

9 ĐẶC TRƯNG TRONG VĂN HÓA ẨM THỰC VIỆT NAM

Trong văn hóa ẩm thực của người Việt Nam có rất nhiều cách chế biến, biểu diễn, thể hiện khác nhau, có thể khái quát thành những đặc trưng sau:

1. Tính hòa đồng đa dạng

Người Việt dễ dàng tiếp thu văn hóa ẩm thực của các dân tộc khác, vùng miền khác để từ đó chế biến thành của mình. Đây cũng là điểm nổi bật của ẩm thực của nước ta từ Bắc chí Nam.

2. Tính ít mỡ

Các món ăn Việt Nam chủ yếu làm từ rau, quả, củ nên ít mỡ, không dùng nhiều thịt như các nước phương Tây, cũng không dùng nhiều dầu mỡ như món của người Hoa.

3. Tính đậm đà hương vị

Khi chế biến thức ăn người Việt Nam thường dùng nước mắm để nêm, lại kết hợp với rất nhiều gia vị khác ...nên món ăn rất đậm đà. Mỗi món khác nhau đều có nước chấm tương ứng phù hợp với hương vị.

4. Tính tổng hoà nhiều chất, nhiều vị



Món ăn Việt Nam thường nhiều chất nhiều vị kết hợp lại với nhau

Các món ăn Việt Nam thường bao gồm nhiều loại thực phẩm như thịt, tôm, cua cùng với các loại rau, đậu, gạo. Ngoài ra còn có sự tổng hợp của nhiều vị như chua, cay, mặn, ngọt, bùi

béo...

5. Tính ngon và lành

Cụm từ ngon lành đã gói ghém được tinh thần ăn của người Việt. Ẩm thực Việt Nam là sự kết hợp giữa các món, các vị lại để tạo nên nét đặc trưng riêng. Những thực phẩm mát như thịt vịt, ốc thường được chế biến kèm với các gia vị ấm nóng như gừng, rau răm... Đó là cách cân bằng âm dương rất thú vị, chỉ có người Việt Nam mới có...

6. Tính dùng đũa



Người Việt có thói quen dùng đũa trong khi ăn

Gắp là một nghệ thuật, gắp sao cho khéo, cho chặt dùng để rơi thức ăn...Đôi đũa Việt có mặt trong mọi bữa cơm gia đình, ngay cả khi quay nướng, người Việt cũng ít dùng nĩa để xiên thức ăn như người phương Tây.

7. Tính cộng đồng

Tính cộng đồng thể hiện rất rõ trong ẩm thực Việt Nam, bao giờ trong bữa cơm cũng có bát nước mắm chấm chung, hoặc múc riêng ra từng bát nhỏ từ bát chung ấy.

8. Tính hiếu khách



Tính hiếu khách thể hiện bằng lời mời chào trước mỗi bữa ăn. Trong ảnh TS. Nguyễn Nhã ngồi thứ 3 bên trái, nghệ nhân ẩm thực Dzoãn Cẩm Vân ngồi đầu bên phải.

Trước mỗi bữa ăn người Việt thường có thói quen mời. Lời mời thể hiện sự giao thiệp, tình cảm, hiếu khách, mối quan tâm trân trọng người khác...

9. Tính dọn thành mâm



*Dọn nhiều món cùng lúc trong bữa ăn là nét
đặc trưng trong văn hóa ăn uống của người Việt*

Người Việt có thói quen dọn sẵn thành mâm, dọn nhiều món ăn trong một bữa lên cùng một lúc chứ không như phương Tây ăn món nào mới mang món đó ra.