mát vào, vừa rắc vừa trộn nhẹ tay đến khi xốt sánh mượt. Xốt này dùng ăn kèm với các món cá, trứng hoặc rau.

Yêu cầu thành phẩm

Xốt có màu trắng ngà, mùi thơm, vị ngon, béo ngậy. Trạng thái sánh mượt.

24. XỐT TRẮNG VỚI LÒNG ĐỎ TRỨNG VÀ MÙ TẠC

Nguyên liệu

Bơ:

100g

Lòng đỏ trứng:

3-5 cái

Bột mù tạc:

15g

Nước nóng (70°C):

600ml

Cách làm

Làm xốt Batác. Sau đó cho bột mù tạc đã hòa với nước quấy đều vào xốt, đánh đều cho mượt, đun sôi, cho thêm vài giọt nước chanh vào.

Yêu cầu thành phẩm

Xốt có màu nâu vàng, mùi thơm, vị ngậy, sánh mượt, không vón, không vữa.

25. XỐT TRẮNG VỚI LÒNG ĐỎ TRỨNG VÀ KEM TƯƠI

Nguyên liệu

Xốt volutê:	500g
Kem tươi:	100g
Lòng đỏ trứng:	3-5cái
Nước hàng (caramen):	10g
Hành hoa, tiêu, muối.	

Cách làm

Cho xốt volutê vào rồi đổ nước hàng vào, đun nhỏ lửa, quấy đều cho tới khi sôi, sau đó cho kem tươi rồi cho tiếp lòng đỏ trứng vào, quấy nhanh tay, tránh xốt bị vón cục, cho tiếp muối, chanh, hành hoa thái nhỏ, quấy đều, ăn nóng.

Món xốt này ăn kèm với thịt cừu, lợn.

Yêu cầu thành phẩm

Xốt có màu nâu, mùi thơm, vị béo ngậy, hơi chua mát, sánh mượt.

26. XỐT KEM

Nguyên liệu

Bơ:	100g
Bột mì:	100g
Sữa tươi:	1l
Tiêu muối.	

Cách làm

Làm xốt bê-sa-men, đun nhỏ lửa, quấy nhẹ tay, cho kem tươi vào, đánh nhanh tay tới khi xốt sánh mượt là được.

Xốt này dùng ăn kèm các món cá, thịt luộc.

Yêu cầu thành phẩm

Xốt có màu trắng, mùi vị thơm ngon, béo ngậy, sánh mượt.

27. XỐT BỘT MỠ VỚI SỮA

Nguyên liệu

Bơ:	100g
Bột mì:	100g
Sữa tươi:	1l
Tiêu muối.	

Cách làm

Đun bơ nóng chảy, cho bột mì vào xào chín (không vàng), cho sữa tươi vào quấy đều cho tới khi sánh mượt, cho tiêu muối vào đun sôi rồi đem lọc bỏ phần vón cục, lấy xốt mịn đun lại.

Xốt dùng để chế, pha trộn làm các loại xốt khác nhau.

Yêu cầu thành phẩm

Xốt có màu trắng, vị ngậy, thơm, sánh mượt.

28. XỐT HÀ LAN

Nguyên liệu

Lòng đỏ trứng:	5 cái
Bơ:	100g
Dầu:	200ml
Tiêu, muối.	

Cách làm

Cho dầu vào xoong nhỏ, đun sôi còn lại $\frac{1}{2}$, để nguội, cho lòng đỏ trứng, tiêu, muối vào chậu, đánh đều tay, vừa đánh vừa đặt chậu vào nồi đun cách thủy cho tới khi xốt mượt và đồng nhất.

Xốt dùng ăn kèm với các món cá và rau.

29. XỐT BƠ VỚI LÒNG ĐỎ TRỨNG VÀ KEM TƯƠI

Nguyên liệu

Bơ:	200g
Nước dùng gà:	1l
Kem tươi:	100g
Bột mì:	50g
Lòng đỏ trứng:	3-5 cái
Tiêu, muối.	

Cách làm

Đun bơ nóng chảy, cho bột mì vào xào chín (không bị vàng), sau đó rót từ từ nước dùng vào, đánh đều, điều chỉnh lửa nhỏ. Sau khi được sản phẩm dạng sánh mượt thì cho lòng đỏ trứng, kem tươi vào đánh đều, nêm tiêu, muối, đánh lại cho sốt sánh mượt.

Xốt dùng với các món gà, lợn, ăn nóng.

Yêu cầu thành phẩm

Xốt có màu vàng - trắng. Vị thơm, sánh mượt, không bị vón, vữa nát.

30. XỐT DẦU DẤM VỚI MÙ TẠC

Nguyên liệu

Dầu ô liu:	300g
Dấm:	100ml
Mù tạc:	5g
Muối, tiêu.	
Hành hoa, hành khô.	

Cách làm

Hành hoa thái nhỏ. Hành củ băm nhỏ, cho dấm từ từ vào dầu ô liu, đánh đều nhẹ tay, tiếp đó cho tiêu, muối và bột mù tạc, hành củ, hành hoa vào đánh đều.

Xốt này ăn với các món trứng, rau củ luộc.

Yêu cầu thành phẩm

Xốt có màu xanh nhạt và trong; vị chua nhẹ, có mùi thơm.

31. XỐT MUT - SƠ - LIN SẴNG TI LY (SAUCE MUSSELIN CHANTILLY)

Nguyên liệu

Lòng đỏ trứng:	3-5 cái
Bơ:	100g
Kem Chantilly:	50g
Chanh quả:	1quả
Muối, tiêu.	

Cách làm

Cho lòng đỏ trứng, tiêu, muối, 1/3 lượng bơ, nước chanh vào xoong đun cách thủy, đánh đều liên tục và nhẹ tay.

Khi trứng nổi và được 1 hỗn hợp sánh mượt thì nhấc ra ngoài rồi cho phần bơ còn lại vào đánh nhẹ tay để có được sốt ở trạng thái sánh mượt và đồng nhất là được.

Trước khi ăn trộn kem chantilly vào. Sốt này ăn kèm với các món cá - trứng.

Yêu cầu thành phẩm

Sốt có màu trắng, vị béo ngậy, chua nhẹ và phải sánh mượt.

32. XỐT BƠ CHANH

Nguyên liệu

Bơ:	100g
Chanh:	2 quả
Tiêu, muối.	

Cách làm

Đun nóng chảy bơ rồi đưa ra ngoài, cho nước cốt chanh, tiêu, muối vào đảo đều là được.

Yêu cầu thành phẩm

Xốt có màu vàng, vị chua, thơm của bơ và chanh.

33. XỐT BỘT MÌ VỚI SỮA VÀ CÀ CHUA

Nguyên liệu

Cà chua tán:	50g
Bơ:	50g
Bột mì:	50g
Kem tươi:	100g
Sữa tươi:	400ml
Tiêu, muối.	

Cách làm

Làm xốt Bê-sa-men, cho cà chua vào quấy đều, đưa ra cạnh bếp, đun nhỏ lửa rồi cho tiếp bơ vào quấy đều cho mượt.

Khi ăn cho kem tươi, tiêu, muối vào đảo đều, xốt này ăn với các món gà, vịt, trứng.

Yêu cầu thành phẩm

Xốt có màu hồng đỏ, thơm, sánh mượt.

34. XỐT TRỨNG CÓ RƯỢU VÀ BƠ ĂN VỚI CÀ

Nguyên liệu

Lòng đỏ trứng:	2-3 cái
Bơ:	100g
Cá chép (cá quả):	500g
Hành củ, rượu vang trắng, chanh quả, muối, tiêu.	

Cách làm

Cá mổ ruột, đánh vẩy, chặt vây đuôi, rửa sạch, cho vào xoong cùng rượu, tiêu, muối, hành củ, luộc chín. (Có thể thêm 1 chút nước để tránh bị sát nôi và chín không đều).

Lấy cá ra, đun tiếp cho cạn bớt nước (còn khoảng 1/2 lượng nước), nhắc ra để nguội.

Cho lòng đỏ trứng, nước chanh vào quấy đều, đun cách thủy; vừa đun vừa quấy tránh cho trứng bị kết vón. Sau cho tiếp bơ, tiêu, muối vào, quấy đều tạo thành sốt sánh mượt.

Xốt này ăn với món cá trên.

Yêu cầu thành phẩm

Xốt có màu trắng ngà, thơm, vị béo ngậy, hơi chua, sánh mượt.

35. XỐT DẦU TRỨNG

Nguyên liệu

Lòng đỏ trứng:	60g
Dầu thực vật tinh khiết:	400ml
Tiêu, muối, dấm hoặc nước chanh quả.	

Cách làm

Lấy lòng đỏ trứng cho vào liễn sứ hoặc inox, quấy đều liên tục. Vừa quấy vừa rót từ từ dầu vào, tới khi hết dầu và xốt quánh mượt. Trong quá trình đánh xốt thỉnh thoảng cho ít dấm hoặc nước chanh, muối, tiêu trắng.

Xốt này dùng ăn kèm với thịt, cá, rau để nguội.

Yêu cầu thành phẩm

Xốt có màu trắng vàng, thơm ngon, hơi chua, béo ngậy, sánh mượt đồng nhất.

36. XỐT DẦU DẤM

Nguyên liệu

Dấm:	30ml
Dọc hành:	20g
Dầu ô liu:	80ml
Tiêu, muối.	

Cách làm

Dọc hành rửa sạch, thái nhỏ. Hòa dấm, dầu quấy tan, cho tiếp muối, tiêu, dọc hành vào quấy đều cho đồng nhất. Xốt này thường dùng để trộn rau, củ quả hoặc tưới lên thịt (đã bày sẵn), rau. Ăn nguội.

Yêu cầu thành phẩm

Xốt trắng trong xanh, hơi đục, thơm mùi dấm, dầu, vị béo, chua dịu. Xốt sánh, đồng nhất.

37. XỐT GỐC NÂU VỚI RƯỢU MADÈRE

Nguyên liệu

Rượu Madère:	50ml
Xốt demiglas:	200g
Tỏi khô:	20g
Bơ:	10g

Tiêu, muối, nước dùng nâu.

Cách làm

Đun nóng bơ, cho tỏi băm nhỏ vào phi thơm, đổ 50ml nước dùng vào đun sôi, cho xốt demiglas vào khuấy đều, cho tiếp rượu madère, tiêu, muối, sôi đều là được.

Yêu cầu thành phẩm

Xốt có màu vàng nâu, thơm dậy mùi tỏi và rượu. Vị ngon, ngọt, xốt mượt, đồng nhất.

38. XỐT GỐC NÂU VỚI RƯỢU CÔ-NHẮC VÀ NẤM

Nguyên liệu

Nấm mỡ (hoặc nấm rơm):	50g
------------------------	-----

Bơ:	30g
Xốt demiglas:	300g
Nước thịt hầm đặc:	50g
Rượu cognac:	50ml
Tiêu, muối.	

Cách làm

Hòa nước thịt xương hầm đặc với rượu cognac đun sôi, cho xốt demiglas vào khuấy đều.

Nấm thái chỉ. Đun sôi bơ, bỏ nấm vào đảo đều, đổ hỗn hợp xốt trên vào khuấy đều, nêm tiêu, muối vừa ăn.

Yêu cầu thành phẩm

Xốt có màu nâu, dậy mùi thơm của rượu và nấm. Vị ngon, béo ngậy, đồng nhất.

39. XỐT ITALY

Nguyên liệu

Thịt bò (loại 1):	100g
Cà chua tán nhuyễn:	200g
Dăm bông:	50g
Bơ:	30g
Hành khô:	20g

Rau mùi:	20g
Bột mì:	20g
Tiêu, muối.	

Cách làm

Thịt bò băm nhỏ. Dăm bông thái sợi nhỏ. Đun bơ nóng, cho hành băm nhỏ vào phi thơm, cho thịt bò, dăm bông vào đảo đều, nêm tiêu muối. Đun nóng bơ, cho bột mì vào rang vàng, cho cà chua vào đảo đều, cho tiếp thịt và dăm-bông vào quấy đều (nếu đặc quá thì cho thêm 50ml nước dùng); khi sôi đều thì cho tiêu, muối vừa ăn, rắc rau mùi. Xốt này ăn với thịt hoặc mì sợi luộc.

Yêu cầu thành phẩm

Xốt màu hồng đỏ, thịt không dai, ngậy, sánh.

40. XỐT CÀ CHUA

Nguyên liệu

Cà chua hồng chín:	500g
Bột mì:	80g
Bơ:	50g
Tiêu, muối.	

Cách làm

Cà chua cắt bỏ núm, vắt bỏ hạt, băm nhỏ hoặc xay nát.

Đun nóng bơ, xào cà chua, nêm ít muối. Đun sôi cho cà chua mềm nhuyễn. Dem chà lọc qua rây cho mượt, bỏ bã.

Đun tiếp bơ nóng, cho bột mì vào rang thơm, đổ cà chua vào quấy đều, thêm chút nước, nêm muối, tiêu vừa ăn.

Xốt này dùng để ăn với thịt, cá, rau hoặc làm nguyên liệu để chế biến xốt khác.

Yêu cầu thành phẩm

Xốt có màu đỏ hồng, vị ngon hơi chua, trạng thái sánh mượt đồng nhất, thơm mùi cà chua, bơ.

41. XỐT CAY

Nguyên liệu

Dưa chuột muối chua:	100g
Ớt bột:	20g
Tỏi khô:	20g
Hành khô:	20g
Gừng củ:	20g

Bơ:	30g
Xốt demiglas:	400g
Dấm:	100ml
Tiêu, muối.	

Cách làm

Dưa chuột muối chua, thái hạt lựu. Hành tỏi băm nhỏ, gừng sơ chế sạch, băm nhỏ.

Đun bơ nóng già, cho hành tỏi vào phi thơm. Cho tiếp ớt bột, gừng vào đảo đều, cho dưa chuột vào đảo tiếp, đổ xốt demiglas vào, quấy đều cùng dấm, nêm gia vị vừa ăn.

Xốt này thường ăn với cá.

Yêu cầu thành phẩm

Xốt sánh sệt, vị chua cay, nổi mùi ớt, gừng, dấm.

PHẦN III

KỸ THUẬT CHẾ BIẾN

CÁC MÓN SÚP

1. SÚP YẾN

Nguyên liệu

Yến:	100g
Xương (gà, lợn)	2kg
Gừng củ:	50g
Hành khô	50g
Tỏi khô:	50g
Vỏ quýt:	20g
Táo tàu:	20g
Trứng gà:	4 quả
Dầu vừng:	50ml
Bóng bì:	50g

Tôm khô:	50g
Bột hoàng tinh:	200g
Quế chi, thảo quả:	2g
Rượu:	50ml
Đường:	30g
Mùi tàu:	20g
Tiêu, muối, mì chính, xì dầu.	

Cách làm

Xương đập dập, ngâm nước muối loãng 5 phút, rửa sạch, cho vào nước ấm (40°C), đun sôi, hớt bọt. Hành, gừng, vỏ quýt, hoa hồi, quế chi nướng chín, gói vào vải màn, cho vào nồi nước dùng, đun sôi nhỏ lửa, thỉnh thoảng hớt bọt, cho tiếp tỏi, tôm, táo tàu, muối vào, sau 2 giờ lọc bỏ bã lấy nước trong, nêm gia vị, xì dầu, đường, mì chính, mùi tàu.

Yến: Ngâm nước khoảng 10- 12 giờ, nhặt lông, rác, sau đó rửa sạch bằng nước lạnh, để ráo, ướp rượu, gừng, hấp chín. Bóng bì ngâm nước phèn, tẩy gừng rượu, rửa sạch, vắt khô, thái hạt lựu, ướp tiêu, mì chính, gừng thái chỉ. Trứng gà đánh tan.

Đun nước sôi, cho gừng thái chỉ, bóng bì, yến, bột hoàng tinh hòa nước vào, rót từ từ, khuấy đều đến khi sánh. Nêm gia vị vừa ăn, sau đó rót trứng vào, tưới ít dầu. Múc vào bát, rắc tiêu, ăn nóng.

Yêu cầu thành phẩm

Súp trong, sánh, loãng, yền giòn, bóng không nát, có mùi thơm đặc trưng và ngọt đậm của nước dùng.

2. SÚP BÁNH GIẤY (MÓN ĂN NHẬT)

Nguyên liệu

Bánh giấy:	300g
Thăn gà:	200g
Xương lợn:	500g
Dầu:	30ml
Tương ngọt:	20ml
Đường:	30g
Muối, mì chính, xì dầu.	

Cách làm

Xương lợn nấu nước dùng trong. Bánh giấy thái hạt lựu to. Xoa dầu vào khay rồi xếp bánh giấy vào, bỏ lò nướng phồng. Thăn gà thái hạt lựu. Nước dùng lọc sạch, đặt lên bếp, pha tương, đường, xì dầu, mì chính, thả tiếp thăn gà vào đun sôi, hớt bọt. Khi ăn múc cả cái lẫn nước ra bát, bày bánh giấy vào đĩa, ăn kèm súp.

Yêu cầu thành phẩm

Bánh giầy phồng, giòn trắng. Thịt gà chín mềm. Nước dùng trong, màu nâu sẫm, nổi mùi tương, vị hơi ngọt.

3. SÚP TRỨNG SƠN ĐÔNG (MÓN ĂN TRUNG QUỐC)

Nguyên liệu

Trứng gà:	3 quả
Thăn lợn:	200g
Hành hoa:	20g
Rau mùi:	30g
Nước dùng:	2l
Tiêu muối, mì chính, phẩm xanh, hồng.	

Cách làm

Thăn lợn luộc chín, thái hạt lựu. Trứng đập ra, chia làm 3 phần, mỗi phần một quả. Thêm vào mỗi phần nước dùng một lượng trứng, nêm vừa muối, mì chính. Một phần pha màu xanh, một phần pha màu hồng. Bôi mỡ vào bát rồi đổ trứng vào hấp, khi chín lấy ra để nguội, thái hạt lựu. Bỏ thịt và

trúng vào bát, rắc mùi, hành hoa thái nhỏ, chan nước dùng đã nêm vừa gia vị, ăn nóng.

Yêu cầu thành phẩm

Súp trong, ngọt, trứng không vỡ, màu sắc đẹp.

4. SÚP TÔM

Nguyên liệu

Tôm tươi:	400g
Bột đao:	100g
Giò lụa:	100g
Nấm hương:	15g
Hành khô:	20g
Nước dùng:	2l
Trứng gà:	2 quả
Dầu:	15ml
Tiêu, muối, mì chính, dấm.	

Cách làm

Tôm tươi đảo chín (cho chút dấm, muối), bóc vỏ bỏ đầu, thái hạt lựu. Vỏ và đầu tôm cho vào nước dùng đun kỹ, lọc lấy nước. Giò lụa thái chỉ, nấm hương ngâm nở, thái chỉ. Bột đao hòa nước, lọc sạch

sạn cát. Phi thơm hành, cho nấm, tôm, giò vào đảo qua, cho vào nồi nước dùng đun sôi, nêm vị vừa ăn. Bột đao rót từ từ vào súp, vừa rót vừa quấy tới khi sánh, trứng đánh tới rót vào súp quấy đều. Múc ra bát, rắc hạt tiêu, ăn nóng.

Yêu cầu thành phẩm

Súp sánh mượt, màu hồng, vị ngọt thơm, dậy mùi tôm.

5. SÚP CÁ

Nguyên liệu

Cá nạc:	500g
Nước dùng cá:	200ml
Thì là:	50g
Nấm hương:	20g
Bột đao:	100g
Trứng gà:	2 quả
Hành khô:	20g
Dầu:	50ml
Gừng:	20g
Tiêu, muối, mì chính.	

Cách làm

Cá nạc rửa sạch, lọc bỏ hết xương, da, cắt miếng to, ướp muối, tiêu, hành, hấp chín, gỡ lấy thịt, làm tươi thành miếng nhỏ (như lươn, cua). Nấm hương ngâm nở, thái chỉ. Bột đao hòa nước, rửa sạch sạn, cát bụi. Trứng gà đánh tan. Gừng thái chỉ, thì là thái khúc nhỏ. Đun nước dùng sôi, cho nấm, gừng vào, xuống bột đao từ từ đến sánh. Nêm gia vị, tiêu, muối, mì chính. Đổ trứng vào vừa rót vừa quấy, tưới dầu, cho rau thì là vào quấy đều. Múc vào bát, rắc hạt tiêu. Ăn nóng.

Yêu cầu thành phẩm

Súp sánh, trong, thơm dậy mùi thì là, ngọt đậm. Các nguyên liệu phân bố đều trong súp.

6. SÚP LƯƠN

Nguyên liệu

Nước dùng:	2l
Gừng:	20g
Mỡ nước:	50ml
Thịt nạc:	200g
Trứng gà:	2 quả

Lươn sống: 400g

Bột đao: 100g

Lá chanh, tiêu, muối, mì chính.

Cách làm

Lươn làm sạch, ướp gừng băm nhỏ, hấp chín, gỡ lấy thịt. Thịt lợn luộc chín, thái chỉ. Nấm hương ngâm nước cho nở, ngắt chân, rửa sạch, thái chỉ.

Đun sôi nước dùng, cho thịt lợn, nấm hương, lươn vào đun sôi, hớt hết bọt, xuống bột đao, quấy đều tay cho chín, nêm vừa gia vị. Trứng đập ra bát, đánh tan, rót từ từ xuống nồi súp, khuấy nhẹ cho nổi vân hoa, cho mỡ nước vào, nêm vừa, múc ra bát, rắc tiêu bột, lá chanh thái chỉ, ăn nóng.

Yêu cầu thành phẩm

Súp trong, sánh vừa, nguyên liệu phân bố đều, mùi thơm đặc trưng, không tanh, vị ngọt.

7. SÚP CUA

Nguyên liệu

Cua bể to (cua thịt): 500g

Bột đao: 100g

Hành khô: 30g

Nấm hương:	20g
Trứng gà:	100g
Hạt sen:	50g
Dầu:	50ml
Nước dùng:	2l
Thịt nạc thăn:	100g
Mộc nhĩ:	10g
Tiêu, muối, mì chính, lá chanh.	

Cách làm

Cua luộc chín, gỡ lấy thịt. Thịt nạc luộc chín, thái chỉ. Nấm hương ngâm nở, thái chỉ. Mộc nhĩ ngâm rửa sạch, thái chỉ. Hạt sen luộc chín. Lá chanh thái chỉ. Bột đao hòa nước. Đun dầu nóng già, phi thơm hành, thịt cua xào săn. Đun nước dùng sôi, cho nấm, mộc nhĩ, hạt sen, cua, thịt nạc vào, nêm vừa gia vị, rót bột đao xuống từ từ, khuấy đều tay đến khi sánh, sôi đều, rót trứng vào khuấy thành sợi. Múc vào bát, ăn nóng, rắc hạt tiêu, lá chanh kèm.

Yêu cầu thành phẩm

Súp trong, sánh, đồng nhất, thơm mùi cua, vị ngọt đậm của thịt.

8. SÚP GÀ

Nguyên liệu

Bột đao:	100g
Cổ, cánh gà, xương lợn:	500g
Gà đã sơ chế:	300g
Trứng gà:	2 quả
Hành khô:	30g
Gừng:	20g
Lá chanh, tiêu, muối, mì chính.	

Cách làm

Thịt gà luộc chín, thái chỉ; xương lợn, cổ cánh gà rửa sạch, cho vào nước lạnh đun sôi rồi cho gừng, hành nướng vào, hớt bỏ hết bọt đen, đặt ra cạnh bếp, đun sôi lăn tăn khoảng 3-4 giờ, lọc lấy nước dùng trong. Đun sôi nước dùng, cho thịt gà vào, sôi lăn tăn một lát thì xuống bột đao đã hòa với nước xương, khuấy đều tay cho chín, nêm vừa gia vị. Rót từ từ trứng vào nồi, khuấy đều cho nổi vân hoa rồi bắc xuống, múc ra bát, rắc thêm tiêu bột, lá chanh thái chỉ, ăn nóng.

Yêu cầu thành phẩm

Súp trong, sánh vừa, nguyên liệu phân bố đều, mùi thơm đặc trưng, vị ngọt.

9 SÚP GÀ NẤU KIỂU INDONESIA

Nguyên liệu

Gà mái:	1kg
Củ cải:	100g
Trứng gà:	3 quả
Tỏi khô:	30g
Khoai tây:	400g
Miến:	100g
Tỏi tây:	100g
Hành hoa:	50g
Hạt mùi:	10g
Củ sả:	30g
Bơ:	50g
Nghệ:	20g
Cà rốt:	100g
Cần tây:	100g
Hành khô:	50g
Tiêu, muối.	

Cách làm

Gà làm sạch, cho vào nồi cùng với 3l nước, đun sôi, vớt hết bọt. Cần, tỏi, củ cải, cà rốt rửa sạch, cho vào nồi gà đun nhỏ lửa trong một giờ. Gà mềm thì

cho hạt mùi, nghệ, sả giã nhỏ vào. Vớt gà ra để nguội, gỡ lấy thịt nạc, thái hạt lựu. Nước dùng lọc sạch, khoai tây thái hạt lựu, rán vàng. Miến ngâm nước cho mềm, cắt khúc. Hành bóc vỏ, thái mỏng, xào bơ cho vàng. Thịt, khoai tây, miến, hành cho vào nồi nước dùng đun sôi nhỏ lửa. Trứng gà luộc chín, bóc vỏ, thái miếng tròn, cho vào liền. Khi ăn múc súp vào liền trứng, rắc hành thái nhỏ, ăn nóng.

yêu cầu thành phẩm

Nước dùng màu vàng nhạt, thơm mùi gà, hạt mùi.

10. SÚP BA BA VỚI GÀ

Nguyên liệu

Nước dùng:	2l
Thịt gà:	100g
Trứng gà:	2 quả
Bột đao:	100g
Nấm hương:	10g
Ba ba:	500g
Rượu trắng:	50ml
Vỏ quýt khô:	10g

Gừng:

20g

Tiêu, muối, mỳ chính.

Cách làm

Bột đao hòa nước, lọc sạch sạn cát, ba ba chặt cổ, nhúng nước sôi, cạo trắng, bỏ mai, ruột, lau khô (chú ý không để vỡ ruột) bỏ hết mỡ, bóp gừng giã nhỏ cùng với rượu, đem hấp chín gỡ lấy thịt, thái hạt lựu. Thịt gà luộc chín, thái hạt lựu. Nấm hương ngâm nở, cắt chân, rửa sạch, thái hạt lựu. Vỏ quýt ngâm luộc kỹ cho hết đắng, thái chỉ, vắt khô. Trứng đập ra bát, đánh tan. Đun sôi nước dùng, thả thịt ba ba, thịt gà, nấm hương vào đun sôi, sau đó rót trứng xuống, vừa rót vừa khuấy đều tay cho vân hoa nổi lên là được, nêm vừa gia vị, múc ra bát, rắc tiêu, vỏ quýt, ăn nóng.

Yêu cầu thành phẩm

Súp trong, sánh vừa, không vữa, không tanh, nguyên liệu phân bố đều, mùi thơm đặc trưng, vị vừa, ngọt mát.

11. SÚP CUA BỂ VỚI GÀ

Nguyên liệu

Nước dùng:	2l
Bột đao:	100g
Trứng gà:	1quả
Thịt cua:	200g
Thăn gà:	100g
Tiêu, muối, mỳ chính.	

Cách làm

Thăn gà luộc chín, xé nhỏ. Trứng đập ra bát, đánh tan. Đun sôi nước dùng, cho thịt cua, thịt gà vào đun sôi, hớt bỏ bọt, xuống bột đao, quấy đều tay cho chín. Rót trứng từ từ vào nồi nước dùng, quấy đều tay cho nổi vân hoa là được, nêm vừa gia vị, múc ra bát, rắc hạt tiêu, ăn nóng.

Yêu cầu thành phẩm

Súp trong, sánh vừa, không vữa, nguyên liệu trải đều, mùi thơm đặc trưng, không có vị tanh.

12. SÚP BÀO NGƯ - GÀ

Nguyên liệu

Nước dùng:	2l
Rượu trắng:	50ml
Thịt gà:	200g
Trứng gà:	2 quả
Nấm hương:	10g
Bột đao:	100g
Bào ngư:	100g
Tỏi khô:	30g
Đu đủ xanh:	50g
Tiêu, muối, mì chính.	

Cách làm

Bột đao quấy trong nước, lọc sạch sạn bụi. Nấm ngâm nở, thái chỉ. Bào ngư ngâm nước có đu đủ xanh, cạo rửa bóp hết màng đen, đem luộc trong nước có tỏi đến khi bấm thấy mềm thì vớt ra ướp tiêu, muối, mì chính, rượu, hấp chín, thái chỉ. Thịt gà luộc chín, thái chỉ.

Đun sôi nước dùng, thả thịt gà, bào ngư, nấm vào đun sôi, hớt bọt, rót bột đao từ từ, vừa rót vừa quấy tới khi súp sánh, bột chín, nêm vị vừa ăn.

Rót trứng (đã quấy tan) vào, khuấy đều. Múc ra bát, ăn nóng.

Yêu cầu thành phẩm

Súp trong, các nguyên liệu lơ lửng trong súp, vị ngọt, thơm mùi nấm, gà.

13. SÚP VÂY CUA BỂ

Nguyên liệu

Nước dùng:	2l
Vây:	50g
Cua thịt:	200g
Trứng:	2 quả
Bột đao:	100g
Hành khô:	30g
Lá chanh, tiêu bột, muối, mì chính.	

Cách làm

Cua luộc gỡ lấy thịt. Bột đao hòa nước lọc sạch. Vây nhặt rửa sạch, ngâm vào nước lạnh có gừng băm nhỏ, sau đó vớt ra, rửa lại cho thật kỹ, cho vây vào liễn, chế ít nước dùng và một củ hành nướng hấp cách thủy cho vây chín tới. Trứng đập ra bát, đánh tan. Đun sôi nước dùng, cho thịt cua,

vây vào đun sôi, hớt bỏ bọt. Xuống bột đao, quấy đều cho bột chín. Rót từ từ trứng vào, quấy đều tay cho vân hoa nổi lên là được, nêm vừa gia vị, múc ra bát, rắc tiêu bột, lá chanh thái chỉ, ăn nóng.

Yêu cầu thành phẩm

Súp trong, sánh vừa, không vữa, không tanh, nguyên liệu phân bố đều, mùi thơm đặc trưng, vị vừa, ngọt.

14. SÚP LONG TU

Nguyên liệu

Long tu:	100g
Cua bể:	200g
Dăm bông:	100g
Trứng gà:	100g
Bột sắn lọc:	100g
Nước dùng:	2l
Rau mùi, tiêu, muối, nước mắm, mì chính.	

Cách làm

Long tu sơ chế như “long tu nấu độn”, nhưng cắt thái thành hạt lựu. Cua bể luộc chín, gỡ lấy thịt. Dăm bông thái nhỏ. Bột sắn hòa nước lọc

sạch. Đun nước dùng sôi, cho thịt cua, dăm bông, long tu vào, nêm tiêu muối, mì chính. Xuống bột đao sánh mượt, trứng đánh tan rót từ từ xuống súp, vừa rót vừa khuấy. Khi ăn múc vào bát. Ăn nóng.

Yêu cầu thành phẩm

Long tu không nhũn nát, các nguyên liệu phân bố đều, súp sánh mượt, vị ngon ngọt.

15. SÚP HẢI SÂM

Nguyên liệu

Hải sâm:	100g
Thăn thịt gà:	200g
Bột sắn lọc:	100g
Nước dùng:	2l
Gan gà:	100g
Hành tây:	100g
Trứng gà:	100g
Dầu:	50ml
Hành khô:	20g
Đu đủ xanh:	50g

Vôi tôi, vỏ quýt, nước tro, tiêu, muối, mì chính, nước mắm.

Cách làm

Hải sâm sơ chế giống món “hải sâm nấu độn”, thái hạt lựu. Gan gà rửa sạch, chần qua, thái hạt lựu; thịt gà luộc thái hạt lựu hoặc xé sợi.

Đun nước dùng sôi, cho gà, hải sâm, hành tây thái mỏng, gan gà vào, nêm vừa tiêu muối, mì chính, xuống bột đao quấy đều đến khi sánh, súp sôi 2 phút thì rót từ từ trứng đã đánh tan vào, quấy đều. Múc ra bát, rắc hạt tiêu, ăn nóng.

Yêu cầu thành phẩm

Súp sánh, mượt, trong, hải sâm mềm, không nát, súp ngọt đậm, thơm.

16. SÚP - BÁNH MỠ NƯỚNG

Nguyên liệu

Nước dùng bò:	2l
Lòng đỏ trứng gà:	2 quả
Bơ:	50g
Pho mát:	100g
Bánh mỳ:	300g
Tiêu, muối, mì chính.	

Cách làm

Bánh mỳ thái khoanh tròn mỏng, đường kính 2,5-3cm (như bánh trứng nhện), đánh tan lòng đỏ trứng, trộn với pho mát, bơ, tiêu rồi phết lên bánh mì, bỏ lò nướng vàng giòn. Nước dùng lọc trong, nêm vừa gia vị, múc vào liễn súp, thả bánh mì lên trên. Có thể cho vào đĩa kèm súp, ăn nóng.

Yêu cầu thành phẩm

Nước dùng trong, ngọt, màu hổ phách. Bánh mỳ màu vàng đẹp. Pho mát không chảy.

17. SÚP THỊT VIÊN **(Món ăn Pháp)**

Nguyên liệu

Nước dùng bò:	2l
Thịt lợn (bò, gà):	200g
Dầu:	50ml
Hành củ:	30g
Thì là:	50g
Tiêu, muối, mì chính.	

Cách làm

Thịt lợn xay nhỏ, trộn đều tiêu, muối, hành củ

băm nhỏ, xào thơm, bóp đều cho mượt, viên thành quả táo nhỏ. Cho thịt viên vào nước dùng luộc chín, vớt bỏ vào liễn súp, rắc thêm thì là thái nhỏ. Nêm tiêu, muối, mì chính vào nước dùng đun sôi, chan vào viên thịt.

Yêu cầu thành phẩm

Nước dùng trong, màu hổ phách, thơm ngọt, thịt vừa chín, không xác, không vỡ.

18. SÚP TRONG KIỂU DUY LIÊN **(Món ăn Pháp)**

Nguyên liệu

Nước dùng:	2l
Bơ:	50g
Cà rốt:	200g
Hành tây:	100g
Củ cải:	100g
Bắp cải:	300g
Tỏi tây:	300g
Rau mùi, tiêu, muối, mì chính.	

Cách làm

Các loại rau, củ gọt vỏ rửa sạch, thái chỉ. Cho

bơ vào nồi đun nóng, đổ rau vào xào. Khi rau chín đổ tiếp nước dùng vào đun sôi, hớt bọt, để cạnh lò cho rau mềm. Nêm vừa gia vị, múc súp vào liễn, trên rắc rau mùi, ăn nóng.

Yêu cầu thành phẩm

Nước trong, màu hổ phách, thơm ngọt.

19. SÚP TRONG ƯỚP LẠNH

(Món ăn Pháp)

Nguyên liệu

Thịt bò bắp:	500g
Xương ống bò:	1kg
Hành khô:	50g
Tỏi tây:	100
Cà rốt:	100g
Củ cải:	50g
Lá thơm (mùi tây, húng tây, nguyệt quế):	1 lá
Nụ đinh hương:	1 cái
Muối tinh.	

Cách làm

Cho thịt, xương vào 4l nước lạnh, đun sôi hớt

bột, đun nhỏ lửa trong 3 giờ, cho lá quế, nụ đinh, cần tây, tỏi tây, cà rốt, hành nướng, muối vào, đun sôi nhỏ lửa trong 1 giờ, lọc lấy nước dùng, hớt sạch mỡ, nêm muối, mì chính vừa ăn, để nguội, ướp lạnh, khi ăn múc súp vào bát nhỏ.

Yêu cầu thành phẩm

Nước dùng trong, màu hổ phách, không có váng mỡ, ngọt thơm, đặc biệt mát lạnh.

20. SÚP THỊT BÒ VỚI BÁNH MỠ RÁN (Món ăn Pháp)

Nguyên liệu

Xương bò:	1kg
Thịt bò:	200g
Bơ:	100g
Bánh mì:	100g
Hành khô:	50g
Su hào:	200g
Cà rốt:	300g
Tỏi tây:	200g
Muối tinh, tiêu, mì chính.	

Cách làm

Xương bò nấu nước dùng trong. Cà rốt, su hào, tỏi tây, thịt bò thái con chì nhỏ. Bánh mì thái bằng 1/4 bao diêm, rán vàng. Hành khô thái mỏng, phi thơm với dầu, cho các nguyên liệu trên vào xào chín, cho tiếp nước dùng vào, nêm vừa gia vị, ăn nóng kèm với bánh mì rán giòn.

Yêu cầu thành phẩm

Súp trong, màu hổ phách, ngọt vừa ăn, bánh mì rán giòn.

21. SÚP TRỨNG

(Món ăn Pháp)

Nguyên liệu

Nước dùng: 500ml

Trứng gà: 80g

Lá thơm, mì chính, tiêu.

Cách làm

Đập trứng vào bát, cho muối, mì chính, tiêu và 2 thìa nước dùng nguội vào, quấy đều.

Đổ trứng vào khuôn đã phết bơ hấp chín, để nguội, cắt hạt lựu.

Cho trứng vào dụng cụ đựng súp. Khi ăn đổ nước dùng vào, rắc lá thơm thái nhỏ, hạt tiêu.

Yêu cầu thành phẩm

Trứng vàng, nước dùng trong, thơm, ngon ngọt, trứng cắt thái đều, mịn màng, không vỡ nát.

22. SÚP TRỨNG GAN GÀ

(Món ăn Hungary)

Nguyên liệu

Nước dùng:	2l
Gan gà:	200g
Trứng gà:	100g
Bột mì:	50g
Tiêu, muối, mì chính.	

Cách làm

Gan gà băm nhỏ, trộn đều với trứng, bột mì, tiêu, muối, mì chính. Đun sôi nước dùng, múc từng thìa gan thả vào, khi gan gà nổi thì nêm muối, mì chính, ăn nóng.

Yêu cầu thành phẩm

Súp trong, gan gà thơm ngon, vị ngọt.

23. SÚP RAU CỦ (Món ăn Pháp)

Nguyên liệu

Khoai tây:	200g
Cà rốt:	50g
Củ cải:	100g
Tỏi tây:	100g
Cần tây:	100g
Bắp cải:	100g
Bơ:	30g
Nước dùng:	2l
Muối, mì chính.	

Cách làm

Rau củ sơ chế, rửa sạch, thái mỏng kiểu vẩy ốc, xào qua, thêm muối, đảo đều. Đổ nước dùng vào đun sôi, hớt bọt. Rau củ chín, nêm vừa muối, mì chính, ăn nóng.

Yêu cầu thành phẩm

Súp có màu sắc tự nhiên của rau củ. Thơm, vị ngon ngọt, béo ngậy. Rau củ chín, nước trong.

24. SÚP HÀNH CÓ SỮA **(Món ăn Pháp)**

Nguyên liệu

Hành củ:	200g
Bơ:	40g
Bánh mì:	200g
Sữa tươi:	500g
Bột mì:	30g
Pho mát:	50g
Tiêu, muối, mì chính.	

Cách làm

Pho mát nạo tươi. Hành thái mỏng.

Đun bơ nóng già, phi thơm hành, cho bột mì vào xào (không để ngả màu), rót sữa vào khuấy đều, nêm vừa tiêu, muối, mì chính.

Bánh mì thái miếng mỏng, phết bơ vào pho mát, bày vào các đĩa súp. Khi ăn dội súp lên trên, ăn nóng.

Yêu cầu thành phẩm

Súp có màu trắng, thơm, ngọt, béo ngậy, sánh, đồng nhất.

25. SÚP HẠT ĐẬU (Món ăn Nga)

Nguyên liệu:

Đậu đen:	100g
Xương lợn:	500g
Cần tây:	200g
Dầu ô liu:	30ml
Tỏi:	20g
Hành khô:	20g
Tiêu, muối, mì chính hành.	

Cách làm

Đậu đen rửa sạch, đổ nước vào đun sôi, bỏ nước. Xương rửa sạch, đập dập cho vào cùng với đậu, đổ nước rồi đun sôi, bớt lửa cho sôi nhẹ khoảng 1,5-2 giờ, sau đó vớt bỏ xương, cho tiếp cần tây thái khúc vào. Khi gần ăn cho hành, tỏi thái mỏng xào thơm vào, nêm tiêu, muối cho vừa ăn.

Yêu cầu thành phẩm

Súp có màu xanh hơi đen. Thơm mùi cần, tỏi tây Vị ngon ngọt. Đậu mềm, nước nhiều hơn cái.

26. SÚP DƯA CHUỘT MUỐI **(Món ăn Nga)**

Nguyên liệu

Thịt bò loại II:	200g
Dưa chuột muối:	200g
Tỏi khô:	3g
Hành khô:	5g
Cần tây:	10g
Dầu ô liu:	5ml
Tiêu, chanh quả, tỏi tây, muối, mì chính.	

Cách làm

Thịt bò thái hạt lựu to, ướp tiêu, muối. Hành, tỏi đập dập. Dưa chuột muối thái hạt lựu. Cần, tỏi tây rửa sạch, cắt khúc.

Đun dầu nóng già, phi thơm hành, tỏi, cho thịt vào xào săn, đổ nước (0,7l) vào đun sôi, bớt lửa cho sôi nhẹ, thịt mềm thì cho cần, tỏi, dưa chuột, muối, mì chính vào.

Khi ăn vắt chanh, rắc tiêu vào.

Yêu cầu thành phẩm

Súp có màu xanh nhạt, thơm, vị hơi chua, thịt mềm, nước nhiều hơn cái.

27. SÚP NGÔ NON CÓ KEM

(Món ăn Pháp)

Nguyên liệu

Nước dùng:	2l
Bắp ngô non:	2kg
Kem tươi:	200g
Bột mì:	100g
Bơ:	100g
Trứng gà:	3 quả
Tiêu bột, muối, mì chính.	

Cách làm

Ngô non bóc vỏ, đem hạt xát lấy bột, bỏ lõi ngô, thả vào nước dùng đun nhỏ lửa cho chín. Nêm vừa gia vị.

Lòng đỏ trứng và kem khuấy đều trong liễn súp rồi dội súp đang sôi vào, cho thêm ít bơ, ăn nóng.

Yêu cầu thành phẩm

Súp sánh mượt, màu vàng, thơm đặc trưng của ngô non béo ngậy.

28. SÚP GẠO CÓ KEM **(Món ăn Pháp)**

Nguyên liệu

Nước dùng:	2l
Gạo tám:	200g
Bơ:	50g
Trứng gà:	3 quả
Sữa tươi:	300g
Kem tươi:	200g
Bánh mì:	200g
Muối tinh, tiêu bột, mì chính.	

Cách làm

Gạo vo sạch cho vào nồi, đổ nước dùng vào ninh nhừ thành cháo. Khi cháo sánh đem ra nghiền, lấy rây lọc cho mượt, nêm vừa gia vị. Lòng đỏ trứng, sữa, kem đánh đều, dội vào cháo quay đều. Múc súp vào liễn, rắc bánh mì đã thái hạt lựu rán vàng, cho thêm chút bơ, ăn nóng.

Yêu cầu thành phẩm

Súp sánh mượt, màu trắng vàng, béo ngậy.

29. SÚP KEM HOÀNG HẬU **(Món ăn Pháp)**

Nguyên liệu

Nước dùng:	2l
Gà lọc xương:	400g
Sữa tươi:	500ml
Bơ:	50g
Kem tươi:	200g
Trứng:	4 quả
Dầu:	50ml
Bột gạo:	200g
Tiêu, muối.	

Cách làm

Gà luộc chín, gỡ lấy thịt thăn gà, thái hạt lựu, phần còn lại giã hoặc xay nhỏ. Bột gạo (hoặc bột mì tốt) xào bơ, tỏi, không cháy khét. Chế nước dùng gà vào đánh mượt, cho tiếp thịt gà giã vào đun sôi 30 phút, đem lọc lại. Đặt nồi kem lên bếp, cho thêm sữa tươi đun sôi, hớt bọt, cho lòng đỏ trứng gà và

kem tươi vào quấy đều. Thăn gà thái hạt lựu thả vào nồi súp, nêm vừa tiêu muối, ăn nóng.

Yêu cầu thành phẩm

Súp sánh mượt, màu trắng ngà, béo ngậy.

30. SÚP ĂNG-ĐA-LU CÓ KEM

(Món ăn Pháp)

Nguyên liệu

Nước dùng:	2l
Sữa tươi:	1,5l
Bí đỏ:	1kg
Đường kính:	10g
Bột mì:	100g
Bánh mì:	300g
Tiêu, muối.	

Cách làm

Bí gọt vỏ, bỏ ruột, cắt miếng rửa sạch, cho vào nồi luộc chín bằng nước dùng, nghiền nhỏ, lọc kỹ.

Hòa sữa tươi, kem, một chút đường, nêm vừa tiêu, muối, cho vào xoong đun sôi. Bánh mì thái hạt lựu, rán vàng bằng dầu, khi ăn thả vào súp,

rưới thêm bơ, ăn nóng. Nếu kem loãng thì xào bột với bơ, cho thêm vào súp để được độ sánh.

Yêu cầu thành phẩm

Súp sánh mượt, màu đỏ vàng, béo ngậy.

31. SÚP CẢI XOONG

(Món ăn Pháp)

Nguyên liệu

Cải xoong:	500g
Bột mì:	30g
Bơ:	50g
Kem tươi:	60g
Bánh mì:	100g
Nước dùng:	1l
Trứng gà:	80g
Khoai tây:	200g
Tiêu, muối.	

Cách làm

Khoai tây gọt, rửa sạch, cắt miếng to. Cải xoong rửa sạch, cắt ngắn. Ninh như khoai và rau, nghiền nhỏ, lọc bỏ xơ.

Bột mì xào bơ, đổ nước bột khoai, rau vào quấy đều, nêm vừa tiêu, muối.

Khi ăn cho lòng đỏ trứng, kem tươi vào trộn đều. Bánh mì thái hạt lựu, rán vàng, rắc lên trên.

Yêu cầu thành phẩm

Súp màu xanh. Thơm, ngon, béo ngậy, sánh mượt, đồng nhất.

32. SÚP BẮP CẢI (Món ăn Pháp)

Nguyên liệu

Bắp cải:	500g
Nụ đình hương:	1g
Thịt vai lợn muối:	100g
Lá quế:	3 lá
Thịt ba chỉ muối:	100g
Cà rốt:	200g
Tỏi tây:	100g
Tiêu, muối, mì chính.	

Cách làm

Thịt rửa sạch, luộc chín, hớt bọt, cho nụ đình, lá quế vào đun nhỏ lửa.

Cà rốt, bắp cải rửa sạch, thái miếng cho vào nồi thịt hầm nhừ; thịt mềm vớt ra, thái miếng cho vào dụng cụ đựng súp.

Vớt bỏ nụ đinh hương, lá quế, nêm vừa tiêu, muối, mì chính. Khi ăn dội súp vào thịt, ăn nóng.

Yêu cầu thành phẩm

Súp có màu xanh, hồng. Thơm, ngon ngọt, đậm đà. Thịt và rau mềm, nước nhiều hơn cái.

33. SÚP NẤU KIỂU ĐỨC

Nguyên liệu

Đậu Hà Lan hạt:	150g
Dăm bông:	100g
Đậu Hà Lan quả:	400g
Tỏi tây:	100g
Cà rốt:	100g
Nước dùng:	1l
Hành củ:	50g
Bánh mì:	200g
Bơ:	40g
Tiêu, muối, mì chính.	

Cách làm

Đậu hạt ngâm nở, nấu chín.

Hành, cà rốt, tỏi tây thái mỏng, xào qua bơ.

Dầm bông thái hạt lựu. Đậu quả thái hạt lựu, xào bơ. Cho tất cả vào nồi đậu ninh tiếp cho tới khi chín mềm, đem tán nhỏ, lọc bỏ bã, thêm nước dùng, đun sôi, nêm muối, mì chính, bơ vào.

Bánh mì thái hạt lựu, rán vàng giòn. Khi ăn rắc tiêu, bánh mì lên trên, ăn nóng.

Yêu cầu thành phẩm

Súp có màu xanh phớt hồng, thơm, ngon ngọt, béo ngậy, sánh mượt, đồng nhất, bánh mì giòn tan.

34. SÚP HOA LỚ **(Món ăn Ba Lan)**

Nguyên liệu

Súp lơ:	200g
Nước dùng:	1l
Khoai tây:	100g
Bột mì:	30g
Bơ:	50g

Kem tươi: 50g

Thì là: 20g

Tiêu, muối, mì chính.

Cách làm

Khoai gọt vỏ, thái vẩy ốc, rửa sạch; súp lơ thái mỏng tương đương với khoai tây. Đun bơ nóng, cho bột vào xào thơm, chế nước dùng vào quấy cho sánh. Súp lơ và khoai xào qua bơ, cho vào súp, nêm muối, mì chính vừa ăn. Khi ăn rót kem vào súp quấy đều, rắc rau thì là, ăn nóng.

Yêu cầu thành phẩm

Súp sánh, rau chín mềm, thơm dậy mùi thì là và kem.

35. SÚP RAU CÓ KEM TƯỞI

(Món ăn Hungary)

Nguyên liệu

Nước dùng: 2l

Cà rốt: 300g

Cần tây: 100g

Tỏi tây: 100g

Ớt bột:	10g
Kem tươi:	100g
Bột mì:	20g
Dấm:	50g
Muối, tiêu, mì chính.	

Cách làm

Cần, tỏi tây sơ chế sạch, thái chỉ; cà rốt thái chỉ, cho vào nước dùng đun sôi, hớt bọt. Đun nóng bơ, cho bột mì và ớt vào xào, đổ nước súp vào khuấy mượt, nêm muối, mì chính vừa ăn. Khi ăn tưới thêm kem tươi và dấm, ăn nóng.

Yêu cầu thành phẩm

Súp sánh, trắng xanh, rau chín mềm, vị ngon.

36. SÚP CÀ CHUA (Món ăn Ba Lan)

Nguyên liệu

Nước dùng:	2l
Cà chua:	100g
Hành củ:	100g
Bơ:	100g
Kem tươi, tiêu, muối, mì chính, rau mùi.	

Cách làm

Cà chua rửa sạch, chần qua, bóc vỏ, bỏ hạt, thái hạt lựu. Đun bơ nóng vừa, cho hành thái mỏng, cà chua vào đảo đều, đổ nước dùng vào đun sôi, hớt bọt, nêm muối, mì chính vừa ăn. Khi ăn đánh nổi kem tươi cho vào, quấy đều, rắc rau mùi, ăn nóng kèm với bánh mì nướng, cơm hoặc mì luộc.

Yêu cầu thành phẩm

Súp trong, màu hồng đẹp, ngọt, ngậy, hơi chua dịu.

37. SÚP RAU THẬP CẨM **(Món ăn Nga)**

Nguyên liệu

Thịt bò:	200g
Khoai tây:	150g
Đậu quả:	150g
Bắp cải:	200g
Tỏi tây:	200g
Hành:	50g
Cà chua bột:	50g
Dầu ô liu:	30ml

Nước dùng:

1l

Muối, tiêu.

Cách làm

Thịt bò thái hạt lựu to, ướp tiêu, muối, hành băm nhỏ.

Các loại rau củ sơ chế sạch, thái hạt lựu.

Đun dầu nóng già, phi thơm hành, cho thịt vào xào qua, cho tiếp cà chua bột vào, om cho thịt ngấm, thêm nước dùng cho ngập, đun tới khi thịt mềm nhừ, cho tiếp các loại rau củ vào nấu mềm, nêm vừa tiêu, muối.

Yêu cầu thành phẩm

Súp màu hồng, thơm, ngon. Nước nhiều hơn cái, các nguyên liệu mềm, nhừ.

38. SÚP SÁNH CÓ KEM BÔ ĐÀO NHA (Món ăn Pháp)

Nguyên liệu

Cà chua: 50g

Cà rốt: 100g

Hành củ: 50g

Kem tươi:	50g
Đường:	10g
Cơm:	150g
Bột mì:	40g
Bơ:	30g
Nước dùng:	800ml
Lá thơm, tiêu, muối, mì chính.	

Cách làm

Hành, cà rốt sơ chế, thái nhỏ, mỏng. Cà chua bỏ hạt, băm nhỏ, bột xào bơ có màu ngà vàng.

Đun bơ nóng già, cho hành, cà rốt vào xào qua, cho tiếp cà chua, bột xào bơ, nước dùng, lá thơm vào quấy đều, đun khoảng 10 phút đem tán nhỏ, lọc lấy nước bột.

Đun sôi nước bột, nêm vừa tiêu, muối, đường, mì chính.

Khi ăn cho kem tươi, bơ và cơm vào, ăn nóng.

Yêu cầu thành phẩm

Súp màu hồng nhạt, ngọt, ngon, béo ngậy, sánh mượt, đồng nhất.

39. SÚP BÍ ĐỎ

(Món ăn Pháp)

Nguyên liệu

Bí đỏ:	1kg
Sữa tươi:	1l
Bột mì:	50g
Bánh mì:	150g
Đường:	20g
Bơ:	50g
Tiêu, muối, mì chính.	

Cách làm

Bí gọt vỏ, bỏ ruột, cắt miếng, luộc chín, tán nhỏ, lọc lấy nước bột, thêm sữa tươi vào.

Bột xào bơ màu vàng ngà, rót nước bí vào khuấy đều, đun sôi, nêm vừa muối, đường, mì chính.

Bánh mì thái hạt lựu, rán vàng.

Khi ăn rắc tiêu, bánh mì vào, ăn nóng.

Yêu cầu thành phẩm

Súp có màu hồng đỏ, thơm ngon, ngọt béo, sánh mượt, đồng nhất.

40. SÚP RAU NẤU VỚI SƯỜN LỢN

(Món ăn Nga)

Nguyên liệu

Sườn lợn:	400g
Sắn củ:	100g
Bí đỏ:	100g
Hành củ:	50g
Tỏi khô:	30g
Khoai sọ:	100g
Khoai tây:	100g
Cà chua bột:	50g
Nước dùng:	1l
Ngô non (bao tử):	3 bắp
Tiêu, muối, mì chính.	

Cách làm

Sườn chặt miếng, ướp tiêu, muối, hành tỏi băm nhỏ.

Bắp ngô cắt làm 4 hoặc 6. Các loại củ sơ chế, cắt hình móng lợn.

Đun dầu nóng già, cho sườn vào xào săn, cho cà chua bột vào om, khi thịt gần mềm cho tiếp

nước và các loại rau củ vào đun mềm. Nêm vừa tiêu, muối, mì chính, ăn nóng.

Yêu cầu thành phẩm

Súp màu hồng nhạt, ngon, ngọt, thịt và rau mềm, nước nhiều hơn cái.

41. SÚP PARIS **(Món ăn Pháp)**

Nguyên liệu

Sữa tươi:	500ml
Kem tươi:	40g
Tỏi tây:	50g
Bột mì:	50g
Khoai tây:	100g
Hành củ:	30g
Nước dùng:	1l
Tiêu, muối, mì chính.	

Cách làm

Khoai tây, tỏi tây, hành sơ chế, thái vẩy ốc, đem xào với bơ, thêm nước dùng, dậy vung, đun nhỏ lửa cho mềm, cho tiếp sữa tươi, nêm vừa muối, mì chính.

Bột mì xào trứng gà, rót từ từ nước khoai tây vào, quấy đều cho sánh.

Khi ăn cho kem tươi vào, rắc hạt tiêu. Ăn nóng.

Yêu cầu thành phẩm

Súp trứng màu ngà, thơm ngon, ngọt, béo ngậy, sánh loãng, mượt.

42. SÚP KHOAI

(Món ăn Ba Lan)

Nguyên liệu

Khoai tây:	300g
Nước dùng:	1l
Trứng gà:	3 quả
Hành khô:	30g
Thì là:	30g
Bơ:	50g
Kem tươi:	50g
Bột mì:	100g
Tiêu, muối, mì chính.	

Cách làm

Khoai gọt vỏ, rửa sạch, thái hạt lựu, đun bơ

nóng già, phi thơm hành, cho khoai vào xào, đổ nước dùng vào, nêm muối, mì chính vừa ăn.

Bột mì hòa nước, cán mỏng, cắt thành miếng nhỏ vuông, luộc chín, thả vào súp khoai, đun sôi.

Khi ăn cho kem tươi vào khuấy đều, rắc thì là lên, ăn nóng.

Yêu cầu thành phẩm

Súp sánh loãng, khoai và mì không nát, vị ngọt béo.

43. SÚP KHOAI - CÀ RỐT

(Món ăn Rumani)

Nguyên liệu

Nước dùng:	2l
Khoai tây:	500g
Cà rốt:	500g
Bơ:	20g
Cà chua nghiền:	100g
Muối, tiêu, mì chính, rau mùi tàu, nguyệt quế.	

Cách làm

Cà rốt, khoai tây gọt vỏ, thái hạt lựu, cho vào

bơ xào qua, tiếp đó cho cà chua vào đảo đều, đổ nước dùng vào đun nhỏ lửa cho mềm, nêm muối, mì chính, rắc rau mùi, ăn nóng.

Yêu cầu thành phẩm

Nước dùng trong, có màu hồng, rau chín mềm, nước ngọt, thơm dậy mùi tàu.

44. SÚP KHOAI NGHIÊN (Món ăn Pháp)

Nguyên liệu

Tỏi tây:	500g
Khoai tây:	500g
Bơ:	50g
Trứng gà:	80g
Bánh mì:	100g
Kem tươi:	50g
Nước dùng:	1l
Sữa tươi:	500ml
Tiêu, muối, mì chính.	

Cách làm

Khoai tây sơ chế, cắt miếng, luộc chín, tán nhỏ, thêm nước dùng, sữa đun sôi.

Tỏi tây lấy phần trắng thái mỏng, xào bơ, cho vào nồi súp.

Bánh mì thái hạt lựu, rán vàng.

Đun sôi súp, nêm vừa muối, mì chính.

Khi ăn, đánh lòng đỏ trứng và kem tươi cho đều, dội súp đang sôi vào quấy đều, thêm bơ, rắc bánh mì, tiêu, ăn nóng.

Yêu cầu thành phẩm

Súp trắng, vàng. Thơm dậy mùi tỏi, vị ngon ngọt, béo ngậy, sánh loãng, mượt bóng, bánh mì giòn tan.

45. SÚP THỊT LỢN NẤU NGÔ NON (Món ăn Nga)

Nguyên liệu

Ngô non:	250g
Thịt lợn nạc:	200g
Cà chua bột:	50g
Hành khô:	30g
Dầu ô liu:	10ml
Nước dùng:	800ml
Tiêu, muối.	

Cách làm

Ngô mài (giã), lọc lấy nước bột. Thịt lợn thái hạt lựu, ướp tiêu, muối, hành băm nhỏ.

Đun dầu nóng già, cho thịt vào xào săn, thêm cà chua bột vào om 5 phút, cho tiếp nước dùng vào đun tới khi thịt mềm, rót nước ngô vào quấy đều, nấu chín, nêm vừa muối.

Khi ăn rắc hạt tiêu, ăn nóng.

Yêu cầu thành phẩm

Súp màu hồng nhạt, thơm, ngọt, ngon, sánh vừa, thịt mềm.

46. SÚP THỊT VIÊN BỌC BỘT **(Món ăn Nga)**

Nguyên liệu

Thịt nạc vai:	200g
Trứng gà:	3 quả
Bột mì:	100g
Hành củ:	30g
Rau mùi:	20g
Nước dùng:	600ml
Tiêu, muối, mì chính.	

Cách làm

Thịt băm nhỏ ướp tiêu, muối, hành băm nhỏ, trộn đều với lòng đỏ trứng.

Bột mì trộn với lòng trắng trứng, nước, muối nhào kỹ, cán mỏng 0,5mm, cắt miếng 6x6cm.

Cho thịt vào giữa miếng bột mỳ, gói kín, luộc chín, vớt ra đổ vào dụng cụ đựng súp.

Nước dùng đun sôi, nêm vừa gia vị, khi ăn dội nước vào thịt bọc bột, rắc tiêu, rau mùi thái nhỏ, ăn nóng.

Yêu cầu thành phẩm

Bột trắng, in rõ nhân thịt. Thơm ngon, ngọt đậm. Các viên đều nhau, không vỡ, nước dùng trong.

47. SÚP CÁ

(Món ăn Nga)

Nguyên liệu

Cá nạc:	500g
Cà rốt:	200g
Hành củ:	100g
Tỏi tây:	200g

Cà chua:	500g
Bơ:	50g
Dưa chuột muối:	300g
Thì là:	50g
Xương cá:	500g
Ớt tươi:	30g
Cần tây:	200g
Chanh quả:	30g
Tiêu, muối, mì chính.	

Cách làm

Xương cá, cần, tỏi tây, cà rốt nấu nước dùng, lọc trong.

Cho cá vào xoong, thêm ít nước dùng nấu chín, bắc ra cạnh bếp.

Cà chua bỏ hạt, một phần thái hạt lựu, một phần đun nhừ, tán thành bột.

Dưa chuột thái chỉ.

Đun bơ nóng già, phi thơm hành, cho cà chua bột vào đảo kỹ, thêm nước dùng vào đun sôi, cho tiếp cà chua, dưa chuột, muối, ớt, mì chính. Khi ăn cho cá vào dụng cụ rồi dội nước dùng vào, rắc thì là thái nhỏ, hạt tiêu, ăn kèm với chanh.

Yêu cầu thành phẩm

Súp màu hồng, thơm, ngon ngọt, hơi chua cay, không tanh. Nước nhiều hơn cái, cá không nát.

48. SÚP KHOAI NẤU VỚI THỊT BÒ **(Món ăn Nga)**

Nguyên liệu

Thịt bò:	200g
Bơ:	20g
Khoai tây:	300g
Cà chua:	50g
Hành củ:	20g
Nước dùng:	1l
Cà rốt:	100g
Tiêu, muối, mì chính.	

Cách làm

Khoai tây, cà rốt, cà chua sơ chế, thái hạt lựu. Hành thái mỏng. Thịt bò thái hạt lựu.

Đun bơ nóng già, phi thơm hành, cho thịt vào xào qua, cho nước dùng vào đun sôi, vớt bọt. Thêm cà chua vào nấu, thịt gần mềm thì cho tiếp khoai, cà rốt vào nấu mềm. Nêm vừa tiêu, muối, mì chính, ăn nóng.

Yêu cầu thành phẩm

Súp có màu hồng vàng, thơm ngon, ngọt đậm.
Nước nhiều hơn cái, thịt và khoai mềm.

49. SÚP THỊT GÀ NẤU NGÔ NON (Món ăn Nga)

Nguyên liệu

Ngô non:	100g
Thịt gà nạc:	300g
Cà chua bột:	50g
Nước dùng gà:	1l
Hành khô:	50g
Dầu ô liu:	50ml
Tiêu, muối.	

Cách làm

Ngô mài (chà) hạt thành bột, thêm nước, lọc lấy nước bột ngô. Thịt gà thái hạt lựu, ướp tiêu, muối, hành băm nhỏ. Đun dầu nóng già, cho thịt gà vào xào, cho cà chua bột vào xào tiếp, đổ nước dùng vào nấu mềm, cho nước bột ngô vào khuấy đều, đun sôi, nêm vừa tiêu, muối, ăn nóng.

Yêu cầu thành phẩm

Súp có màu hồng nhạt, sánh mượt, thơm dậy mùi ngô, ngọt, béo ngậy.

50. SÚP BỘT RÁN GIÒN (Món ăn Tiệp Khắc)

Nguyên liệu

Nước dùng:	2l
Dầu:	100ml
Bột mì:	100g
Sữa tươi:	200ml
Trứng gà	3 quả
Muối, hạt tiêu, mì chính.	

Cách làm

Bột mì, sữa tươi, trứng, muối hòa sền sệt như hạt benhê. Đun dầu sôi già, dùng vớt hứng trên dầu sôi. Rót hạt benhê từ từ chảy qua vớt, bột chín nở xốp giòn vàng, vớt ra để ráo mỡ. Đun sôi nước dùng, nêm muối, mì chính vừa ăn.

Rán giòn bột mì rắc lên súp, ăn nóng.

Yêu cầu thành phẩm

Súp ngọt, bột mì rán, giòn xốp, thơm ngọt.

51. SÚP ĐẬU TRẮNG

Nguyên liệu

Nước dùng:	2l
Đậu trắng tươi:	600g
Trứng gà:	4 quả
Dầu:	50ml
Bơ:	50g
Sữa tươi:	500ml
Kem tươi:	200g
Bánh mì:	200g
Hành củ:	50g
Cà rốt:	50g
Tiêu bột, muối tinh.	

Cách làm

Đậu trắng tươi, cà rốt cho vào nồi luộc chín như (nếu dùng đậu khô phải ngâm nước lã một đêm với số lượng bằng 1/2), vớt ra để ráo nước, nghiền mịn. Hoà thêm nước dùng, sữa tươi vào nước luộc đậu, cùng đậu nghiền quấy đều cho sánh. Đun sôi, cho lòng đỏ trứng và kem tươi vào quấy đều, nêm gia vị. Bánh mì thái hạt lựu, rán giòn bằng bơ. Khi ăn thả vào súp, ăn nóng.

Yêu cầu thành phẩm

Súp có màu trắng ngà, mượt, đồng nhất, béo ngậy, ngọt và ngon.

52. SÚP KEM TƯỞI

Nguyên liệu

Nước dùng:	2l
Kem tươi:	200g
Trứng gà:	2 quả
Đậu Hà Lan hộp:	400g
Bột gạo:	50g
Sữa tươi:	500ml
Muối tinh, tiêu bột.	

Cách làm

Cho đậu Hà Lan hộp vào nước, cho chút muối vào luộc chín, vớt ra để ráo nước. Bỏ lại 1/3 đậu, còn lại đem nghiền mượt, lọc qua rây. Hòa nước dùng và sữa tươi nguội vào, đậu nghiền quấy đều cho tan đến khi sánh. Nếu còn loãng có thể cho thêm ít bột gạo hòa nước loãng qua rây vào súp, bắc lên bếp vừa đun vừa quấy cho chín, nêm vừa tiêu muối. Lòng đỏ trứng với kem tươi cho vào liền

súp đánh nổi, rót súp vào quấy đều, thả nốt đậu hạt vào, ăn nóng.

Yêu cầu thành phẩm

Súp sánh mượt, có màu xanh, trắng, vàng, béo ngậy, ngọt.

53. SÚP THỊT VIÊN BỌC BỘT

Nguyên liệu

Nước dùng:	2l
Bơ:	20g
Thịt nạc vai:	300g
Bột mì:	200g
Trứng gà:	2 quả
Hành khô:	30g
Thì là:	1 mớ
Tiêu, muối.	

Cách làm

Hòa bột mỳ với trứng, thêm chút muối tinh, nhào kỹ thành khối bột mịn. Cán bột thật mỏng,

Cắt vuông 6x6cm. Thịt lợn xay nhỏ, cho tiêu, muối, hành băm nhỏ vào xào thơm, bóp đều. Chia thịt thành từng viên nhỏ, gói vào bột. Đun sôi

nước, bỏ viên thịt vào luộc chín, vớt ra để ráo nước rồi bỏ vào liễn súp. Đun sôi nước dùng, nêm vừa gia vị, múc vào liễn súp, rắc thì là, ăn nóng.

Yêu cầu thành phẩm

Nước dùng trong, viên thịt ngon, không vỡ, bột mỏng, mùi thơm, ngọt vị, vừa ăn.

54. SÚP HÀNH VÀ PHO MÁT

Nguyên liệu

Nước dùng:	2l
Dầu:	100ml
Pho mát:	100g
Bơ:	100g
Bột mì:	100g
Bánh mì:	300g
Tiêu, muối.	

Cách làm

Hành khô bóc vỏ, thái mỏng. Cho bơ, dầu vào chảo, phi thơm hành, cho bột mì vào xào vàng, chế nước dùng vào quấy đều, nêm vừa tiêu muối, để sôi 15 phút. Bánh mì thái vuông quân cờ, rán vàng.

Pho mát xắt nhỏ. Múc súp vào liễn, thả bánh mì, rắc pho mát lên trên, ăn nóng.

Yêu cầu thành phẩm

Nước súp hơi vàng. Thơm mùi hành, bùi ngậy.

55. SÚP BIA

Nguyên liệu

Bia:	2l
Trứng:	3 quả
Bơ:	30g
Gừng:	20g
Đường kính:	50g
Chanh:	1 quả
Sữa tươi:	500ml
Quế chi:	2g
Bột mì:	50g
Rượu Rhum:	20ml
Tiêu, muối.	

Cách làm

Cho bia, đường, quế chi, chanh, gừng vào xương, đun sôi. Trộn đều bột mì với trứng, sữa tươi, bia, rượu

Rhum, rót vào xương quấy đều, đun chín bột, thêm sữa tươi, đun sôi trở lại, nêm tiêu muối, ăn nóng.

Yêu cầu thành phẩm

Súp thơm, béo ngậy, dậy mùi bia và rượu Rhum.

56. SÚP MÌ TƯỞI

Nguyên liệu

Nước dùng:	2l
Mì luộc:	800g
Thịt lợn nạc:	300g
Hành hoa:	100g
Tiêu, muối, mì chính.	

Cách làm

Thịt lợn luộc trong nước dùng, vớt ra để nguội, thái chỉ. Hành hoa thái nhỏ. Nước dùng thật trong, nêm vừa gia vị, tiêu, muối, mì chính, đun sôi. Khi ăn cho mì luộc vào liền, cho thịt, hành hoa lên trên, múc nước dùng đổ vào súp, ăn nóng.

Yêu cầu thành phẩm

Nước dùng trong, màu hổ phách, mì chín, giòn, không bở.

MỤC LỤC

Lời nhà xuất bản	5
------------------	---

PHẦN I

KỸ THUẬT CHẾ BIẾN CÁC MÓN LẨU

1. Lẩu bò	7
2. Lẩu đuôi bò	10
3. Lẩu gầu bò	12
4. Lẩu bò, cá, mực, sò	15
5. Lẩu bê với rượu	17
6. Lẩu thịt lợn	19
7. Lẩu thịt lợn với nội tạng	20
8. Lẩu sườn	23
9. Lẩu da heo	25
10. Lẩu thịt viên với tôm	27
11. Lẩu thịt gia súc với hải sản	29
12. Lẩu hươu	32
13. Lẩu dê	34
14. Lẩu chó	35
15. Lẩu dê thập cẩm	37

16. Lẩu thỏ	40
17. Lẩu gà	42
18. Lẩu gà Thái Lan	44
19. Lẩu vịt	46
20. Lẩu chim	48
21. Lẩu trứng	50
22. Lẩu hải sản	52
23. Lẩu hải sâm với gà	54
24. Lẩu cá	57
25. Lẩu cá sấu với thịt bò	59
26. Lẩu cá chình	62
27. Lẩu cá ba sa	64
28. Lẩu chả cá, mực (chua)	67
29. Lẩu chả cá, mực (ngọt)	69
30. Lẩu tôm	72
31. Lẩu tôm hùm	74
32. Lẩu lươn	76
33. Lẩu ốc (ngọt)	78
34. Lẩu ốc (chua)	80
35. Lẩu ốc, mê gà chay	82
36. Lẩu ếch	84
37. Lẩu cua đồng	86
38. Lẩu cua bể	88

39. Lẩu mực	90
40. Lẩu ba ba	92
41. Lẩu ba ba, chân gà	94
42. Lẩu rùa, thịt lợn	97
43. Lẩu rắn và gà	99
44. Lẩu thập cẩm	101
45. Lẩu thập cẩm (chay)	104
46. Lẩu thập cẩm (cay)	106
47. Lẩu đậu phụ	108
48. Lẩu đậu phụ (chay)	110
49. Lẩu Tứ Xuyên	112
50. Lẩu tổng hợp Nhật Bản	115
51. Lẩu tổng hợp Triều Tiên	117

PHẦN II

KỸ THUẬT CHẾ BIẾN CÁC MÓN XỐT

1. Xốt chua	121
2. Xốt chua ngọt	122
3. Xốt dừa	123
4. Xốt dứa (Xốt thơm)	124
5. Xốt me	126
6. Xốt gừng	127
7. Xốt nấm	128

8. Xốt tiêu xanh	129
9. Xốt sữa tươi	130
10. Xốt bơ hành	131
11. Xốt dầu trứng - mù tạc	132
12. Xốt dầu trứng với hành	133
13. Xốt dầu trứng với cà chua	133
14. Xốt dầu trứng với tỏi	134
15. Xốt bột có lòng đỏ trứng gà và chanh	135
16. Xốt gốc nâu	136
17. Xốt trứng dấm với cà chua	138
18. Xốt của người thợ săn	138
19. Xốt lòng đỏ trứng gà - dấm	139
20. Xốt tôm	140
21. Xốt bơ rượu với rau thơm	141
22. Xốt trắng	142
23. Xốt pho-mát	143
24. Xốt trắng với lòng đỏ trứng và mù tạc	144
25. Xốt trắng với lòng đỏ trứng và kem tươi	145
26. Xốt kem	146
27. Xốt bột mỳ với sữa	146
28. Xốt Hà Lan	147
29. Xốt bơ với lòng đỏ trứng và kem tươi	148
30. Xốt dầu dấm với mù tạc	149

31. Xốt Mut-sơ-lin Chan-ti-ly	150
32. Xốt bơ chanh	151
33. Xốt bột mỳ với sữa và cà chua	151
34. Xốt trứng có rượu và bơ ăn với cà	152
35. Xốt dầu trứng	153
36. Xốt dầu dấm	154
37. Xốt gốc nâu với rượu Madère	155
38. Xốt gốc nâu với rượu cô-nhắc và nấm	155
39. Xốt Italy	156
40. Xốt cà chua	157
41. Xốt cay	158

PHẦN III

KỸ THUẬT CHẾ BIẾN CÁC MÓN SÚP

1. Súp yến	160
2. Súp bánh dày	162
3. Súp trứng Sơn Đông	163
4. Súp tôm	164
5. Súp cá	165
6. Súp lơ	166
7. Súp cua	167
8. Súp gà	169
9. Súp gà nấu kiểu Indonesia	170

10. Súp ba ba với gà	171
11. Súp cua bể với gà	173
12. Súp bào ngư với gà	174
13. Súp vây cua bể	175
14. Súp long tu	176
15. Súp hải sâm	177
16. Súp trong có bánh mỳ nướng	178
17. Súp thịt viên (món ăn Pháp)	179
18. Súp trong kiểu Duy Liên	180
19. Súp trong ướp lạnh	181
20. Súp thịt bò với bánh mỳ rán	182
21. Súp trứng (món ăn Pháp)	183
22. Súp trứng gan gà	184
23. Súp rau củ	185
24. Súp hành có sữa (món ăn Pháp)	186
25. Súp hạt đậu (món ăn Nga)	187
26. Súp dưa chuột muối (món ăn Nga)	188
27. Súp ngô non có kem	189
28. Súp gạo có kem (món ăn Pháp)	190
29. Súp kem hoàng hậu (món ăn Pháp)	191
30. Súp ăng-đa-lu có kem (món ăn Pháp)	192
31. Súp cải xoong (món ăn Pháp)	193
32. Súp bắp cải (món ăn Pháp)	194

33. Súp nấu kiểu Đức	195
34. Súp hoa lơ (món ăn Ba Lan)	196
35. Súp rau có kem tươi (món ăn Hungary)	197
36. Súp cà chua (món ăn Ba Lan)	198
37. Súp rau thập cẩm (món ăn Nga)	199
38. Súp sánh có kem Bồ Đào Nha	200
39. Súp bí đỏ (món ăn Pháp)	202
40. Súp rau nấu với sườn lợn (món ăn Nga)	203
41. Súp Paris (món ăn Pháp)	204
42. Súp khoai (món ăn Ba Lan)	205
43. Súp khoai cà rốt (món ăn Rumani)	206
44. Súp khoai nghiền (món ăn Pháp)	207
45. Súp thịt lợn nấu ngô non (món ăn Nga)	208
46. Súp thịt viên bọc bột (món ăn Nga)	209
47. Súp cá (món ăn Nga)	210
48. Súp khoai nấu với thịt bò (món ăn Nga)	212
49. Súp thịt gà nấu ngô non (món ăn Nga)	213
50. Súp bột rán giòn (món ăn Tiệp Khắc)	214
51. Súp đậu trắng	215
52. Súp kem tươi	216
53. Súp thịt viên bọc bột	217
54. Súp hành và pho mát	218
55. Súp bia	219
56. Súp mì tươi	220

NHÀ XUẤT BẢN THỜI ĐẠI

Nhà B15 Lô 2, Mỹ Đình 1, Từ Liêm, Hà Nội

KỸ THUẬT CHẾ BIẾN CÁC MÓN LẨU - XỐT - SÚP

LÊ THANH XUÂN

- Chịu trách nhiệm xuất bản:
BÙI VIỆT BẮC
- Biên tập:
HỒNG TÚ
- Thiết kế bìa:
XUÂN LÂM
- Trình bày:
THU HÀ
- Sửa bản in:
KIỀU OANH

Liên kết xuất bản + Phát hành tại:
CÔNG TY VĂN HOÁ HƯƠNG THỦY

www.nhasachhuongthuy.com

NHÀ SÁCH HƯƠNG THỦY

Số 19 Đông Các, Phường Ô Chợ Dừa, Quận Đống Đa,
Thành Phố Hà Nội

ĐT: 04. 38569432 - Fax: 04.38569433

In 2.000 cuốn, khổ 13cm x 19 cm tại công ty cổ phần in Trần Hưng

Giấy phép xuất bản số 957 - 2010/CXB/03-41/TĐ

In xong và nộp lưu chiểu năm 2011