

N O N N Ư Ớ C C A O B Ằ N G



Cao Bằng

BỐN MÙA SẢN VẬT





Cao Bằng
BỐN MÙA SẢN VẬT



LÊ CHÍ THANH

Lời nói Đầu

NON NƯỚC CAO BẰNG

*Trập trùng núi biếc vờn sương bạc
Uốn lượn sông xanh ngát đôi bờ
Sơn thủy giao hòa tựa tạc thơ
Bồng lai thiên tạo đâu hơn thế
Kiệt tác ngàn xưa đẹp đến giờ*

Chu Đức Hòa

Cao Bằng là tỉnh miền núi, biên giới nằm ở vùng Đông Bắc của Tổ quốc, có diện tích tự nhiên 6.724,72 km². Tỉnh Cao Bằng có 1 thành phố và 12 huyện gồm: Bảo Lạc, Thông Nông, Hà Quảng, Trà Lĩnh, Trùng Khánh, Nguyên Bình, Hoà An, Quảng Uyên, Thạch An, Hạ Lang, Bảo Lâm và Phục Hòa. Cao Bằng có khí hậu ôn đới, một năm có 4 mùa: Xuân, hạ, thu, đông. Nhiệt độ trung bình mùa hè 25°C – 28°C, mùa đông 16°C – 17°C. Một số vùng núi cao như: Trùng Khánh, Nguyên Bình về mùa đông có tuyết rơi.

Cao Bằng có địa hình khá đa dạng, bị chia cắt bởi hệ thống sông, suối khá dày, núi đồi trùng điệp, thung lũng sâu,... và sự phức tạp của địa hình tạo ra nhiều tiểu vùng sinh thái đặc thù thích hợp với nhiều loại cây trồng. Đất đai thổ nhưỡng của Cao Bằng chủ yếu là nhóm Feralit đỏ vàng dày tầng và đất nâu phong hóa từ núi đá vôi độ PH cao. Điều kiện địa hình, khí hậu thủy văn như vậy đã tạo nên thảm thực vật giàu chủng loại, phong phú, đa dạng các loại cây



cỏ hoa lá nhiệt đới, ôn đới. Trên nền của điều kiện tự nhiên ấy, nhân dân các dân tộc Cao Bằng đã tận dụng khai thác và phát huy tiềm năng đất đai, địa hình, khí hậu, thủy văn tạo nên nhiều sản vật đặc trưng, đa dạng suốt bốn mùa trong năm, làm nao lòng du khách thập phương, nhất là vào mỗi dịp Tết đến, Xuân về.

Trong sản xuất nông - lâm nghiệp, lịch sử canh tác lâu đời để lại cho mảnh đất Cao Bằng nhiều giống lúa đặc sản nổi tiếng thơm ngon như: nếp Ong Trùng Khánh, nếp Pì Pắt Hòa An, nếp Hương Xuân Trường – Bảo Lạc... Tận dụng khai thác đất đai thổ nhưỡng trên địa bàn và tiểu vùng khí hậu khác nhau, đồng bào các dân tộc đã phát triển các cây trồng mũi nhọn, như: chuối, cam, quýt, dẻ, hồi, thanh long, gừng, dâu tằm, chè búp... các cây công nghiệp: hồi, trúc sào, các cây dược liệu, cây gỗ quý... Đến với Cao Bằng vào mùa hạ, mùa thu, du khách có thể thưởng thức những trái lê vàng, lê xanh, lê nâu dịu ngọt, mát lành của các huyện: Thạch An, Trùng Khánh, Bảo Lạc; vị ngọt, bùi, thơm ngon của hạt dẻ Trùng Khánh; quýt chua ngọt hấp dẫn của Trà Lĩnh; quả bí thơm của Thạch An... Bên cạnh đó, các sản vật từ nghề chăn nuôi như: Lợn đen được các hộ đồng bào Mông và Dao nuôi bằng bột ngô, bống rươi ngô, rau lang và cỏ rừng; thịt bò Mông tập trung nhiều ở các huyện: Hà Quảng, Bảo Lạc, Bảo Lâm.

Vùng đất Cao Bằng có rất nhiều loại đặc sản nổi tiếng như: Miến dong, bánh khảo, thịt lợn quay, vịt quay, lạp sườn, thịt bò khô, thịt hun khói, xôi trứng kiến, xôi trám... rượu ngô, thạch đen, thạch Mác púp (thạch trắng).

Các loại hình sản vật đa diện mạo, chủng loại phong phú, phản ánh sự giàu có về tiềm năng, thể mạnh đậm bản sắc văn hóa dân tộc của Cao Bằng. Trong khuôn khổ có hạn của tác phẩm “Cao Bằng bốn mùa sản vật”, chúng tôi chọn lựa, giới thiệu với bạn bè, du khách trong và ngoài nước đến với miền non nước Cao Bằng 17 sản vật nông nghiệp quý báu: Miến dong, Chè Đoồng Pán, Lạp sườn, Bò Mông, Bí thơm, Thạch Mác púp, Thạch đen, Lạc đỏ, Hà Thủ ô, Hạt dẻ, Lê vàng, Trám đen, gạo nếp Pì pắt, nếp Xuân Trường, nếp cẩm Bảo Lâm, nếp Ong (Khẩu nua phjǎng) và Quýt. Đó là các sản vật nổi bật, tiêu biểu, độc đáo, đặc trưng, có mặt trên thương trường, mang lại giá trị kinh tế cao, kết tinh nhiều giá trị văn hóa dân tộc.

Thông qua cuốn sách, chúng tôi mong muốn giới thiệu, quảng bá rộng rãi đến người dân và du khách trong và ngoài nước những tiềm năng thể mạnh, nét đặc sắc của các vùng miền, các sản vật đặc trưng của quê hương cội nguồn cách mạng; đồng thời giúp các cơ sở, cá nhân sản xuất nông sản tiếp cận thị trường, kết nối với đối tác, tạo đầu ra tốt hơn cho sản vật, thúc đẩy kinh tế - xã hội địa phương ngày càng phát triển.

Cuốn sách cũng là cẩm nang du lịch hữu ích khi các bạn đặt chân đến miền đất sơn thủy hữu tình, dày tầng văn hóa này.

Trân trọng cảm ơn!



Cao Bằng

BỐN MÙA SẢN VẬT

Mùa Hạ

Bí Thơm
Thạch Mác Púp
Thạch đen
Lạc đồ



Mùa Xuân

Miến Dong
Chè Đòong Pán
Lạp Sườn
Bò Mông



Mùa Thu

Hà Thủ Ô
Hạt dẻ
Lê Vàng
Trám Đen



Mùa Đông

Gạo nếp Pi Pát
Gạo nếp Ong Khẩu Páng
Gạo nếp cẩm
Quýt





Mùa Xuân

SẢN VẬT CAO BẰNG

LÊ CHÍ THANH

Theo vòng quay luân hồi tứ quý trong năm, mùa xuân về với bao cảnh sắc, vạn vật đổi thay đến kỳ diệu. Đàng đông mặt trời ửng hồng bừng thức, tỏa những tia nắng vàng non xuyên qua tán rừng chạm vào đất, đá làm nhiệt độ ấm dần lên, chim chóc húng khởi hót véo von làm nên bản giao hưởng chào xuân; đó là khung cảnh thần tiên của một sáng đầu xuân tuyệt mỹ tựa như mặt trời đang xe tơ núi. Đâu đâu cũng rợp đôi hoa mận, hoa lê trắng ngần, hoa đào đỏ tươi cùng các loại hoa rừng đầy hương sắc chen nhau đua nở. Mùa sinh sôi của muôn loài đang đến. Nhưng, sắc xuân không chỉ là cảnh quan thơ mộng sơn thủy hữu tình của non nước Cao Bằng mà còn có cả tết và lễ hội đậm đà bản sắc văn hóa dân tộc. Lòng người phơi phới khi tết đến, xuân về.



Lễ hội Lồng Tồng (xuống đồng) vào dịp tháng 2 âm lịch, cũng là lúc bà con các dân tộc Nguyên Bình bắt đầu xuống giống cây Dong riềng đỏ trên các mảnh vườn, nương rẫy của mình. Đến cuối năm, vào tháng 11, 12 bà con bắt đầu thu hoạch củ Dong riềng. Bình quân mỗi gốc đạt khoảng 6-7kg. Củ Dong riềng được tập kết tại sân nhà và bắt đầu công đoạn chế biến. Do thời tiết tiểu vùng khí hậu và đất đai thổ nhưỡng nơi đây, nên cây Dong riềng đỏ trồng tại Thành Công và Phan Thanh đã cho ra đời sản phẩm miến sợi dai, thơm, ngọt, đặc trưng Nguyên Bình mà nơi khác không thể có được. Quy trình từ sản xuất đến chế biến đảm bảo vệ sinh, miến sạch nguyên chất 100%. Miến Nguyên Bình nói riêng và Miến Cao Bằng nói chung, sợi dai, không nát khi nấu, đặc biệt có thể nấu lại mà không bị nhũ. Du khách chỉ cần thưởng thức một bát miến nấu với thịt gà bản địa, nấm hương rừng, là có thể nhớ mãi miến Dong Nguyên Bình. “Hữu xạ tự nhiên hương”, tiếng lành đồn xa, khách thập phương đã tìm đến tận nơi sản xuất, chế biến miến Dong Phan Thanh, Phia Đén-Thành công. Thị trường tiêu thụ ngày càng rộng mở.





Photo: Phạm Khoa



Photo: Lê Hải Hòa



Mùa Xuân cũng là mùa thu hái chè, thường trà Đoòng Pán, sản vật của huyện Quảng Uyên. Sau thời gian “co mình” chịu đựng cái rét mùa đông, cây chè như bừng tỉnh bật mầm xanh. Những đợt xanh ấy đem về chế biến ngay, gọi là chè xuân, cực kỳ thơm ngon. Cây chè Đoòng Pán thực chất là loại chè mọc tự nhiên trong vùng đất Phe ra lít vàng, nâu đỏ xen kẽ giữa núi đồi thấp và núi đá vôi, khí hậu ôn hòa, quanh năm mát mẻ. Người dân phát hiện ra cây chè đậm chất hương vị đã đem từ rừng về trồng trong vườn nhà và trên các vòm nương rẫy. Đến nay, loại chè này được sản xuất chế biến bằng phương pháp thủ công truyền thống, không bị pha tạp hóa chất, chè sạch 100%.

Chè Đoòng Pán thơm ngon, với màu nước xanh ánh vàng mật ong, vị ngọt đậm đà, bùi ngậy, vị chát êm ngọt hậu, hương cốm. Khi thưởng trà ai cũng tấm tắc khen hương vị quyến rũ, thanh khiết, đọng lại rất lâu, mang đến tinh thần nhẹ nhàng, sáng khoái, thăng hoa, đạt được bốn tiêu chí: Thanh, Sắc, Vị, Thần. Vì thế, chè Đoòng Pán rất được người dân bản địa ưa chuộng và hấp dẫn du khách thập phương.

Mùa xuân còn là mùa lễ hội thi bò đẹp, chọi bò ở các huyện: Bảo Lạc, Bảo Lâm, Thông Nông, Hà Quảng trong tháng Giêng, tháng Hai. Tham dự các hội thi là những chú bò to, khỏe, nhưng một trong những giống bò bản địa nổi bật, ưu thế hơn cả là Bò Mông (hay còn gọi là Bò U) ở Bảo Lạc, Bảo Lâm. Giống Bò Mông phù hợp với địa hình đồi núi cao, chịu đựng được thời tiết khắc nghiệt thất thường. Đây là loại bò to cao, khỏe mạnh, đặc biệt con đực có u lớn, toàn thân vạm vỡ, rắn chắc; trọng lượng bình quân mỗi con đực trưởng thành nặng 400 – 500 kg, có con đực đạt kỷ lục trên 600kg, chẳng kém các giống bò nhập ngoại, lai tạo. Thịt Bò Mông là thực phẩm sạch, chất lượng cao, chứa nhiều đạm và các loại vi chất có lợi cho sức khỏe con người. Người ta chế biến thịt tươi thành nhiều món ăn ngon, bổ dưỡng, hấp dẫn và làm thịt bò khô rất ngon cung cấp cho thị trường, được khách hàng ưa chuộng. Chăn nuôi bò thịt ở các huyện: Bảo Lạc, Bảo Lâm và một số địa bàn trong tỉnh đã giúp cho người nông dân thoát nghèo, vươn lên làm giàu từ chính quê hương, bản quán mình.



Photo: Trung Nguyễn

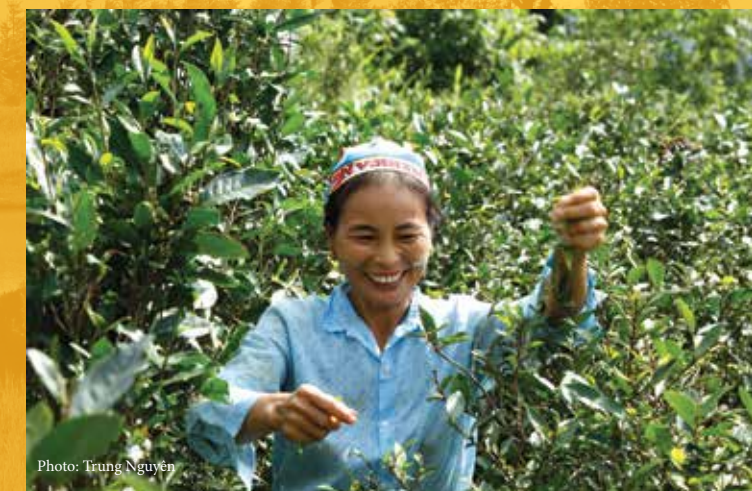


Photo: Trung Nguyễn



Miến dong

HỒNG CỤ



Từ xa xưa ở Cao Bằng đã hình thành những làng nghề làm miến, tuy chưa phải là nổi tiếng khắp cả nước về sản phẩm miến của mình nhưng những làng nghề làm miến bé nhỏ rải rác ở các xã từ Quảng Uyên, Hòa An cho đến Nguyên Bình vẫn được giữ gìn và lưu truyền cho đến ngày nay, để đến hôm nay khi điều kiện kinh tế - xã hội, giao thông... đã phát triển hơn, những sợi miến chân chất của đồng bào ngày càng được ưa chuộng, tỏa đi khắp vùng miến, trở thành một đặc sản nổi tiếng của vùng đất Cao Bằng gạo trắng nước trong.

Làng nghề làm miến ở Cao Bằng nổi tiếng nhất là ở xã Nguyễn Huệ, huyện Hòa An với miến Án Lại và các xã thuộc huyện Nguyên Bình như Phan Thanh, Thành Công, Quang Thành với miến Dong Phja Đén và thị trấn Tinh Túc với miến Mỏ Thiếc nổi tiếng nhiều năm qua. Được trồng trên vùng núi với độ cao từ 600 đến 1.300 m so với mực nước biển, những cây dong riềng ở nơi đây được uống những giọt sương lạnh, tắm những giọt nắng vàng ươm ngọt như mật của vùng cao, hấp thu những tinh túy của bốn mùa nên củ ngọt, thơm, nhiều tinh bột, là nguyên liệu để làm nên những sợi miến dai ngon khó cưỡng.

Mùa Xuân, khi những cơn mưa xuân lất phất mang theo mưa ẩm phủ lên những dãy núi một tấm màn trắng đục, bà con vui những củ dong xuống lớp đất nâu mịn, nhờ mưa ẩm những mầm non nhanh chóng bùng tinh chồi lên mặt đất ngược đôi mắt lạ lẫm nhìn vạn vật xung quanh. Hạ sang, ánh nắng vàng ươm dịu ngọt tưới tắm những chiếc lá rung rinh trong cơn gió mát lạnh. Thu về, những bông hoa màu đỏ, màu vàng tầng tầng lớp lớp đua nhau khoe sắc trên đỉnh non cao báo hiệu mùa thu hoạch sắp



Photo: Linh Dinh



Photo: Linh Dinh



Photo: Trung Nguyên



Photo: Lê Hải Hòa



đến. Cuối thu khi bông hoa dong đỏ thắm cuối cùng rụng xuống, chiếc lá dong cũng ngả vàng là một vụ miến bắt đầu. Quy trình làm miến đòi hỏi từng công đoạn cầu kỳ, tỉ mỉ, ngay từ khâu chọn nguyên liệu. Để có sợi miến ngon, người sản xuất phải chọn loại dong củ to, đều và già. Dong được cắt rễ, rửa sạch rồi cho vào nghiền nát hoặc mài, lọc bỏ bã để lấy tinh bột. Lọc bột nhiều lần cho đến khi đạt độ trắng cần thiết, quá trình lọc sạn cát và tạp chất ra khỏi bột là khâu rất quan trọng. Miến có ngon hay không còn phụ thuộc vào bí quyết pha chế tỷ lệ nước khi đun bột. Bột được đổ vào trong nước có tỷ lệ 90 - 93% nước sôi và 7 - 10 % nước lã, khoảng đến khi bột chín, sánh, cho vào khuôn ép thành sợi miến, rồi dàn miến ra phen đem phơi. Làm miến phải trông trời, phải tranh thủ khi những tia nắng thu còn trải xuống mặt đất mới phơi được miến, sang đông ít nắng miến càng khó làm hơn. Mùa đông vùng cao thường kèm theo mưa phùn, độ ẩm cao, miến làm ra mà không phơi được nắng cũng hỏng, vì thế vào vụ miến phải thật khẩn trương tranh thủ từng ngày nắng.

Miến Cao Bằng không dùng bất kỳ chất phụ gia tẩy rửa nào nên sợi miến có màu nâu tự nhiên. Sợi miến mềm, dai ngọt bền bỉ như những con người vùng cao chân chất bốn mùa mưa nắng làm lưng thắt chiu cho đời những sản vật thơm ngon. Cái màu nâu đen xù xì ấy thoạt nhìn có vẻ không bắt mắt nhưng ăn rồi, thường thức rồi mới thấy được hương vị thơm ngon của từng sợi miến, sợi miến dai, ninh lâu vẫn không bị nát, như món gà tần nhồi miến, có thể đem gà và miến ninh bao lâu cũng được, ninh đến khi gà đã chín nhừ mà sợi miến vẫn dai, ấy mới đích thị là miến Cao Bằng. Sợi miến Cao Bằng như người con gái vùng cao không son phấn, không yếu điệu, cứ mộc mạc chân chất như những gì vốn có phô ra vẻ đẹp khỏe khoắn tự nhiên và tâm hồn chân thật đáng quý. Trong mâm cỗ truyền thống ngày Tết của người Việt, bao giờ cũng có một bát canh miến. Và đối với người Cao Bằng, bát canh miến nấu với thịt gà, kèm mộc nhĩ, nấm hương không đơn giản chỉ là một món ăn, mà nó còn mang đầy hương vị quê hương, góp phần làm cho những bữa cơm tất niên, những bữa ăn sum vầy của nhiều gia đình thêm đậm đà, ấm áp.

Hiện nay, nghề làm miến dong không chỉ là cây xóa đói giảm nghèo của bà con vùng cao mà còn được xem như là sứ giả văn hóa giới thiệu về mảnh đất Cao Bằng với bạn bè bốn phương.



CHÈ *Đoòng Pán* PHAN HUẾ



Cao Bằng là mảnh đất dày tầng văn hóa, địa linh nhân kiệt giàu sản vật thiên nhiên ban tặng cho người dân nơi đây, trong đó, nổi bật là chè Đoòng Pán danh tiếng của xã Độc Lập, huyện Quảng Uyên.

Chè Đoòng Pán là giống chè mọc tự nhiên, bà con dân tộc Nùng nơi đây gọi là “Chè Đông”, nghĩa là chè rừng. Theo những người cao tuổi trong vùng, giống chè được đem từ rừng về trồng, chúng được bôn rể trên vùng đất bán sơn địa Đoòng Pán, có sông suối bao quanh, rừng nguyên sinh xanh quanh năm và đất trầm tích phù sa cổ, khí hậu mát mẻ nên sinh trưởng nhanh và đặc biệt thơm ngon, ít cần đến tay người chăm bón. Một năm, người dân thu hoạch 2 vụ. Vụ xuân bắt đầu thu từ tháng 3 đến tháng 6, vụ đông bắt đầu thu từ tháng 9 đến hết năm. Nếu trồng mới, sau 2 năm, cây bắt đầu cho búp.

Khi thu hoạch chè, phải hái từ tinh sương đến giữa Ngọ, khi búp chè chưa bị nắng gió lấy đi lượng nước ấp ủ qua đêm và chưa kịp bung ra thành lá. Người ta ít hái chè vào ngày mưa vì sẽ làm giảm chất lượng. Công việc thu hái phần lớn đều do phụ nữ đảm nhiệm bởi nó đòi hỏi sự tỉ mỉ, khéo léo, không làm tổn thương búp non.

Búp chè sau khi hái mang về để khoảng nửa tiếng cho héo lá rồi cho vào xao. Việc xao chè thường do những người đàn ông trong gia đình đảm nhiệm. Đây là giai đoạn vất vả nhất và quyết định tới chất lượng chè. Chè được xao trên chảo gang theo mẻ và đủ lâu cho tới khi cánh chè khô quắt lại, búp chuyển từ màu xanh tươi sang màu đen nhạt. Khi ấy, chè được cho ra mẹt để sàng sảy, loại ra những cánh chè không đủ tiêu chuẩn, không xoắn, hoặc bị dập nát ra ngoài. Tiếp đó là công đoạn lấy hương chè. Ở công đoạn này phải làm bằng tay mà không dùng bất kỳ một dụng cụ nào khác mới cảm nhận được nhiệt độ cho phép khi nào búp chè lên



“

....Đây là giống chè cổ, bảo tồn được gen quý, các khâu chế biến đều làm bằng phương pháp truyền thống để giữ hương vị đặc trưng, chất lượng tuyệt hảo...

”



Photo: Trung Nguyen

hương theo ý muốn. Trong toàn bộ các công đoạn chế biến chè, lấy hương đòi hỏi nghệ nhân sự nhạy bén, cảm nhận tinh tế, thuần thực trong thao tác, tập trung cao độ, mới đạt tới thành công. Chè Đoồng Pán luôn giữ được nét đặc trưng vốn có của mình vì canh tác theo quy trình bản địa, không thuốc trừ sâu, không phân hóa học, không chất bảo quản, chè sạch 100%. Hơn nữa, chè nổi tiếng còn bởi quá trình chăm sóc, sự cần cù, siêng năng và nhờ đôi tay khéo léo của người dân trong quá trình thu hái và chế biến.

Chè Đoồng Pán rất ngon, đáp ứng yêu cầu của mọi người. Chè được đánh giá đạt bốn tiêu chuẩn: Thanh, Sắc, Vị, Thần. Trà có màu nước xanh ánh vàng mật ong (Thanh); cánh cong như móc câu, đều đặn, nhìn thẳng màu đen, nhìn nghiêng thì xanh (Sắc); uống vào có vị hơi chát ngọt đậm đà, phảng phất hương cốm quyến rũ, đọng lại rất lâu (Vị); không thể lẫn vào đâu được; đem lại sự sảng khoái, thăng hoa cho người thưởng trà (Thần). **Đây là giống chè cổ, bảo tồn được gen quý, các khâu chế biến đều làm bằng phương pháp truyền thống để giữ hương vị đặc trưng, chất lượng tuyệt hảo**, giá thành cũng vừa phải, dao động từ 400.000 - 600.000 đồng/kg. Đến dịp lễ Tết, người mua phải đặt trước từ sớm, giá Chè khô có lúc lên đến hàng triệu đồng/kg

Uống chè là một thú vui tao nhã, có ý nghĩa quan trọng trong đời sống tinh thần của con người. Thường trà đã trở thành tập quán văn hóa, lịch sử của các dân tộc trên vùng đất Đoồng Pán này. Người ta uống trà để bắt đầu một ngày mới "Bình minh, nhất chén trà" (sáng sớm mặt trời lên, uống chén trà), hoặc bắt đầu câu chuyện nào đó khi sum vầy. Uống trà, như một nhu cầu cần thiết để tri ân, tri kỷ động viên nhau, xua tan nỗi ưu phiền, trần trở trong cuộc sống



mưa sinh. Mỗi khi xuân về, mưa xuân tí tách rơi, những mầm xanh chè Đoòng Pán lại bật lên theo sức xuân căng tràn nhựa sống. Quây quần bên ấm trà để thưởng ngoạn cảnh trí xuân sắc, không khí ấm cúng, tình thân sum họp gia đình đoàn tụ ủa về ngây ngất cùng hương vị chè xuân Đoòng Pán, mãi mãi không thể nào quên.

Đặc biệt, hơn lúc nào hết, khi đặt chân đến đây, lại được thưởng trà ngay giữa nơi trồng chè. Bên bàn trà, mọi người dễ thành bạn bè thân quen gần gũi cảm thông, niềm vui được nhân lên và vơi đi nỗi nhọc nhằn, vất vả trên dặm đường dài đã qua; lấy lại tinh thần phấn chấn khỏe khoắn để đi tiếp chuyến du hành hay trở lại cố hương. Du khách nào qua đây cũng không quên mua chè Đoòng Pán về làm quà cho người thân, gia đình. Chè Đoòng Pán xứng danh là sản vật quý của Cao Bằng, rất cần được mở mang diện tích, đầu tư cho sản xuất thành nguồn hàng hóa lớn và xây dựng thương hiệu có khả năng cạnh tranh trên thương trường.



Mùa hạ

HỒNG CƯ

NẮNG HẠ TRẢI VÀNG MÊNH MANG TRÊN NHỮNG RUỘNG LÚA ĐƯƠNG THÌ CON GÁI, TỪNG CƠN GIÓ HIU HIU CHẠY QUA CẢNH ĐỒNG CUỐN THEO MÙI THƠM CỦA ĐỒNG LÚA XUÂN THÌ, NGÂY NGẮT, VẤN VƯƠNG VÀ QUYẾN LUYẾN CON NGƯỜI TA ĐẾN LẠ. GIÓ HẠ MIỀN NÚI KHÔNG BỨC BỐI NHƯ GIÓ LÀO, NÓ MÁT LẠNH ÊM DỊU, GIỮA TRỜI NẮNG GẮT CHỈ CẦN MỘT CƠN GIÓ ÀO QUA LÀ THẤY MÙA HÈ DỊU LẠI.



Thạch đen dai và giòn để trong tủ lạnh có thể bảo quản được hàng tuần, khi ăn có thể cắt miếng cầm tay ăn luôn hay xắt hạt lựu cho vào chè, sữa đậu hoặc các món khác đều ngon.

Lũ trẻ con ham chơi quên lời mẹ dặn, buổi trưa hè bơi lội bì bõm ngoài con suối đục ngầu nước lũ, đến khi môi thâm đen, mười đầu ngón tay teo tóp hết mới lóp ngóp bò lên bờ. Giờ đây có lẽ chỉ có trẻ con vùng quê ở một số nơi là được tận hưởng một mùa hè đúng nghĩa, là những buổi chăn trâu, lấy củi ướt đầm mồ hôi, là cả ngày rong ruổi trên những đồng cỏ cháy nắng hái những quả sim đen nhánh chín mọng, những quả mua như chùm hoa, ăn đến nổi đen cả lưỡi. Mùa hè có cơ man nào các loại quả rừng, nào là quả mâm xôi chua chua ngọt ngọt, quả sim chín mọng, trái ổi vàng ươm thơm nức, trái vả đỏ lựng mát lạnh, đủ thứ quả có thể ăn được khiến cho một ngày lên rừng là một ngày kỳ thú.

Hai bên bờ những con sông Quây Sơn, sông Bắc Vọng là đồng lúa xanh mơn mớn, ánh nắng vàng óng ả sau mưa tưới lên khung cảnh một màu vàng tinh khôi. Hai con sông chạy qua những cánh đồng thơm mùi hương lúa, dòng sông soi bóng khóm tre nghiêng nghiêng rú mình như thiếu nữ chải tóc, sông lặng lẽ những vòng quay của chiếc cọn cứ miệt mài đưa nước về ruộng, về bản. Văng vẳng đâu đây tiếng đàn vịt ì oạp lẩn khuất trong những thửa ruộng hòa lẫn với tiếng nước chảy, âm thanh như một bản giao hưởng từ thiên nhiên cứ ngân lên đến say lòng.

Vào các huyện miền Tây, con sông Gâm cuộn cuộn mùa lũ. Như cái tên của nó: "Gâm", nghe như tiếng gấm của con mãnh thú nơi núi rừng hoang sơ gợi lên cảm giác vừa vừa hoang dại, vừa bí hiểm. Không phải con sông hiền hòa như Quây Sơn, Bắc Vọng, sông Gâm chảy men theo các



sườn núi, hai bên là vách đá dựng cheo leo, dưới lòng sông không biết bao nhiêu là ngô gác thông với các hang động trong núi càng khiến con sông trở nên kỳ bí. Sông Gâm nhiều hang hốc cồn cào mùa nước lũ, là chỗ trú ẩn cho tôm cá với nhiều loài cá đặc sản quý hiếm như: cá diêm xanh, anh vũ, cá chiên, cá sộp... Mùa hè nước lũ lên cuốn theo đàn cá tôm làm quà cho con người. Cá ở sông Gâm do phải lội ngược dòng nước chảy xiết nên thịt rất săn chắc, ngon nức tiếng gần xa. Chế biến món cá sao cho ngon thì hẳn nhiều người rất sành, nhưng món cá chua ướp mè thì chưa nhiều người được thưởng thức, cá sông Gâm ướp mè để dành hàng năm mà thịt vẫn bóng hồng săn chắc ăn một lần nhớ mãi không quên.

Trong vườn nhà, quả mắc mật đã vào vụ, những chùm quả xanh dần chuyển màu vàng cho thứ quả ăn, thứ gia vị thơm ngon không thể thiếu trong nhiều món ăn của người Cao Bằng. Thịt vịt om mắc mật, chân giò hầm mắc mật, sườn lợn nấu mắc mật, măng ớt ngâm mắc mật... Mùa hè, mắc mật chín vàng căng mọng người dân thu hái, phơi khô, ướp muối để dùng quanh năm.

Mùa hè, là lúc những cánh đồng lạc trải dài từ Hà Quảng, Thông Nông, Thạch An cho đến Quảng Uyên, Trà Lĩnh, Trùng Khánh vào vụ. Lạc đỏ Cao Bằng năng suất không cao, hạt nhỏ, nhưng nếu ai đã từng được thưởng thức cái vị thơm, vị ngọt đậm đã trong mỗi hạt lạc đỏ nơi đây hẳn sẽ không thấy lạc ở đâu ngon nữa. Lạc là thức ăn không thể thiếu được trong văn hóa ẩm thực của người Tày, Nùng nơi đây. Lạc làm nhân bánh gai, bánh rộm, bánh khảo, xôi lạc, kẹo lạc, lạc rang... Thật khó diễn tả hết bằng lời cái hương vị vừa thơm vừa bùi, vừa giòn, vừa ngọt cứ theo người mãi không thôi. Kẹo lạc còn trở thành đặc sản nổi tiếng của huyện Quảng Uyên, thứ quà quý gói ghém tình cảm quý mến của người Cao Bằng với khách phương xa.

Hè đến, trên những chòm đá vôi có một loài cây dây leo khắc khổ ôm lấy thớ đá cần mẫn vươn từng chiếc rễ hút chất dinh dưỡng nuôi cây, để rồi thai nghén và nuôi dưỡng một loại quả màu xanh bên trong chứa đầy những hạt nhỏ li ti màu vàng, là nguyên liệu để làm nên một thức thạch "thần thánh". Thạch Mác Púp của Trùng Khánh, màu trong như nắng thu, ăn vừa mềm vừa dai, vừa thanh, vừa mát, là thức quà giải khát tuyệt diệu của mùa hè không đâu có được. Quả Mác Púp chỉ bám và mọc trên những vách đá, không dễ mà hái được nên rất hiếm và quý, càng quý hơn khi nó là một loại thạch rất khó làm. Để làm được một cốc thạch trắng vừa mềm, vừa dai thật chẳng dễ, nếu cho quá nhiều hạt thạch sẽ vừa cứng vừa chua, nếu cho quá ít, thạch lại không đông, nếu có cho đúng tỷ lệ rồi mà trong quá trình vò không nhanh tay thì cũng hỏng. Lại còn nước, nước để vò thạch trắng cũng rất kén, có người mua cả cần hạt đi nơi khác làm mà chẳng nên cũng bởi do nước, nghe nhiều người nói, thạch Mác Púp chỉ hợp với nước đá vôi của Trùng Khánh mà thôi. Thạch trắng như một cô nàng đồng đảng khó chiều, nhưng nếu chiều được lòng nàng thì nàng tất chẳng phụ.



Thạch Mác Púp của Trùng Khánh, màu trong như nắng thu, ăn vừa mềm vừa dai, vừa thanh, vừa mát, là thức quà giải khát tuyệt diệu của mùa hè không đâu có được.



Mùa hè muốn thưởng thức thạch trắng thì về Trùng Khánh, còn muốn ăn thạch đen thì sang Thạch An. Cây thạch đen phơi khô là thành phẩm của những âu thạch bán khắp mọi nẻo trên đất Cao Bằng, theo chân người lên những chuyến xe đi các tỉnh làm quà. Thạch đen dai và giòn để trong tủ lạnh có thể bảo quản được hàng tuần, khi ăn có thể cắt miếng cầm tay ăn luôn hay xắt hạt lựu cho vào chè, sữa đậu hoặc các món khác đều ngon. Ngoài thạch đen, huyện Thạch An còn có giống bí xanh thơm ngon, người bản địa vẫn tự hào gọi là bí Hương. Bí ở đây quả to, hơi ngắn, quả bí chín được phủ một lớp phấn màu trắng bạc, ăn rất mát và ngọt. Bí Hương Thạch An khi nấu chín ngoài vị ngọt thanh mát còn có mùi thơm không loại bí nào có được, một mùi thơm rất khó tả, vừa như mùi cốm, vừa như mùi lá nếp nhưng vẫn có mùi đặc trưng của bí xanh. Bí luộc, bí cuộn thịt, bí xào... đều rất ngon và nhất là làm mứt thì không chê vào đâu được. Bí Hương Thạch An là một trong số ít loại bí xanh có thể dùng làm mứt. Những quả bí được thái miếng ngâm vôi, phen chua, sên với đường... sẽ cho ra những miếng mứt trắng ngà, trong vắt, ăn thơm, ngọt đến tê đầu lưỡi.

Mùa hè còn có những cái tết cổ truyền đặc trưng của người miền núi, ngày mùng 6 tháng 6 Âm lịch có tết “so lộc”, hay còn có tên gọi khác Tết “khoăn vại” (vía trâu). Theo quan niệm của người Tày, Nùng tết “khoăn vại” là dịp để đi thăm lúa, báo cáo tổ tiên lúa được mùa, vào ngày này hàng năm người dân ăn tết với thịt vịt, và cùng nhau làm bún, trước là để cúng ông bà tổ tiên, cúng Thổ công của làng, cũng là dịp nghỉ ngơi sau một mùa vụ vất vả. Ăn trưa xong người lớn gói cho trẻ con thịt vịt hoặc thịt gà để mang đi đồng ăn, nhà nào có nhiều, gói hẳn một con, nhà ít thì nửa con, nếu không có điều kiện chỉ cần cái coong là phần khởi lăm rồi, đây gọi là tục “tái cay tấc” của trẻ con người Tày, Nùng miền Đông Cao Bằng. Phong tục tốt đẹp ấy bắt nguồn từ một cộng đồng lấy sản xuất nông nghiệp làm chủ đạo. Làm nông thì không thể nào thiếu sức kéo, đó chính là trâu bò, ông bà ta có câu nói “con trâu là đầu cơ nghiệp”. Tết “so lộc” còn có tên gọi khác là tết Khoăn vại (vía trâu), là tết thu vía, trả công cho trâu, bò và trong đó có công trẻ em mục đồng chăn thả coi sóc trâu, bò sau vụ mùa cày cấy vất vả đã hoàn thành. Phong tục “tái cay tấc” của người Tày, Nùng miền Đông Cao Bằng có lẽ chính là cách người lớn thể hiện sự quan tâm đối với trẻ mục đồng quanh năm vất vả chăn trâu để đến vụ mùa, người lớn có những con trâu béo khỏe do chúng chăm bẵm để



cày bừa. Nó không chỉ là cách ngấm cảm ơn của người lớn mà còn là sự thể hiện tình yêu con trẻ, đó là một phong tục vô cùng tốt đẹp, nhân văn của một cộng đồng người sống có trước có sau.

Ăn tết “so lộc” xong, hơn tháng sau lại đến tết Rằm tháng 7, Tết lớn thứ 2 sau Tết Nguyên đán. Tết rằm tháng 7 người Cao Bằng cũng thịt vịt, làm bún, bánh gai, để thờ cúng tổ tiên và các vong hồn không nơi chốn. Vào ngày này, những cô con gái đã đi lấy chồng sẽ cùng chồng về thăm bố mẹ tổ tiên, anh con rể không quên chuẩn bị một đôi vịt thật béo để mang về biếu bố mẹ vợ, thập hương cảm tạ ông bà tổ tiên, cảm ơn bố mẹ đã sinh thành, nuôi dưỡng cho mình một người vợ thảo hiền, gọi là tục “pây tái”, gần giống với tục “đi sêu” của người Kinh. Rằm tháng 7 người người Cao Bằng ăn tết to chẳng kém gì tết Nguyên Đán, cũng ăn tết trong ba ngày từ ngày 13 đến ngày 15 tháng 7 Âm lịch.

Mùa hạ ở Cao Bằng là mùa của những cái tết cổ truyền độc đáo thấm đẫm chất nhân văn và bản sắc văn hóa dân tộc, mùa của những thức quà ngon lạ mê đắm lòng người.



NGỌT BÙI LẠC ĐỎ

Cao Bằng

PHƯƠNG OANH

Cây lạc dễ trồng, phù hợp với khí hậu thổ nhưỡng Cao Bằng. Lạc đỏ Cao Bằng là giống lạc địa phương có từ lâu đời được nhân dân duy trì trồng và phát triển, được trồng chủ yếu ở các huyện Hà Quảng, Trà Lĩnh, Thông Nông, Quảng Uyên. Lạc đỏ có nhiều đặc tính tốt như thời gian sinh trưởng trung bình, hạt màu đỏ sẫm, tỷ lệ nhân/quả cao, quả chắc mẩy, màu sắc vỏ lạc sáng đẹp, chất lượng hạt thơm ngon, phù hợp thị hiếu người tiêu dùng.

Lạc là một thực phẩm có nhiều giá trị trong cuộc sống, ngoài việc làm đa dạng các món ăn, lạc còn có nhiều công dụng với sức khỏe, bổ tỳ vị, nhuận phế, tiêu đờm, điều hòa huyết khí, tiêu sưng, cầm máu, lợi tiểu, tăng tiết sữa, mát họng, giảm cholesterol, chống lão hóa, phòng chống các bệnh về tim mạch. Lạc đỏ còn chế biến làm nhân bánh khảo, bánh gai, bánh cuốn; làm Khẩu Sli là một loại bánh đặc sản truyền thống đã có từ lâu và được nhiều người biết đến trên địa bàn xã Phú Ngọc, huyện Hà Quảng. Bánh Khẩu Sli được chế biến theo công thức cổ truyền, từ các nguyên liệu sẵn có của địa phương như gạo nếp, lạc, đường mật và được sản xuất theo phương pháp thủ công gia truyền với nhiều công đoạn khác nhau, như: đồ xôi, phơi, giã, sấy, sàng, rang.... bánh có mùi vị rất đặc trưng, thơm, ngon và bổ dưỡng “Khẩu Sli” có nghĩa là “Bánh bóng gạo nếp có chứa lạc. Thứ bánh này trước kia được người dân làm trong dịp Lễ, Tết





Photo: Linh Đinh



Photo: Linh Đinh



Photo: Lê Hải Hòa



hay nhà có việc trọng đại. Hiện nay Khẩu Sli đã trở thành đặc sản nổi tiếng, ngày càng được tiêu thụ rộng rãi trên địa bàn và được du khách thập phương ưa chuộng, một món quà không thể thiếu của mỗi du khách khi đến tham quan huyện Hà Quảng.

Lạc đỏ Cao Bằng còn nổi tiếng với kẹo lạc chế biến hoàn toàn thủ công không hề có chất bảo quản của huyện Quảng Uyên. Để làm món kẹo lạc, đầu tiên phải chọn được hạt lạc đều, bóng. Lạc ngon phải là lạc đỏ có vị ngậy, bùi hơn lạc trắng. Mỗi mẻ kẹo lạc thường làm từ 3 - 4 kg lạc, rang trong khoảng 1 giờ. Khi rang lạc để lửa nhỏ vừa phải, rang đều tay tránh hạt lạc bị cháy. Lạc rang chín, ủ cho giòn rồi tách sạch vỏ. Kẹo lạc ngon, quan trọng nhất chính là khâu nấu đường. Trước tiên đun đường tan chảy rồi dùng túi lưới hoặc vải màn để lọc đường, loại bỏ cặn. Sau đó đun tiếp cho đến khi đường có màu đẹp và đạt được độ giòn, dẻo. Thời gian nấu đường kéo dài từ 45- 60 phút. Khi nấu xong, bắc chảo đường ra, đổ lạc vào đảo đều tay. Quá trình trộn, đảo lạc chừng 30 phút. Sau đó tiến hành lăn và thái kẹo lạc thành miếng. Mỗi khi Tết đến, nhà nào cũng nấu kẹo lạc để mời khách khi tới nhà. Kẹo Quảng Uyên là thứ quà quê mang đậm hương vị đặc sản “cây nhà lá vườn”, kẹo giòn tan, thơm ngậy mùi lạc, dễ ăn được nhiều người ưa thích.

Sản phẩm Lạc đỏ Cao Bằng trở thành một trong những sản vật “đặc sản” địa phương, có thể mạnh và tiềm năng cạnh tranh trên thị trường, góp phần giúp nông dân cải thiện đời sống, đem lại hiệu quả kinh tế cao, là cây công nghiệp ngắn ngày chủ lực mũi nhọn sản xuất theo hướng hàng hóa hứa hẹn nhiều tiềm năng, phát huy thế mạnh của địa phương thúc đẩy kinh tế - xã hội phát triển.





Photo: Trung Nguyễn

Bí Hươu

(BÍ THƠM)

PHAN HUẾ



BÍ HƯƠNG TIẾNG TÀY GỌI LÀ PHẶC MOONG (LOẠI BÍ ĐƯỢC BAO PHỦ BỞI LỚP PHẤN MÀU TÀN TRO), LÀ GIỐNG ĐỊA PHƯƠNG, RẤT DỄ CHĂM SÓC, ÍT SÂU BỆNH, ĐẶC SẢN CỦA XÃ LÊ LAI, HUYỆN THẠCH AN.

Bí hương được gieo vào tháng 2 Dương lịch. Đầu mùa hạ, khi thời tiết nóng dần lên những giàn bí xanh mướt uốn lượn bên sườn đồi, sườn núi là những bông hoa bí vàng len lỏi, điểm xuyết giữa cánh rừng xanh. Thời điểm hoa rụng nhất là vào tháng 4, tháng 5, khi hoa nở rộ. Với cách gieo hạt rồi lấy cây mầm đem trồng. Sau khi trồng khoảng 70 đến 80 ngày đã cho thu hoạch quả non, thời gian sinh trưởng có thể kéo dài đến 120 ngày, năng suất trung bình đạt từ 15 - 30 tấn/ha. Với những đặc điểm là toàn bộ thân, lá, hoa và quả có mùi hương vì vậy đứng ở dưới giàn bí có thể cảm nhận được mùi thơm nhẹ, khoan khoái. Bí hương có dáng quả ngắn hơn bí đao (bí xanh) thông thường, vỏ dày cứng. Trọng lượng bình quân từ 1,5 - 4kg/



Photo: Linh Dinh



quả, chiều dài trung bình khoảng 20 - 30 cm, đường kính khoảng 10 - 20 cm, thịt quả màu phớt xanh, thơm, dẻo, vị đậm, rất hấp dẫn người sử dụng. Từ lúc trồng đến khi thu hoạch, cây bí hoàn toàn mọc tự nhiên mà không hề phun hay dùng bất cứ một loại thuốc hoá học nào đã đảm bảo an toàn và tạo được niềm tin cho người tiêu dùng. Điều này đã góp phần mở rộng thị trường cho loại thực phẩm sạch của địa phương thêm phát triển.

Bí hương không chỉ là món ăn mà theo y học cổ truyền, bí vị ngọt nhạt, tính mát, có công dụng thanh nhiệt, giải nhiệt và làm tan đờm, làm mát ruột và hết khát, lợi tiểu, giải độc và giảm béo. Thường được dùng để chữa các chứng bệnh hô hấp, phù do bệnh thận, bệnh gan, phù khi mang thai... Ngoài ra, bí hương còn được xem là một trong những loại thuốc có tác dụng thanh nhiệt, chữa được nhiều bệnh như hen suyễn, ho gà, ngộ độc, giúp da đẹp, dáng thon.

Thời điểm thu hoạch là khi vỏ bí có màu xanh đậm hoặc xanh phủ phần trắng, thông thường bà con nơi đây sẽ cắt bí vào buổi sáng, để cả cuống, bọc báo cẩn thận để vận chuyển. Bí ở nơi đây có hương vị tinh tế, làm nên sức hút lôi cuốn không thể chối từ đối với các du khách khi đến với huyện Thạch An, tỉnh Cao Bằng. Lúc chế biến, bí đao thông thường có màu xanh thẫm, trong khi bí hương màu xanh phớt, có độ dẻo và mùi thơm đặc trưng. Bí hương dùng làm thực phẩm nấu ăn rất ngon. Bí có thể làm thành nhiều món như: nộm bí, bí nhồi, bí cuộn, sinh tố bí và mít bí. Mít bí Lê Lai ngon hơn mít bí được làm ở nơi khác đặc biệt là mít bí sản xuất công nghiệp vì mít bí có hương thơm tự nhiên chứ không dùng đến các chất phụ gia.

Người dân nơi đây coi cây bí như người bạn tri kỷ vì loại cây này được trồng từ nhiều đời nay. Từ những bậc cao niên cho đến các em nhỏ hay những con người sinh sống trong làng - họ chính là nhân tố quan trọng để bí hương mãi trường tồn cùng thời gian, là một nét văn hóa cộng đồng đặc sắc trong phong cách ẩm thực riêng có của địa phương.

Photo: Tùng Nguyên



Photo: Lê Hải Hòa



THẠCH ĐEN LÀ MÓN ĂN
DÂN DẪ VÀ QUEN THUỘC
XUẤT XỨ TỪ HUYỆN
THẠCH AN - VÙNG QUÊ
NỔI TIẾNG VỚI NHỮNG
CÂU HÁT LƯỢN SƯƠNG VÀ
NHỮNG NƯƠNG RẪY TRÔNG
CÂY THẠCH ĐEN TRẢI DÀI
XANH NGỨT TẦM MẮT



Thạch Đen

PHAN HUẾ

Tại huyện Thạch An, cây thạch đen được người dân trồng từ những năm 70 của thế kỷ trước với diện tích khoảng 200 ha, hiện nay có khoảng 350 ha trồng thạch đen, tập trung chủ yếu ở các xã Trọng Con, Đức Thông, Canh Tân, Minh Khai, Quang Trọng

Thạch đen là loại cây thân thảo, cao khoảng 40 – 60 cm; thân 4 cạnh, phân nhánh nhiều, tỏa ra trên mặt đất giống như cây bạc hà. Cây thạch đen được trồng từ tháng 4, 5 Âm lịch. Do phù hợp với khí hậu, thổ nhưỡng nơi đây nên cây thạch đen phát triển rất tốt, không phải sử dụng phân bón thuốc bảo vệ thực vật, có thể trồng được cả ở rẫy và ở ruộng. Trồng khoảng 4 - 5 tháng có thể thu hoạch. Khi thu cần cắt sát gốc, thân và lá thu về rải đều, phơi nhẹ 1 nắng sau đó đánh đồng lại 1 - 2 ngày mới đem ra phơi tiếp khoảng 2 - 3 ngày là khô, rồi bó lại cất dùng. Cây phơi khô để trên gác bếp, không cần bảo quản cầu kỳ, không sử dụng các loại hoá chất chống mốc, chống ẩm.

Món thạch được chế biến bằng cách rửa sạch cành, lá cây thạch khô rồi được nấu nhừ, bắc ra để nguội, đổ nước vào túi vải sạch, vắt lọc lấy nước bỏ bã, rồi quấy với bột lọc và đường, nấu sôi, quấy đều cho đến khi thạch bắt đầu sánh thì sẽ được đổ vào hộp, chờ nguội là có thể ăn. Mất khoảng 4-5h đồng hồ để làm xong một mẻ thạch thơm ngon. Thành phẩm làm ra phải dai, có độ giòn, dậy mùi thơm của lá, đen bóng như thể soi gương được. Khi ăn vào có vị thanh mát, thơm nhẹ của lá

“ Món thạch được chế biến bằng cách rửa sạch cành, lá cây thạch khô rồi được nấu nhừ, bắc ra để nguội, đổ nước vào túi vải sạch, vắt lọc lấy nước bỏ bã, rồi quấy với bột lọc và đường vào, nấu sôi, quấy đều cho đến khi thạch bắt đầu sánh thì sẽ được đổ vào hộp, chờ nguội là có thể ăn.



thạch đen. Thạch có thể ăn riêng hoặc ăn cùng với chè, tào phớ, sữa đậu...Thạch đen không chỉ là một thứ giải khát thông thường mà còn là một loại thuốc với hàm lượng Polyphenol, tanin, pectin chiếm trên 50%. Đây là những chất làm tăng đáng kể tính giãn nở của mạch máu, chống oxy hóa, giảm cholesterol trong máu. Ngoài ra, lá cây thạch đen có vị hơi ngọt, tính mát, có công dụng mát gan, thanh nhiệt, nhuận tràng, trị cảm mạo, hỗ trợ ổn định huyết áp, chống lão hóa.

Nếu ai đã từng được nếm thử thạch đen Thạch An được làm thủ công chắc chắn sẽ không thể nào quên vị thơm, thanh mát và dẻo dai của loại thạch có một không hai này bởi hương vị tươi mát, tự nhiên của thạch có được là sự kết tinh của công sức và với tình yêu, sự gắn bó lâu năm với cây thạch vì những người nông dân họ làm thạch với cả tấm lòng. Làm thạch đen được coi như nghề thủ công truyền thống truyền từ đời này sang đời khác.



Photo: Lê Hải Hòa



“

Mác púp là dạng cây leo thân gỗ cứng cáp thô ráp thường bám vào các loại cây như: Cây gạo, Sau sau, Cây sung ... và trụ trên các mỏm đá vôi để sinh tồn, phát triển.

”



Thạch mac púp

ĐẶC SẢN CAO BẰNG

LÊ CHÍ THANH

Vùng biên viễn Trùng Khánh từ lâu nổi tiếng với danh thắng Bản Giốc hùng vĩ, dòng Quây Sơn xanh biếc, bốn mùa chảy uốn lượn dưới chân núi trùng điệp, hùng vĩ, tạo nên khung cảnh sơn thủy hữu tình, bình yên làm xao xuyên lòng người. Bên cạnh thiên nhiên tươi đẹp, vùng đất này còn có nhiều sản vật nổi tiếng như: Hạt dẻ, tương... và món thạch Mac púp tinh khôi tựa pha lê. Những ngày hè, chỉ cần thưởng thức cốc thạch Mac Púp, từng giọt mát ngọt thấm dần vào cơ thể là có thể xua tan ngay nỗi nhọc nhằn vất vả của tiết trời oi bức, con người trở nên khỏe mạnh, tinh thần phấn chấn.

Mác Púp là dạng cây leo thân gỗ cứng cáp thô ráp thường bám vào các loại cây như: Cây gạo, sau sau, cây sung ... và trụ trên các mỏm đá vôi để sinh tồn, phát triển. Cây Mac Púp có thời gian sinh trưởng khoảng 2 - 3 năm mới cho quả. Hằng năm, vào cuối vụ xuân, Mac Púp nở hoa, kết trái khoảng từ tháng 3 đến tháng 4 Âm lịch. Khoảng tháng 7 - 8 Âm lịch, bà con bắt đầu thu hái. Lúc này quả đã căng vỏ, mẩy như quả trứng gà, màu xanh sáng rõ, chắc hạt, treo lơ lửng đong đưa trên các nhánh cây, người ta đem vào túi vải hoặc bao tải mang về nhà. Dùng dao sắc bổ tư quả ra rồi bóc lột vỏ tách lấy hạt đem phơi nắng nhẹ để khô dần, bảo quản chu đáo.

Để có được cốc thạch mát dịu, ngọt lành thơm ngon, người ta phải tiến hành các thao tác kỹ thuật chế biến một cách cẩn trọng tỉ mỉ. Trước tiên, đổ nước sôi để nguội xuống chậu theo công thức: cứ 2,5 - 2,7 kg nước tương ứng với 1,66 lạng hạt quả khô cho vào túi vải rồi vò nhẹ trong khoảng 15 phút. Khi thấy xuất hiện vẩn màu trắng đục phủ gần kín trên bề mặt nước là được. Để yên chậu nước thạch khoảng 1- 2 tiếng, thạch sẽ đông chắc hoàn toàn. Mỗi chậu thạch theo công thức trên ta sẽ có khoảng 2,5kg đến 3kg thạch sản phẩm chất lượng hảo hạng. Thạch chất lượng tốt phải trong như pha lê, độ kết dính cao, rắn và dẻo, ít nước trong chậu. Quá trình sản xuất thạch là vậy, song, khâu chế biến ra thành phẩm giải khát không kém phần quan trọng nhằm đảm bảo chất lượng cao cho người sử dụng. Công cụ chế biến gồm con dao nhỏ có cán, phần



Photo: Lê Hải Hòa

Mác púp phân bố khắp nơi trên địa bàn tỉnh Cao Bằng. Tuy nhiên, phát hiện thấy nhiều nhất và biết sử dụng làm thạch trắng chủ yếu ở huyện Trùng Khánh.



lưới không sắc dài khoảng 20 cm bằng thép không rỉ và một số cốc thủy tinh, dày sạch bong đặt sẵn bên chậu thạch. Người ta chế đường phen hoặc đường hoa mai đun nước sôi lên đủ độ ngọt để pha vào cốc thạch; sau đó, dùng chiếc muôi, hoặc con dao cắt từng khoanh thạch trong chậu ra bỏ vào chừng 2/3 cốc, rồi dùng dao đánh ngang, dọc tách thạch ra thành những mảnh nhỏ, tiếp đó là tra nước đường vào gần đầy cốc thạch. Mỗi cốc cắm một cái thìa nhỏ cho người dùng. Cốc thủy tinh dày, trong suốt, những hạt thạch pha lê lóng lánh hòa quyện cùng với nước đường sánh màu nâu sáng phảng phất mùi thơm dịu, ai cũng muốn thưởng thức ngay. Theo như người dân địa phương, thạch Mác Púp ăn vào làm mát trong, lợi tiểu, trị được chứng đau bụng. Người ta lấy thân cây Mác Púp, củ cây Khi cây, vỏ cây Rôm nao và thân rễ cây Xỏm bản để pha chế, sắc nước uống chữa lành hậu sản cho phụ nữ.

Một ngày hè đến thác Bản Giốc, động Ngườm Ngao để thư thái đắm say cảnh trí thiên nhiên tuyệt vời, lại có trong tay cốc thạch trắng xứ sở và nghe những làn điệu dân ca ngọt ngào, trữ tình của Hát Then - Đản Tính, Sli, Lượn, Dá hai do các chàng trai, cô gái Tày, Nùng trình diễn, khách lữ hành sẽ dùng dằng, vương vấn chẳng muốn chia tay.

Mác Púp phân bố khắp nơi trên địa bàn tỉnh Cao Bằng. Tuy nhiên, phát hiện thấy nhiều nhất ở huyện Trùng Khánh và cũng chỉ ở đây người ta mới có thể làm được loại thạch trắng nổi tiếng. Nghiên cứu về điều kiện tự nhiên, khí hậu, địa hình, thời tiết, chúng ta có thể nhân giống phát triển đại trà trên khắp địa bàn tỉnh. Đó là công việc của các nhà Nông học với sự quan tâm vào cuộc của ngành Nông nghiệp và Phát triển nông thôn, cây thạch Mác Púp sẽ được nuôi trồng, chăm sóc qua bàn tay con người, chắc chắn năng suất, chất lượng còn cao hơn. Người nông dân có thể cải thiện đời sống và làm giàu bằng chính cây Mác Púp quê nhà. Lúc đó, cây Mác Púp trở thành hàng hóa có thương hiệu; tiếng thơm, tiếng lành còn bay xa, hấp dẫn du khách đến nhiều hơn để thưởng ngoạn miền non nước giàu đẹp Cao Bằng.



Mùa Thu

HỒNG CỤ

CUỐI THU GỌI VỀ GIÓ HEO MAY, GỌI VỀ SẮC VÀNG MƠ MỘNG LEN LỎI KHẮP KHÔNG GIAN. MÙA THU VÀNG TRÊN GÁC BẾP NƠI NHỮNG CHÙM NGÔ NHƯ NHỮNG BÔNG HOA TREO NGƯỢC ĐỀU TẮM TẮP, TRÊN THANH XÀ NGANG TRƯỚC HIÊN NHÀ VÔ TÌNH LÀM VẬT TRANG TRÍ SÁNG BỪNG CĂN GÁC NHỎ. MÙA THU VÀNG NHUỘM THẨM NHỮNG CÁNH ĐỒNG NHỎ XINH DƯỚI CHÂN NÚI MỜ SƯƠNG. MÙA THU VÀNG NHỮNG BÔNG LÚA CĂNG TRÒN TRÍU HẠT, VÀNG NHỮNG “CON” RƠM THƠM NHẮN NHA NGOÀI ĐỒNG CHỜ NGÀY THEO CHÂN NGƯỜI VỀ NHÀ LÀM THỨC ĂN DỰ TRỮ CHO NHỮNG NGƯỜI BẠN CỦA NHÀ NÔNG.





Photo: Lê Hải Hòa

Mùa thu đánh thức chiếc vỏ gai còn dùng dằng chưa muốn mở mắt cho những hạt dẻ căng tròn mở mắt nhìn bầu trời xanh thăm thẳm. Mùa thu, đất Cao Bằng cũng đẹp mơ màng như biết bao địa danh khác trên dải đất hình chữ S này bởi vì trong tiết trời thu luôn có một nàng thơ ẩn dấu trong sức sống muôn đời bất diệt.

Như có hẹn với mùa thu, khi cái nắng hanh hao tràn về phủ lên vạn vật một màu vàng dịu nhẹ, những cánh đồng len lỏi dưới chân núi nối đuôi nhau lớp này đến lớp khác tự thay cho mình chiếc áo vàng óng ả. Đồng lúa ở Cao Bằng không phải được hình thành từ những thửa ruộng bậc thang nối tiếp nhau trên những sườn đồi như ở vùng Tây Bắc, nơi đây có những cánh đồng xen giữa núi như những dải lụa mềm vắt qua thung lũng của núi đá cheo leo.

Thu sang, dải lụa xanh ngày nào đổ vàng gọi về mùa cốm mới, những bọc cốm được gói bằng lá chuối xanh ngắt như gói cả tấm lòng thơm thảo của đồng bào rủ nhau xuống phố. Cốm ở nơi khác có thể có quanh năm nhưng trên đất Cao Bằng do điều kiện canh tác còn hạn chế, chỉ có mùa Thu mới có cốm, cốm trở thành món ăn quý theo mùa. Cốm được tỉ mỉ đồ, giã, sàng, sấy dưới bàn tay to bản chai sẵn của những người phụ nữ mặc áo chàm xanh thắm với nụ cười móm mém đôn hậu. Cốm được làm thành món bánh dài nhọn như cái sừng bò làm quà cho trẻ con, được gọi âu yếm như hình dạng của nó: “Coóc mờ” (sừng bò) mà có lẽ chỉ có trẻ em Cao Bằng mới có niềm phúc được thưởng thức món bánh đặc biệt này. Cốm Cao Bằng ngon vì được làm từ những loại gạo nếp thượng hạng: nếp Hương ở Bảo Lạc, nếp Pi Pát ở Hòa An, Thành phố, Nếp Ong (Khẩu Phẳng) ở Trùng Khánh. Những loại gạo nếp này từ khâu trồng đến thu hái đều phải rất tỉ mỉ. Nếp được cấy trên những thửa ruộng màu mỡ, khi thu hoạch phải hái từng bông, bó thành từng nắm để trên gác bếp hong khô dần mới vỏ tách hạt. Những hạt gạo to tròn màu trắng đục khi nấu lên từng hạt cơm vẫn căng tròn, bóng bẩy như được phết mỡ, đứng xa cả chục mét vẫn ngửi thấy mùi thơm ngát... thì làm gì mà cốm chẳng ngon.

Vườn cây dẻ đã bắt đầu ngả màu, quả gai sắc nhọn xanh ngắt ngày nào đã chuyển màu nâu rồi từ từ tách vỏ để lộ những hạt tròn nâu bên trong. Dưới cái nắng thơm của mùa thu, cây dẻ thì thào cùng ngọn gió heo may kể về quá trình thai nghén những đứa con, những hạt dẻ tròn trịa đang được vuốt ve bởi bàn tay con người một cách mẫn nguyện. Mùa thu có cốm, lại có hạt dẻ, cốm từ gạo nếp Khẩu Phẳng, nếp Pi Pát, nếp Hương mà ăn với hạt dẻ thì chẳng có loại cốm nào ngon bằng. Buổi tối



Photo: Bùi Tuấn Hùng



Photo: Trung Nguyễn

mùa thu miền biên ải, trong hơi thu se lạnh, được ngồi trông nồi thóc nếp non đang đồ trên bếp, nghe làn khói trắng mang theo hương thơm mùa cốm mới phả vào má ấm áp, được cùng nhau đồ cốm, giã cốm và ăn những hạt cốm mới ra lò thì còn gì bằng.

Trên những sườn đồi thoai thoải, những quả trám căng mọng, đen nhánh bắt đầu chín rụng theo chân người về nhà, lên bàn ăn, trở thành món đặc sản tạo nên thương hiệu của vùng đất Cao Bằng. Mùa thu là mùa của trám đen với các món: trám xào thịt, trám đồ cùng xôi... Người lớn lấy thịt quả trám về làm thức ăn, trẻ con lại dùng con dao quắm thật dày bổ đôi hạt trám cứng như đá ra chỉ để khoét lấy chút nhân màu trắng bên trong hạt, chỉ một chút ít bằng móng tay thôi nhưng mà cũng phải cặm cụi ăn cho bằng được, thật ngon lành đến thế. Chế biến món trám đen rất dễ, chỉ cần ngâm với nước nóng già đến khi quả trám mềm thì cắt đôi ra bỏ hạt, nhồi một chút muối vào mỗi nửa quả là có thể chế biến thành những món ăn ngon tùy thích, nếu muốn để ăn quanh năm thì trữ trong ngăn đá tủ lạnh.

Nắng mùa thu làm cho những trái lê xám ngả màu hồng hồng như thiếu nữ e lệ. Lê Cao Bằng ngọt lịm, ăn giòn, chắc quả chứ không xốp và nhạt như lê vàng của Trung Quốc. Lê Thạch An, Bảo Lạc ngon nổi tiếng, quả rất to, vỏ bóng, mịn, mỗi quả nặng trên dưới một cân, nó còn được xếp vào danh sách những quả ngon nhất Việt Nam. Giá thành của quả lê vàng đặc sản vẫn còn khá cao so với thu nhập của người dân nên chưa nhiều người được thưởng thức, những cây lê ông bà trồng ngày xưa, giờ đây nếu không bị đốn hạ cũng đã trở nên già cỗi và dần thoái hóa. Cũng may những năm gần đây, cây lê được chú trọng phục tráng ở một số vùng của huyện Thạch An, Bảo Lạc nhưng số lượng và sản lượng chưa nhiều, chủ yếu trồng làm hàng hóa bán đi nơi khác. Mong rằng, một ngày kia lê được trồng ở khắp mọi nơi trên mảnh đất Cao Bằng, để có thêm nhiều người được biết đến quả lê vàng đặc sản thơm ngon.



Photo: HELVETAS Vietnam

Mùa thu đất Cao Bằng cũng đẹp mơ màng như biết bao địa danh khác trên dải đất hình chữ S này bởi vì trong tiết trời thu luôn có một nàng thơ ẩn dấu trong sức sống muôn đời bất diệt.



Photo: Bùi Tuấn Hùng

Đêm mùa thu ở Cao Bằng, sương lạnh phủ khắp không gian, kéo chiếc chăn bông thổ cẩm nhuộm màu chàm lên ngang ngực mới đủ hơi ấm để ngon giấc qua đêm dài. Mùa đông gỗ cửa Cao Bằng sớm hơn các vùng miền xuôi vì thế những đêm thu cứ phảng phất hơi lạnh. Đêm thu, nghe gió mùa gọi về vương vấn khắp không gian, trong màn đêm tĩnh lặng nghe tiếng chiếc vỏ gai khe khẽ tách ra như thủ thỉ, nghe tiếng rơi "bộp" rất khẽ của thứ hạt màu nâu tròn ấy, ta lại dặn lòng đừng để lỡ mùa thu năm nay./.





LÚA NẾP

Pì Pát

HOÀNG THỊ BÌNH

CAO BẰNG CÓ NHIỀU VÙNG ĐẤT MÀU MỠ, BAO QUANH LÀ NHỮNG DÂY NÚI NHƯ HÀNG RÀO TỰ NHIÊN TẠO RA CÁC TIỂU VÙNG KHÍ HẬU Á NHIỆT ĐỒI ĐA DẠNG ... Ở VÙNG THẤP, TRÊN NHỮNG CẢNH ĐỒNG CỦA HÒA AN VÀ NGOẠI Ô THÀNH PHỐ CÓ NHIỀU CHÂN RUỘNG MÀU MỠ DÙNG ĐỂ CẤY LÚA NẾP PÌ PÁT – MỘT TRONG NHỮNG SẢN PHẨM NÔNG NGHIỆP ĐỘC ĐÁO, THƠM DẸO NGON ĐẶC BIỆT.

Người dân vùng này vẫn tự hào rằng nói đến lúa nếp, người ta nghĩ ngay đến giống lúa nếp Pì Pát bởi chưa có giống nếp nào thơm ngon sánh kịp. Gọi tên nếp “Pì Pát” (tiếng Tày có nghĩa là “mỡ vịt”) bởi vì gạo nếp Pì Pát khi nấu chín có mùi rất thơm, dù không cho mỡ nhưng cơm vẫn bóng như mỡ vịt. Nếp Pì Pát là giống lúa dài ngày. Từ khi gieo hạt lúa vào đất phải ròng rã hơn 5 tháng, người nông dân mới có thóc để gặt. Suốt 5 tháng ròng cây lúa hấp thu những gì tinh túy nhất của trời và đất để tạo ra những hạt thóc dẻo thơm đến thế. Thóc nếp Pì Pát khi chín có màu vàng cam rất đẹp. Nếp Pì Pát xát ra tỏa mùi thơm phức, hạt to, dài và đều tăm tắp không thể lẫn với bất cứ loại gạo nào.





Photo: Linh Dinh

Nếp Pi Pát là giống lúa có hàm lượng dinh dưỡng cao thể hiện ở hàm lượng protein cao, cơm thơm và dẻo. Vào khoảng cuối tháng 9, đầu tháng 10 Âm lịch là mùa nếp Pi Pát bắt đầu chín. Người dân ở đây có cách thu hái riêng biệt, họ dùng một dụng cụ gọi là “mác thép” để cắt hái từng bông. Bông lúa sau khi cắt bó thành những chùng khoảng 7 - 10 cân gọi là một nắm. Sau khi thu hái, lúa nếp mang về treo lên trên gác bếp hoặc để ngoài hiên hong khô dần khi cần dùng đến mới hạ xuống và dùng chân vò để tách hạt. Lúa nếp Pi Pát thu hái theo kiểu truyền thống để nấu xôi hoặc làm bánh bông đều dẻo thơm.

Hạt gạo nếp Pi Pát thơm và quý hơn các loại gạo khác nên thường được dùng để làm các loại bánh: Chè lam, bánh khảo, bánh chưng vào dịp Tết Nguyên đán, xôi màu vào dịp Tết Thanh Minh, bánh gio vào ngày Tết Đoan Ngọ (5/5 Âm lịch), bánh gai vào Tết Rằm tháng 7, bánh trôi vào dịp Đông chí... để thành kính dâng cúng tổ tiên.

Với những đặc tính ưu việt của lúa nếp Pi Pát, để khai thác tiềm năng thể mạnh của địa phương, chuyển đổi cơ cấu cây trồng tạo ra sản phẩm hàng hóa giúp người nông dân tăng thêm thu nhập, từ năm 2011 - 2014, Trung tâm Ứng dụng tiến bộ khoa học và công nghệ - Sở Khoa học và Công nghệ đã thực hiện thành công đề tài: Nghiên cứu bảo tồn và phục tráng giống lúa nếp Pi Pát. Đến nay, diện tích nếp Pi Pát được mở rộng ra một số xã lân cận như: Đề Thám, Ngọc Xuân (Thành phố Cao Bằng) và một số xã của huyện Hòa An với diện tích trên 50 ha, góp phần nâng cao thu nhập cho người nông dân.

Đến với Cao Bằng, du khách gần xa sẽ được thưởng thức nếp thơm Pi Pát - một sản vật quý thiên nhiên ban tặng.



Gạo NẾP CẨM PHAN HUẾ



Vùng đồng bào người Sán Chỉ, người Tày, người Nùng ở khu vực xã Thái Sơn, xã Yên Thổ, huyện Bảo Lâm trồng một loại nếp cẩm độc đáo mà theo cách gọi quen thuộc của người dân nơi đây là khẩu Siên Păn (nghĩa là gạo nếp trời cho). Giống lúa này có từ năm nào không ai nhớ rõ, theo các bậc cao niên trong làng: Từ bao đời nay, giống gạo này đã nuôi các con cháu khôn lớn, mạnh khỏe.

Ngày mùa, những ô ruộng trong cánh đồng lúa ở Bảo Lâm như một tác phẩm nghệ thuật được tạo ra từ những bàn tay thô ráp, cần mẫn và chăm chỉ của những người nông dân. Ruộng lúa được bao bọc, chở che bởi những ngọn núi cao, trùng điệp, tạo thành một bức tranh đầy sống động và cuốn hút. Nếu nhìn ở đồng ruộng, rất khó phân biệt giống lúa Siên Păn với các giống khác vì chiều cao cây, cỡ hạt gần giống nhau, ngay cả khi ra bông loại giống này cũng có màu vàng. Quan sát thật kỹ bông lúa Siên Păn, mới phát hiện có màu đen nhạt ở đầu bông lúa vàng. Cách thu hoạch cũng khá kỹ công vì phải hái từng bông lúa, sau đó bó thành từng bó và được để trên gác bếp. Hiện nay diện tích trồng giống lúa này trên địa bàn huyện khoảng 5ha, năng suất bình quân đạt từ 20 - 35 tạ/ha.

Khác biệt nhất của Khẩu Siên Păn chính là loại nếp này khi xát vỏ thóc ra, gạo lại có màu đen. Đối với hạt gạo nếp cẩm đạt tiêu chuẩn phải có màu tím đen từ trong ra. Đây cũng là điểm khác biệt giữa nếp cẩm Bảo Lâm với các loại nếp cẩm ở những nơi khác.



Photo: Bùi Tuấn Hùng





Photo: Linh Dinh



Photo: Linh Dinh

“

Đối với hạt gạo nếp cẩm đạt tiêu chuẩn thì phải có màu tím đen từ trong ra - đây cũng là điểm khác biệt giữa nếp cẩm Bảo Lâm với các loại nếp cẩm ở những nơi khác. Hiện nay diện tích trồng giống lúa này trên địa bàn huyện khoảng 5ha, năng suất bình quân đạt từ 20 - 35 tạ/ha.

”

Khẩu Siên Păn rất thơm và bùi, đến mức nấu xôi trên sàn mà người đi ngoài ngõ xóm cũng thấy thơm, hương thơm như mời gọi, như hút hồn người. Trong suy nghĩ thuần phác của những người nông dân ở đây, hạt gạo không chỉ là lương thực mà còn là kết tinh của trời đất, là “hạt ngọc của trời” ngày lễ, tết hay nhà có khách hoặc có việc trọng đại, bà con mới mang xuống tuốt, dùng khẩu Siên Păn để đồ thành xôi hoặc làm bánh, hay làm rượu nếp.

Khẩu Siên Păn không chỉ là lương thực thông thường, đồng bào còn dùng để làm thuốc chữa bệnh. Khẩu Siên Păn còn được gọi là Khẩu Tắc tó (nghĩa là gạo tự liền). Với quan niệm như vậy, khẩu Siên Păn được biết đến như là một vị thuốc không thể thiếu trong chữa gãy xương. Khi bị gãy xương, đồng bào dùng rơm Khẩu Tắc tó phối hợp với một số vị thuốc khác hái trong rừng đem đắp vào vết thương. Một thời gian sau, vết xương sẽ tự liền. Ngoài ra, Khẩu Siên Păn còn có trong rất nhiều bài thuốc của đồng bào dân tộc thiểu số nơi đây. Trong y học cổ truyền, gạo nếp cẩm rất tốt cho máu, chữa bệnh tim mạch, đột quỵ và cao huyết áp. Gạo nếp cẩm được chế biến thành các món ăn có giá trị dinh dưỡng cao và mang đến giá trị sức khỏe cho cơ thể.

Hạt dẻ

TRÙNG KHÁNH

HỒNG CỤ

AI ĐÃ TỪNG MỘT LẦN ĂN HẠT DẼ HẸN SẼ KHÔNG THỂ QUÊN ĐỊA DANH TRÙNG KHÁNH, NƠI CÓ NHỮNG ĐỒI DẼ RỘNG THÊN THANG NẴM NÉP MÌNH DƯỚI CHÂN NÚI HOẶC NHỮNG CÂY DẼ LẮN KHUẤT TRÊN NHỮNG TRIỀN ĐỒI LẮN VỚI BAO NHIỀU LOÀI CÂY CỎ KHÁC CỦA MIỀN BIÊN VIỄN XA XÔI.



Photo: Trung Nguyễn



Photo: Trung Nguyễn

Mùa hạ vòm lá mướt xanh vững chãi tỏa bóng mát dịu ngọt chõ che cho đám trẻ chăn trâu ngả giấc. Đến khi sang đông, lá cây chuyển màu nâu rồi thi nhau rụng, chỉ còn trơ lại những cành cây khẳng khiu gồng mình trước những luồng gió đông lạnh lẽo tưởng như không còn sự sống, thế nhưng khi xuân về, những cành cây nâu xám như bình tĩnh, mở mắt ra là bao nhiêu mầm non nhú nụ chẳng mấy chốc cây đã khoác lên mình chiếc áo mới màu xanh non lộng lẫy. Mùa thu, cây dâng cho đời loại hạt thơm bùi ngọt lịm mà người đời vẫn biết với cái tên hạt dẻ.

Dẻ là loài cây cao, tán rộng, một cây dẻ trưởng thành cao to giống như cây nhãn hoặc cây vải cổ thụ. Hạt dẻ được bao bọc trong lớp vỏ gai sắc nhọn, trong chiếc áo gai đó thường có từ hai đến bốn hạt, nhưng phổ biến nhất là ba hạt. Cứ mỗi độ thu về, những quả gai sắc nhọn tách vỏ để lộ ra những hạt màu nâu bóng mấy căng tròn rụng xuống gốc. Người Trùng Khánh ít khi hái hạt dẻ trên cây mà chờ cho chúng chín rồi tự rụng xuống mới nhặt, hạt dẻ tự chín rụng mới đủ độ ngọt, thơm, bùi vốn có của nó. Hạt dẻ mỗi năm chỉ có trong khoảng từ tháng 8 đến tháng 9 Âm lịch. Mỗi độ tết Trung thu, trên bàn phá cỗ của trẻ con ở đây, ngoài bánh dẻo, bánh nướng và các loại hoa quả khác còn có thêm món hạt dẻ. Hạt dẻ có tên khoa học là: *Castanea sativa*, họ dẻ (*fagaceae*) được người Pháp di thực vào nước ta hơn trăm năm nay. Họ đã trồng thử nghiệm ở nhiều nơi, nhưng không ở đâu cây cho chất lượng thơm ngon và sản lượng tốt như ở Trùng Khánh. Vùng đất này xung quanh được bao bọc bởi những dãy núi đá vôi tạo nên khí hậu mát mẻ quanh năm, thích hợp cho sự phát triển và sinh trưởng của cây dẻ. Nơi đây có nhiều sông và suối lớn chảy qua cung cấp phù sa và nước tưới cho cây. Hạt dẻ Trùng Khánh có màu vàng ươm thơm và ngọt ngay cả khi bóc ra ăn sống, chính vì thế, hạt dẻ Trùng Khánh đã trở thành sản vật, thành thương hiệu gắn bó máu thịt với mảnh đất con người nơi đây.

Có nhiều cách khác nhau để thưởng thức hạt dẻ như: Sườn lợn ninh hạt dẻ; chân giò hầm lạc, hạt dẻ; thịt gà nấu hạt dẻ; ba chỉ nấu hạt dẻ; kem hạt dẻ; cơm hạt dẻ, chè hạt dẻ... Có người còn trộn lẫn bột hạt dẻ vào bột bánh khảo để làm ra loại bánh khảo hảo hạng, những tín đồ của rượu còn đem hạt dẻ cất lên được thứ rượu thơm ngọt. Hạt dẻ nướng, hạt



dẻ luộc, sấy, rang, thậm chí ăn sống cũng có cái thú của nó nhưng hạt dẻ nướng vẫn là thơm nhất. Còn nếu ăn hạt dẻ sống phải ăn những hạt còn hơi non, khi lớp vỏ ngoài của nó chưa chuyển màu nâu mới mềm, ngọt và mới cảm nhận được vị sữa của hạt. Ngày nay người ta thường sấy hoặc rang hạt dẻ, nhưng hạt sấy ăn thường cứng, sượng, vì thế cách ăn hạt dẻ phổ biến và hợp khẩu vị nhiều người nhất vẫn là hạt dẻ luộc.

Người Trùng Khánh định giá hạt dẻ không bằng cách cân lên tính tiền như thông thường mà đếm hạt, đơn vị đo lường là trăm; một trăm hạt bao nhiêu tiền tùy kích cỡ to, nhỏ của loại hạt. Thế mới biết người ta quý hạt dẻ đến thế nào, quý đến nỗi không thể đổ đống lên cân như những thứ khác mà phải đếm, phải cầm nắm, phải vuốt ve từng hạt mới thỏa. Đó là cách người ta trân trọng, nâng niu những gì quý giá vậy. Mỗi năm chỉ có một mùa hạt dẻ, khi màu nắng quyện vào cánh đồng lúa thu vàng óng ả, gió heo may thổi nhau chạy trên cánh đồng, ào qua vườn dẻ cho những hạt màu nâu bóng mịn lìa lớp vỏ gai đầu xuống chân trong niềm hân hoan như có ai đó tặng cho món quà quý giá là lúc mùa thu đã ở kề bên, cho hết thầy người lớn con trẻ hân hoan thưởng thức món quà quý giá mà thiên nhiên đã ưu ái ban tặng mảnh đất Trùng Khánh thân yêu.

Năm 2013, Hạt dẻ Trùng Khánh đã được xác lập và bảo hộ chỉ dẫn địa lý, do Cục Sở hữu Trí tuệ Bộ Khoa học công nghệ xác nhận. Đây là hành động thiết thực góp phần nâng cao thương hiệu của loại đặc sản hiếm có này của tỉnh.



Lê vàng

ĐẶC SẢN NÚI RỪNG CAO BẰNG

TRIỆU THỊ KIẾU DUNG



Cứ mỗi độ xuân sang, đi dọc các sườn đồi tại một số huyện ở Cao Bằng, chúng ta bắt gặp những bức tranh mùa xuân tuyệt đẹp, thanh khiết và tràn đầy sức sống. Đó là những đồi Lê xanh mướt dưới vòm trời trong trẻo, cùng với những chùm hoa lê trắng đua nhẹ trong gió. Tất cả như đang tựa mình trôi dạt dòng nhựa sống thanh tân theo bước chuyển mình của mùa xuân khiến núi rừng Cao Bằng bừng sáng đẹp say hồn người.

Lê là một loại quả đặc sản của núi rừng Cao Bằng, mùa lê chín gắn với Tết Rằm tháng Bảy hằng năm - cái tết lớn thứ hai trong năm của đồng bào dân tộc Tày, Nùng. Người Tày, Nùng trên địa bàn tỉnh Cao Bằng có tục "Pây Tái" vào mỗi dịp Tết Nguyên đán và Rằm tháng Bảy. Theo tập tục này, những người phụ nữ sau khi đi lấy chồng, cứ đến ngày mừng 2 tháng Giêng và ngày Rằm tháng Bảy hằng năm là dịp cùng chồng con trở về nhà bố mẹ để để báo hiếu, bày tỏ lòng biết ơn. Những vật phẩm kính hiếu cha mẹ ngày Rằm tháng Bảy thường là một đôi vịt béo, một chục bánh gai và hoa quả, trong đó, một loại quả không thể thiếu đó là lê vàng.

Trong không khí đầm ấm của ngày lễ, chan chứa tình thương yêu, sự kính trọng và niềm phấn khởi, cả gia đình quây quần bên mâm cơm ấm cúng thưởng thức những món ăn đặc sản núi rừng của địa phương. Sau bữa ăn, món lê



Photo: Linh Đinh



Photo: Linh Đinh



Photo: Trung Nguyễn



Photo: Trung Nguyễn

vàng trắng miệng không chỉ làm gia tăng vị ngon của các đồ ăn mà còn lưu mãi hương vị ngọt ngào của quả và dư vị của tình cảm gia đình. Để rồi, khi chàng rể cùng con gái và các con cháu ra về, còn lưu luyến mãi và lại mong chờ mùa “Pây Tái” năm sau. Có phải hương vị lê vàng đã, đang và sẽ mãi dẫn đường đưa con người về với cội nguồn, về với tình cảm gia đình để biết sống trọn vẹn nghĩa tình, đạo lý?.

Cứ thế, cây lê vàng ngàn xưa từ một quốc gia xa lạ “nhập tịch” Việt Nam, “định cư” lâu đời tại các vùng núi cao miền Bắc nước ta, chọn được vùng đất lạnh Cao Bằng, được thuần hóa, sàng lọc tự nhiên qua thời gian và qua các ứng dụng khoa học kỹ thuật công nghệ tiên tiến, đã trở thành giống cây ăn quả ưu việt, đặc trưng, có giá trị kinh tế cao. Nếu được đẩy mạnh quan tâm đầu tư phát triển, lê vàng Cao Bằng sẽ trở thành thương hiệu uy tín, có cơ hội mở rộng thị trường trong nước và đến với thị trường quốc tế. Như vậy, cây lê vàng có thể trở thành một trong những tác nhân góp phần hiệu quả vào việc xóa đói giảm nghèo, nâng cao chất lượng đời sống vật chất và đời sống tinh thần của đồng bào các dân tộc miền núi. Đồng thời góp phần quảng bá hình ảnh đất nước và con người Việt Nam nói chung và đồng bào các dân tộc anh em Cao Bằng nói riêng với bạn bè năm châu trong thời kỳ hội nhập và phát triển.



Nếp hương

LUÂN THỊ DIỆP

Với độ cao trung bình so với mực nước biển khoảng 800 m, xã Xuân Trường, huyện Bảo Lạc có khí hậu ôn hòa quanh năm mát mẻ. Thiên nhiên ưu đãi cho vùng đất này cánh đồng Đồng Mu màu mỡ và nguồn nước dồi dào quanh năm chảy qua giữa cánh đồng. Ngoài các loại cây ăn quả nổi tiếng, như: Lê, mận, táo thơm... Xuân Trường có đặc sản Khẩu nua hom (hay nếp Hương), giống gạo nếp hạt to, tròn và hương thơm đặc biệt. Xôi nấu trong nhà sàn khách đi qua dưới sàn đều ngửi thấy mùi thơm tỏa ra ngào ngạt, cơm để 2 - 3 ngày mà vẫn dẻo.

Ở Xuân Trường nhà nào cũng cấy nếp Hương. Người dân nơi đây luôn tự hào với giống lúa quý trời ban cho này và gìn giữ cây trồng, lưu truyền mãi cho các thế hệ sau. Giống lúa nếp Hương được cấy trong vụ mùa và có đặc điểm là cao cây, ít bị đổ ngã hơn so với các giống nếp khác. Hạt thóc nếp Hương có vỏ trấu màu vàng nhạt, hạt to và tròn. Gạo nếp Hương sau khi xát có mùi thơm đặc biệt, hạt gạo dạng thon tròn. Cơm nấu từ gạo nếp Hương thường không bị nát, ăn có vị đậm, mềm, thơm và dẻo.

Cây lúa nếp Hương được gieo cấy tại xã Xuân Trường ở vụ mùa, đến giai đoạn lúa trở bông vào tháng 9 Âm lịch thời tiết mát mẻ, hơi se lạnh đây là một điều kiện lý tưởng để lúa nếp Hương tạo nên vị thơm đặc biệt. Người dân ở đây thu hoạch lúa nếp bằng cách hái lấy từng bông đem về treo trên gác bếp để hong khô dần, khi nào lúa khô hạ xuống và tách lấy hạt đem xát thành gạo, nếu lúa nếp được thu hái và phơi khô bằng cách này cơm sẽ dẻo và thơm hơn hẳn so với việc dùng máy gặt đập và phơi khô ngay. Năm 2014, sau khi được phục tráng toàn bộ diện tích lúa nếp Xuân Trường được thay thế bằng giống mới đã đưa năng suất lúa nếp từ 35 tạ/ha lên 42 - 43 tạ/



Photo: Lê Hữu Hòa

Hạt thóc nếp Hương có vỏ trấu màu vàng nhạt, hạt to và tròn. Gạo nếp hương sau khi xát có mùi thơm đặc biệt, hạt gạo dạng thon tròn. Cơm nấu từ gạo nếp Hương thường không bị nát, ăn có vị đậm, mềm, thơm và dẻo.





“

Người dân ở đây thu hoạch lúa nếp bằng cách hái lấy từng bông đem về treo trên gác bếp để hong khô dần, khi nào lúa khô thì hạ xuống và tách lấy hạt đem sát thành gạo, nếu lúa nếp được thu hái và phơi khô bằng cách này cơm sẽ dẻo và thơm hơn hẳn so với việc dùng máy gặt đập và phơi khô ngay.

”

ha. Với tổng diện tích đất trồng lúa toàn xã 188 ha, nếp Hương có khoảng hơn 20 ha, sản lượng khoảng hơn 80 tấn/vụ.

Nếp Hương luôn được người dân nơi đây lựa chọn để chế biến những món ăn truyền thống, đậm đà hương vị. Những ngày Tết đến xuân về, ở huyện Bảo Lạc có một loại bánh chưng hết sức đặc biệt, đó là “bánh chưng đen”. Ai đã từng thưởng thức món bánh chưng đen sẽ không quên được vị thơm của gạo nếp, vị ngọt, béo của thịt lợn vùng cao, vị ngậy bùi của nhân đỗ xanh, vị thơm đặc biệt của cây rừng. Để tạo màu đen cho bánh, đồng bào lấy thân cây vừng hạt tròn (tiếng địa phương gọi là Ngà hoóc) tước vỏ, đốt thành than, giã mịn như bột. Sau đó, họ lấy bột này trộn lẫn với gạo nếp, đảo đều cho đến khi gạo quyện với bột than thành màu đen. Gạo dùng làm bánh phải là gạo nếp Hương (Khẩu nua hom). Gạo rửa sạch, để ráo nước rồi trộn cùng bột than cây Ngà hoóc hoặc cây Mây pịa, theo tỷ lệ 3 kg gạo trộn cùng 2 bát than, đảo đều tay cho đến khi gạo quyện với bột than thành màu đen nhánh. Gạo sau khi đã bám than được đem ra “dẫn lại”, để tro không bám vào hạt gạo. Trong nhân bánh chưng đen, người Bảo Lạc trộn thêm gừng thái nhỏ và ít hạt tiêu, rượu men lá, thịt nhiều mỡ (lợn đen vùng cao), khi luộc mỡ sẽ chảy ra, ngấm vào nhân, vào gạo, tạo cho bánh có vị béo ngậy thơm ngon.

Đến Bảo Lạc, bạn nhớ dừng chân thưởng thức miếng “bánh chưng đen”, cảm nhận hương vị thật đặc biệt, vị thơm của nếp Hương quyện với vị ngọt, béo của thịt lợn vùng cao, vị là lạ của cây rừng để được giao hòa cùng cỏ cây, ruộng đồng, thiên nhiên vùng cao. Những hương vị đó tạo nên một nét văn hóa ẩm thực đặc sắc của đồng bào Bảo Lạc.



Photo: Linh Đinh



Photo: Chung Vũ



Photo: Lê Hải Hòa



Photo: Lê Hải Hòa



Photo: Trung Nguyễn



Photo: Trung Nguyễn



Photo: Linh Đinh

Nếp ong

(KHẤU NUA PHẪNG)



BẾ LƯU BĂNG

Khẩu nua Phẫng là giống lúa nếp địa phương nổi tiếng thơm ngon của huyện Trùng Khánh nói riêng và tỉnh Cao Bằng nói chung. Đây là giống lúa địa phương xuất hiện từ lâu đời, đến nay vẫn được người nông dân sử dụng bởi những đặc tính vượt trội so với những giống lúa khác, đặc biệt là phù hợp với điều kiện tự nhiên của địa phương.

Khẩu nua Phẫng (tiếng Tày nghĩa là nếp Ong), khi lúa chín từng hạt thóc mọng, tròn vàng ươm tơ tằm, sai hạt nặng trĩu bông, nhìn xa ta cứ ngỡ như thể đàn Ong mật vút cong ngọn lúa đong đưa trong nắng, gió thu. Khi gạo được nấu chín cơm bóng, dẻo, người dân ở đây thường dùng làm quà biếu mỗi khi khách quý đến.

Khẩu nua Phẫng được trồng chủ yếu tại huyện Trùng Khánh. Hiện nay toàn huyện có diện tích trồng lúa nếp trên 400 ha, trong đó diện tích nếp Ong khoảng 200 ha tập trung chủ yếu dọc sông Quây Sơn. Đặc điểm của giống lúa này là cao cây, chịu phân kém, dễ đổ ngã. Thời vụ gieo mạ từ đầu tháng 4 Dương lịch, thời gian sinh trưởng 150 - 160 ngày. Các hộ gia đình không sử dụng thuốc bảo vệ thực vật. Năng suất lúa từ 40 - 42 tạ/ha, khi lúa chín vàng, người dân chỉ thu hoạch bằng lao động thủ công, dùng dụng cụ gọi là "thép" để cắt từng bông và bó vào thành từng bó nhỏ mang về để trên gác bếp hong khô dùng dần. Với cách thu hái này lúa nếp mới giữ được hương vị thơm ngon và bảo quản được lâu dài.

Vào mỗi dịp lễ Tết hoặc có khách từ xa đến, người dân thường dùng nếp Ong để chế biến các món ngon như: Cốm hạt dẻ, xôi, cơm lam, bánh chưng, bánh khảo, chè lam...



MÓN Cốm hạt dẻ

BÉ LƯU BĂNG

Cốm được làm từ lúa nếp, thường là lúa nếp non còn căng mọng sữa. Lúa cắt từng bông về tuốt hạt, sàng bỏ rơm, đãi qua nước rồi cho vào nồi luộc, sau đó cho lên chảo rang. Bếp lò dùng củi, và chảo bằng gang đúc, thóc rang xong, đợi nguội rồi cho từng mẻ vào cối giã, thấy có trấu thì xúc ra xây bỏ trấu rồi lại giã tiếp, trung bình khoảng 7 lần giã là hoàn tất. Để món cốm có hương vị đặc trưng riêng, cốm được trộn thêm với hạt dẻ. Hạt dẻ luộc chín, rồi đem rang lại một lượt đến khi dậy mùi thơm tự nhiên, sau đó bóc vỏ và giã thành bột đem trộn với cốm. Đó là món cốm đặc biệt bụi, béo ngậy, thơm ngon. Du khách phương xa nếu được thưởng thức một lần sẽ nhớ mãi hương cốm hạt dẻ đặc trưng riêng chỉ có ở Cao Bằng.

XÔI NGŨ SẮC

BÉ LƯU BĂNG



Được chế biến từ nguyên liệu chính là các loại gạo nếp ngon của Cao Bằng như nếp Ong Trùng Khánh và các loại lá cây, hoa... để tạo nên màu (đỏ, đen, xanh, trắng, vàng). Để có những màu sắc này, người ta thường dùng các loại cây phẩm màu tự nhiên được hái trên rừng hoặc trồng trong vườn nhà để nhuộm gạo. Các loại cây phẩm màu tự nhiên được rửa sạch, giã nát và nấu kỹ sẽ cho ra các màu đặc trưng. Gạo nếp vo, đãi sạch, ngâm vào chậu nước màu từ 10 - 12 giờ. Trước khi đồ xôi, vớt gạo ra để ráo nước rồi cho vào đồ khoảng 30 - 40 phút cho đến khi xôi chín. Gạo nếp Ong đồ xôi thơm, dẻo đặc biệt bởi hương thơm của gạo, mùi thơm của hoa Bjoóc phón, mùi hăng hăng của lá cây sau sau, mùi ngai ngái của cây chẳm chẻ, mùi cay mát của lá dứa... tất cả tạo nên món xôi đẹp mắt, có mùi vị đặc trưng của núi rừng.



SANG THU, KHI CÁI NẮNG ĐỔ LỬA CỦA MÙA HẠ ĐÃ NHẬT BỐT, NHỮNG CƠN GIÓ RỪNG RƯỢI ĐUỐI NHAU TRÊN NGỌN CÂY CAO VỨT XÒE TÁN RỘNG ĐUNG ĐỪA, LÀ LÚC CÓ MỘT LOÀI QUẢ MÀU XANH NHẠT DẦN, NGẮ SANG MÀU TÍM RỒI TÍM ĐEN NHƯ MẮT NGƯỜI THIẾU NỮ, ĐÓ LÀ LÚC TRÁM ĐEN ĐÃ VÀO VỤ.

Trám Đen

HỒNG CƯ

Trám đen là một loài quả đặc sản của Cao Bằng được dùng như một loại thức ăn ngon và quý. Từ xa xưa, trám đen trở thành món ăn không thể thiếu và gắn bó bền chặt với văn hóa ẩm thực người dân nơi đây. Trám xào thịt, trám đồ xôi, trám rang muối đều là món ăn ngon nhiều người yêu thích.

Trám đen phân bố hầu hết các vùng miền trong tỉnh Cao Bằng, cây trám thường mọc rải rác trong rừng lẫn với các loài cây khác, là cây gỗ lớn, thuộc loại cây lâu năm, cây trám trưởng thành cao từ 25 - 30m, đường kính khoảng 40 - 90cm. Quả trám đen hình thoi, to bằng ngón tay cái của người phụ nữ, cùi trám màu vàng, hoặc tím thẫm, loại trám đen ngon nhất là trám nếp có cùi dày thơm, ngọt và dẻo, trám được thu hoạch vào tháng 8 - 9 Âm lịch hàng năm.

Một cây trám bình thường phải trồng từ 7 đến 8 năm mới cho quả, hơn nữa thu hoạch trám đen rất khó, chỉ có đàn ông sức dài vai rộng mới có thể trèo lên cây trám thẳng cao đến 20, 30 mét mà hái từng quả hay dùng sào đập cho trám rụng xuống gốc. Thêm vào đó, cây trám đen cho năng suất không cao, và không phải cây nào cũng cho quả, trám cũng có giống đục giống cái, chỉ cây trồng bằng hạt giống cái mới ra hoa kết quả. Có lẽ vì thế mà trám đen còn có giá thành khá cao, một kg trám đã qua sơ chế còn đắt gấp đôi thịt lợn, dao động khoảng 150 đến 180 nghìn đồng.

Trám đen được sơ chế bằng cách rửa sạch, ngâm nước nóng già khoảng 15 đến 20 phút đến khi thịt mềm là được. Khi trám mềm, lấy dao cắt đôi và cho vào mỗi nửa quả một chút muối hoặc bột canh rồi bóp cho dẹt lại là có thể đem chế biến. Trám đã sơ chế ngon và bùi hơn khi được phơi qua nắng, nhất là dưới cái nắng ngọt và làn gió hiu hiu của mùa thu, trám không khô quá mà chỉ hơi se lại, ăn càng dẻo, càng bùi, trám muốn để lâu có thể cho vào ngăn đá tủ lạnh ăn quanh năm. Sơ chế quả trám tuy dễ nhưng vẫn phải rất tỉ mỉ, nếu nước ngâm trám quá nóng, quả không mềm mà còn cứng lại, và một khi đã cứng, không có cách nào có thể làm cho nó mềm lại được.



Quả trám đen với giá trị dinh dưỡng cao, tốt cho sức khỏe cùng với bàn tay chế biến khéo léo của bà con Tày, Nùng Cao Bằng, các món ăn từ trám đen không chỉ để làm thức ăn dự trữ mà trở thành món ăn đặc sản ngon nổi tiếng được nhiều thực khách gần xa ưa chuộng, muốn được thưởng thức.





Photo: Lê Hải Hòa



Quả cây trám đen ăn ngon nhất trong các loại trám. Từ trám đen có thể chế biến rất nhiều món ăn, đơn giản nhất là trám đen xào thịt, từ thịt băm, thịt nạc, thịt mỡ, thị ba chỉ... rang với trám đều ngon, nếu bữa này ăn không hết cất đi bữa sau rang lại ăn càng bùi, càng ngon. Cầu kỳ hơn có món xôi trám, chỉ cần đảo trám qua với mỡ rồi trộn với xôi còn nóng hổi, đến khi màu tím của trám hòa lẫn với từng hạt xôi thơm dẻo thành một món xôi màu tím vừa thơm mùi cơm nếp, vừa thơm mùi tinh dầu từ quả trám ăn vừa dẻo vừa bùi, vừa ngọt, vừa thơm. Món ăn từ quả trám đen góp phần làm phong phú thêm văn hóa ẩm thực Cao Bằng, mang đến cho du khách những trải nghiệm rất riêng, khó tìm thấy ở nơi nào khác. Món xôi trám được Hội kỷ lục gia Việt Nam - Tổ chức Kỷ lục Việt Nam xếp vào danh sách 100 món ăn, ẩm thực đặc sản tiêu biểu của Việt Nam.

Cây trám đen không chỉ cho quả ngon đặc biệt trong ẩm thực mà từ thân cây, nhựa, hạt trám đều có giá trị kinh tế. Thân gỗ cây trám đen dùng xẻ ván, làm nhà, đóng dụng cụ thông thường. Nhựa cây trám đen thơm ngát, dễ cháy, dùng để chế biến sơn, vecni, xà phòng, dầu thơm và làm hương. Hạt trám cũng có giá trị không kém, những hạt trám to, đều được sản xuất với giá rất cao để làm sản phẩm dược liệu và cung cấp nguyên liệu làm đồ thủ công mỹ nghệ như vòng đeo tay, hạt vòng... Nhân màu trắng bên trong hạt trám ngoài việc làm quà ăn vặt cho trẻ con còn có thể đem đồ cùng gạo nếp thành một món xôi hảo hạng, vừa dẻo vừa bùi.

Cây trám đen đem lại giá trị kinh tế cao cho người dân miền núi Cao Bằng Hiện nay, bà con ở vùng có cây trám đen sinh trưởng đang tích cực triển khai trồng mới, mở rộng diện tích cây trám đen, mang lại hiệu quả kinh tế cao.





Mùa Đông

HỒNG CỬ

MÙA ĐÔNG Ở CAO BẰNG RẤT LẠNH, LẠNH ĐẾN THẤU XƯƠNG, LẠNH ĐẾN TÊ TÁI TỪNG THỖ DA, THỖ THỊT. NHỮNG NGÀY LẠNH CAO ĐIỂM TUYẾT RƠI TRÊN ĐỈNH PHJA OẮC, NHỮNG HẠT BĂNG ĐỌNG TRÊN CÀNH CÂY LẤP LÁNH NHƯ NHỮNG VIÊN ĐÁ PHA LÊ DƯỚI MÀN SƯƠNG MÙ DÀY ĐẶC.



Photo: Bùi Tuấn Hùng



Dữ dội là thế nhưng vẫn đẹp đến nao lòng để rồi trong những ngày lạnh lẽo nhất của tiết trời mùa đông, từng đoàn du khách nườm nượp nối đuôi nhau lên đỉnh Phja Oắc mong một lần trong đời được ngắm tuyết rơi ở xứ sở nhiệt đới, mân mê những nụ băng đậu trên các cành cây, ngọn cỏ trong niềm hân hoan thích thú.

Lạnh không chỉ đơn thuần là một hình thái khí hậu, hơi lạnh đã góp phần hình thành nên nét văn hóa và tập quán của mảnh đất này. Vì lạnh mà con người nơi đây lúc nào cũng cần nhiều năng lượng để chống chọi với thời tiết. Người Cao Bằng thích ăn mỡ động vật hơn là ăn dầu thực vật, mỡ hiện diện trên từng món ăn, ăn thịt mỡ, mỡ nấu canh, mỡ xào rau, nhất định phải là rau xào chứ không thích rau luộc chấm nước mắm như ở dưới xuôi, nhất định phải là bánh cuốn với nước canh xương béo ngọt thêm thìa thịt băm, ăn ngay khi vừa ra khỏi khuôn còn nóng hổi được phết qua một lượt mỡ nước chứ không phải bánh cuốn nguội chấm nước mắm. Không phải phở với nước dùng trong mà nhất định phải là phở với nước dùng đậm màu với thìa mỡ vịt vàng ươm mới đạt chuẩn.

Nhiều người thắc mắc sao người vùng cao nói chung và người Cao Bằng nói riêng uống rượu nhiều đến thế. Ngoài những nguyên nhân về mặt xã hội, căn nguyên sâu xa là từ cái lạnh, người ta uống rượu để ấm hơn, để thể hiện sự thân thiết giữa anh em bạn bè. Cao Bằng có rất nhiều loại rượu, như rượu chuối, rượu sim, rượu Thín pát... và đặc sản rượu Hà thủ ô. Hà thủ ô có nhiều ở các huyện miền Tây, đây là cây dược liệu quý có nhiều công dụng cho việc tăng cường sức khỏe và kéo dài tuổi thọ. Hà thủ ô Cao Bằng quý còn bởi nó là cây mọc tự nhiên trong rừng được đồng bào kỳ công tìm hái về chứ không phải được trồng và chăm bón bởi đủ thứ phân bón hóa học nên có chất lượng hơn hẳn những nơi khác.



Photo: Bùi Tuấn Hùng

Dữ dội là thế nhưng vẫn đẹp đến nao lòng để rồi trong những ngày lạnh lẽo nhất của tiết trời mùa đông lại thấy từng đoàn du khách nườm nượp nối đuôi nhau lên đỉnh Phja Oắc mong một lần trong đời được ngắm tuyết rơi ở xứ sở nhiệt đới, để mân mê những nụ băng đậu trên các cành cây, ngọn cỏ trong niềm hân hoan thích thú.

“

Ngân ấy thú thôi cũng đã đủ làm nên diện mạo mùa đông của mảnh đất Cao Bằng, để những người con xa quê đi đâu cũng phải nhớ về cái lạnh phả vào má, vào da vào thịt, cũng mong về thật sớm để vuốt ve những bông hoa băng trên đỉnh Phia Oắc, để nhật chiếu lá phong hương mộng mơ cuối trời.

”

Người miền núi uống rượu cùng nhau bất cứ ở đâu, ma chay, cưới xin cỗ bàn đương nhiên phải có rượu, đến nhà chơi thì tiếp bằng rượu, chợ phiên gặp nhau cũng phải mời vài ly... và cùng nhau uống rượu bên bếp lửa. Trong các bản làng của người Tày, bếp lửa luôn được để ở gian giữa để nhiều người có thể ngồi quây quần ấm áp bên nhau. Bếp lửa để nấu ăn, để sưởi, để hong những xâu lạp sườn treo lủng lẳng trên gác bếp – món ngon đặc sản chế biến từ thịt lợn đen được ướp gia vị nhồi trong lòng non. Lạp sườn đúng chuẩn của người Cao Bằng một nửa thịt nạc một nửa thịt mỡ. Khi rán lên, những thớ thịt mỡ trong vắt quyện với thịt nạc màu đỏ au tỏa hương thơm lừng, ăn vừa mềm, vừa ngọt, vừa dai.

Mùa Đông cũng là mùa của cam và quýt. Quýt ở đâu cũng có, nhưng quýt Cao Bằng thơm ngon với hương vị đặc trưng riêng từ lâu đã trở thành đặc sản được nhiều người biết đến. Huyện Hòa An có quýt Hà Trì, huyện Trà Lĩnh có quýt Quang Hán ngon ít nơi nào sánh kịp. Quýt Cao Bằng quả không to nhưng ăn ngọt, ít chua và vị chua cũng rất thanh, ăn không bị ê răng. Vỏ quýt thơm, có nhiều tinh dầu, chỉ cần bấm nhẹ móng tay vào vỏ quýt là mùi thơm đã lưu lại trên tay cả ngày. Chính mùi thơm đó đã trở thành gia vị hảo hạng cho nhiều món ăn của người vùng cao: Vỏ quýt ninh với chân giò, vỏ quýt ninh với thịt bò trong món sốt vang. Quýt chính là món quà mẹ thiên nhiên ban tặng cho mùa Đông, là hiện thân của sự sống bất diệt trong vòng quay của tạo hóa, để mùa nào cũng có hoa thơm trái ngọt dâng cho đời.

Ngân ấy thú thôi cũng đã đủ làm nên diện mạo mùa Đông của mảnh đất Cao Bằng, để những người con xa quê đi đâu cũng mong về thật sớm, để vuốt ve những bông hoa băng trên đỉnh Phja Oắc, để nhật chiếu lá phong hương mộng mơ cuối trời. Để những người đến thăm vấn vương mãi về một vùng đất tiết trời tuy khắc nghiệt mà đẹp đến nao lòng, nơi có những con người mộc mạc, chân tình và hiếu khách, tự lúc nào, câu truyền miệng “Khách đến rượu mời cả chum, quýt mời cả cây” đã in đậm trong lòng cả người đi lẫn người ở.



Photo: Lê Hải Hoa

Hà thủ ô Đỏ

PHAN HUẾ

Hà thủ ô đỏ là cây dược liệu quý với nhiều công năng chữa bệnh và tăng cường sức khỏe cho con người. Hà thủ ô đỏ có thể trồng bằng dây hay bằng hạt, thân mọc xoắn vào nhau, có màu xanh tía. Lá mọc so le, cuống dài, phiến lá hình tim dẹt, đầu nhọn. Hoa tụ chùm nhiều nhánh. Rễ củ hình tròn, dài, không đều. Mặt ngoài củ có những chỗ lồi lõm do các nếp nhăn sâu tạo thành. Mặt cắt ngang có lớp bản mỏng màu nâu sẫm, mô mềm vỏ màu đỏ hồng, có nhiều bột, ở giữa có ít lõi gỗ.

Vào vụ Thu - Đông, khi lá đã vàng, người ta đào lấy củ Hà thủ ô mang về và chế biến thành sản phẩm thuốc Đông y. Theo cách chế biến và bảo quản truyền thống của đồng bào Cao Bằng, Hà thủ ô đỏ loại củ tươi hay miếng khô đem rửa sạch bụi đất, cạo vỏ, bổ nhỏ, ngâm nước vo gạo 3 ngày đêm, ngày thay nước gạo thường xuyên. Ngâm xong rửa lại nước cho thật sạch, để ráo, thái miếng, phơi khô. Đậu đen nấu lấy nước, tỷ lệ Hà thủ ô đỏ/đậu đen là 10/3. Cho Hà thủ ô đỏ lên vỉ hấp cách thủy với nước đậu đen. Nấu gần cạn thì nhắc xuống, dỡ đem phơi hoặc sấy khô. Nước còn thừa thì tẩm lên miếng Hà thủ ô đỏ. Làm tất cả 9 lần như trên, mỗi lần nấu là thay đậu đen mới. Cuối cùng lấy Hà thủ ô đỏ phơi khô hoặc sấy khô. Để nguyên miếng hoặc tán bột dùng dần.



“

Hà thủ ô đỏ là cây dược liệu quý, danh tiếng trong đông y với nhiều công năng chữa bệnh và tăng cường sức khỏe cho con người.

”



Photo: Phong San

Theo Đông y Hà thủ ô vị đắng ngọt chát, tính hơi ôn có tác dụng bổ can thận, bổ âm, giải độc, nhuận tràng thông tiện. Đặc biệt, Hà thủ ô có công dụng dưỡng huyết tư tâm, bởi vậy khả năng làm đen râu, tóc, thật đúng với cái tên của nó. Có thể nói, Hà thủ ô là loại thuốc công dụng đa năng, được sử dụng trong nhiều trường hợp như: Can thận âm hư, huyết hư, đau đầu hoa mắt chóng mặt, đau lưng mỏi gối, râu tóc bạc sớm, huyết trắng, hội chứng lý mạn tính, trí xuất huyết, sốt rét, lao hạch, bệnh mạch vành, tăng huyết áp, tăng mỡ máu, xơ vữa động mạch... Ngoài ra, còn có tác dụng bổ thận, tráng dương, chống lão hóa, tăng cường sức khỏe, kéo dài tuổi thọ.

Nhiều nghiên cứu đã công nhận Hà thủ ô đỏ có tác dụng với nhiều bệnh lý như rụng tóc, tóc bạc sớm. Chúng còn được dùng để chữa đau lưng dưới, yếu khớp gối, yếu cơ và xơ vữa động mạch. Ngoài ra, Hà thủ ô đỏ còn có thể giúp chống lão hóa, tăng cường hệ thống miễn dịch của cơ thể, giúp nhuận tràng, điều chỉnh lượng đường trong máu.

Cây Hà Thủ ô mọc tự nhiên, phân bố khắp các địa bàn trong tỉnh, nhưng nhiều nhất là các huyện Thông Nông, Hoà An, Trùng Khánh, Hà Quảng, Trà Lĩnh, Nguyên Bình, Bảo Lạc và Bảo Lâm. Hà thủ ô đỏ là cây thuốc quý, cần được bảo tồn, phát triển và khai thác sử dụng hợp lý và bền vững.

Theo Đông y Hà thủ ô vị đắng ngọt chát, tính hơi ôn có tác dụng bổ can thận, bổ âm, giải độc, nhuận tràng thông tiện. Đặc biệt, Hà thủ ô có công dụng dưỡng huyết tư tâm, bởi vậy khả năng làm đen râu, tóc, thật đúng với cái tên của nó. Có thể nói, Hà thủ ô là loại thuốc công dụng đa năng, được sử dụng trong nhiều trường hợp như: can thận âm hư, huyết hư, đau đầu hoa mắt chóng mặt, đau lưng mỏi gối, râu tóc bạc sớm, huyết trắng, hội chứng lý mạn tính, trí xuất huyết, sốt rét, lao hạch, bệnh mạch vành, tăng huyết áp, tăng mỡ máu, xơ vữa động mạch... Ngoài ra, còn có tác dụng bổ thận, tráng dương, chống lão hóa, tăng cường sức khỏe, kéo dài tuổi thọ.



Lạp Sườn

LỢN ĐEN

Lạp sườn, món ăn đặc sản mang nét độc đáo riêng của đồng bào dân tộc Tày, Nùng ở Cao Bằng. Lạp sườn Cao Bằng có hương vị đặc trưng được hòa quyện bởi mùi thơm của nắng, của khói bếp và hơi lửa và vị thơm, vị ngọt của thịt lợn.

Lạp sườn được làm từ thịt lợn thái nhỏ, tẩm ướp muối, đường và một số gia vị thảo dược ở địa phương, sau đó nhồi vào ruột non của lợn đã được sơ chế sạch sẽ, vệ sinh. Khi phơi đủ 2 - 3 nắng, đem lạp sườn treo trên gác bếp, có thể để hàng tháng ăn dần. Chất lượng thơm ngon của lạp sườn phụ thuộc cơ bản vào phẩm chất thịt con lợn. Bà con các dân tộc Cao Bằng ưa thích nhất là giống lợn địa phương, điển hình là lợn đen được chăn thả tự nhiên theo cách nuôi truyền thống, thức ăn chủ yếu là ngô, đỗ tương, không dùng đến thức ăn tăng trọng hay các loại thuốc khác. Lợn đen điển hình là giống Táp Ná có nguồn gốc từ huyện Thông Nông, hiện nay được nuôi nhiều ở các huyện vùng cao của tỉnh như: Thông Nông, Hà Quảng, Bảo Lạc, Bảo Lâm, Nguyên Bình, Trà Lĩnh, Hạ Lang, Thạch An... Giống lợn này có lông và da đều đen, có một số cá thể 4 chân từ khủy móng và phần bụng loang trắng; chất lượng thịt thơm, ngon hơn các giống lợn khác.

Cách làm lạp sườn nhìn thì đơn giản nhưng khá cầu kỳ, nếu làm không đúng cách, lạp sườn sẽ nhanh bị hỏng. Người ta chọn thịt mông, vai hoặc thịt thăn của con lợn đen mới mổ, nửa nạc nửa mỡ, sau đó bỏ lớp bì, rửa qua nước muối loãng, rồi rửa qua rượu, đem thái thành miếng nhỏ, mỏng; ướp các loại gia vị mang đậm hương vị của



Lợn đen điển hình là giống Táp Ná có nguồn gốc từ Huyện Thông Nông. Giống lợn này có Lông và da đều đen, có một số cá thể 4 chân từ khuy móng và phần bụng loang trắng. Theo kết quả điều tra và nghiên cứu cho thấy Lợn đen rất dễ nuôi: phàm ăn, ăn khỏe, chống chịu bệnh tật rất tốt.



Photo: Trung Nguyễn

nhiều loại cây rừng như: gừng núi, hạt tiêu rừng, mắc mật, quế, các loại thảo quả.... Phần vỏ là ruột non của con lợn được làm sạch, bóp muối, dấm rồi ướp bằng rượu trắng. Khi thịt ngấm đủ gia vị, đem nhồi vào lòng. Sau khi nhồi thịt xong buộc thành từng đoạn rồi nhúng qua nồi nước sôi vệ sinh sạch lớp mỡ bám bên ngoài, để lạp sườn căng bóng rồi đem lạp sườn đi phơi nắng cho khô dần và đem hong trên gác bếp. Khi hun lạp sườn người ta thường dùng thêm bã mía để có được vị thơm đậm đà và màu sắc vàng óng như mật ong. Hơi ấm của bếp lửa lan tỏa, từng làn khói sẽ làm lạp sườn se lại và săn hơn, có thể để dành được rất lâu mà không sợ ôi thiu. Khói và hơi nóng của bếp lửa qua từng ngày làm cho lạp sườn ánh lên màu đỏ hồng của thịt nạc xen những đường vân trắng ngà của thịt mỡ trông thật hấp dẫn.

Khi ăn, lạp sườn để nguyên cả khúc rửa sạch bằng nước nóng rồi đem hấp hoặc rán chín, thái lát vừa phải đảo lên bếp, thêm ít nước mắm, lá tỏi tươi cắt dài ăn kèm cùng cơm trắng hoặc chế biến tùy theo khẩu vị của mỗi người, mỗi vùng. Sản phẩm này đã trở thành phổ biến trong đời sống văn hóa ẩm thực của người dân nơi đây và xuất hiện ngày càng nhiều tại các nhà hàng, siêu thị.

Lạp sườn lợn đen được sản xuất đem bán trên thị trường phổ biến nhất là các huyện Thạch An, Bảo Lạc, Trùng Khánh và Thành phố Cao Bằng. Sản lượng xuất bán hàng năm trong và ngoài tỉnh lên đến vài chục tấn. Lạp sườn lợn đen mang hương vị đậm đà của quê hương, khi ăn cảm nhận được sự gắn gũi, thân thiện của của đất và người nơi đây, tạo nên dấu ấn không thể quên trong lòng du khách gần xa khi tới Cao Bằng.



Photo: Trung Nguyễn



Photo: Trung Nguyễn

NGỌT, THƠM Hương vị Quýt

TRIỆU THỊ KIỀU DUNG

Vào khoảng cuối tháng 11 Dương lịch đến tháng 1 năm sau, lên Cao Bằng, đi đến đâu cũng gặp những vườn quýt trĩu quả, vàng óng. Với điều kiện khí hậu, đất đai phù hợp sự sinh trưởng, từ lâu, quýt Cao Bằng trở thành đặc sản nổi tiếng với màu vàng của nắng, vị ngọt của núi, hương thơm của đất và gió rừng mà không một nơi nào có thể sánh được.

Quýt Cao Bằng có màu sắc hấp dẫn, múi quả căng mọng, ít hạt, có vị ngọt đậm pha chút vị chua, hương vị rất đặc trưng không lẫn với quýt của bất cứ nơi nào. Quýt Cao Bằng có hai loại: quýt quả tròn và quýt quả dẹt. Quýt quả tròn khi chín có màu vàng ươm, vỏ mỏng trung bình, dóc vỏ, ít xơ, vị ngọt đậm, thơm, trọng lượng quả từ 80 - 150g, khi bóc có lỗ rỗng ở giữa quả. Quýt quả dẹt có hai đầu lồi, hình hơi dẹt, khi chín có màu vàng ươm, vỏ mỏng trung bình, dễ bóc vỏ, có ít xơ, vị ngọt hơi chua, trọng lượng quả trung bình từ 100 - 150g.

Cây quýt được trồng ở nhiều địa phương trên địa bàn tỉnh, nhưng quýt ở Trà Lĩnh nổi tiếng hơn cả bởi vị ngọt thanh, mùi thơm đặc trưng. Quả quýt căng mọng, vàng ươm. Khi bóc vỏ dấy lên mùi thơm dịu nhẹ đặc trưng, múi quýt có vị ngọt đậm. Trong trí nhớ của một số cụ cao niên ở vùng trồng quýt lâu năm Quang Hán (huyện Trà Lĩnh), trước đây có khu vườn có cây quýt cao to đến độ phải bắc thang lên hái, sai quả đến mức thu hoạch được hơn chục gánh mới hết quả. Một gánh quýt khoảng trên dưới 50kg, vị chi mỗi cây cho khoảng 4 đến 5 tạ quả.



Photo: Trung Nguyễn

Quýt Cao Bằng được trồng trong các khe núi, thung lũng, sườn đồi tại một số huyện như Trà Lĩnh, Hòa An... Đã từ lâu quýt Cao Bằng nổi tiếng với màu vàng của nắng, vị ngọt của núi, hương thơm của đất và gió rừng. Có thể nói, quýt Cao Bằng có hương vị thơm ngon, ngọt lành mà không một nơi nào có thể sánh được.





Những năm gần đây, những loại cây đặc sản “lên ngôi”, cây quýt đã đem lại nguồn thu đáng kể cho nhiều gia đình. Thấy được giá trị kinh tế cao từ cây quýt, thị trường tiêu thụ mạnh, người dân địa phương chủ động mở rộng diện tích trồng cây quýt. Năm 2013, huyện Trà Lĩnh phối hợp với Sở Khoa học và Công nghệ thực hiện thành công đề tài khoa học “Ứng dụng công nghệ vi ghép đỉnh sinh trưởng để phục tráng và phát triển giống quýt đặc sản Trà Lĩnh”. Nhờ đó, diện tích quýt tăng dần qua các năm, đưa cây quýt trở thành cây trồng chủ lực đem lại hiệu quả kinh tế cao, khai thác hiệu quả tiềm năng tự nhiên của địa phương, góp phần quan trọng trong thực hiện công tác giảm nghèo.

Nhận thấy tính cấp thiết của việc xây dựng thương hiệu cho giống quýt đặc sản của địa phương, huyện Trà Lĩnh phối hợp với Sở Khoa học và Công nghệ triển khai Dự án “Xây dựng, quản lý và phát triển nhãn hiệu tập thể “Quýt Trà Lĩnh” cho sản phẩm quýt của huyện Trà Lĩnh, tỉnh Cao Bằng”. Ngày 19/4/2016, Cục Sở hữu trí tuệ đã cấp Giấy chứng nhận đăng ký nhãn hiệu tập thể cho Hội Quýt Trà Lĩnh, xã Quang Hán, huyện Trà Lĩnh.

Hiện nay, chính quyền địa phương tăng cường nghiên cứu ứng dụng những tiến bộ khoa học và công nghệ phát triển vùng sản xuất, duy trì chất lượng, danh tiếng sản phẩm, đẩy mạnh quảng bá, không ngừng phát triển giá trị thương hiệu và hiệu quả kinh tế từ cây quýt, để sản phẩm quýt Trà Lĩnh ngày càng vươn xa ra thị trường trên cả nước.





Lời kết

LÊ CHÍ THANH

NON NƯỚC CAO BẰNG THẬT KỶ VỸ VỚI NHỮNG TIỀM NĂNG,
THỂ MẠNH, VẺ ĐẸP THIÊN NHIÊN, GIÁ TRỊ LỊCH SỬ VĂN HÓA ĐỘC ĐÁO,
CÙNG VỚI NHỮNG CON NGƯỜI HIỀN HÒA, MẾN KHÁCH, CHỊU KHÓ,
CẦN CÙ LAO ĐỘNG, TẠO RA NHIỀU SẢN VẬT ĐẶC HỮU NỔI TIẾNG,
THẨM ĐẨM TÌNH ĐẤT, TÌNH NGƯỜI.



Hệ thống di tích lịch sử cách mạng nổi tiếng, gắn liền với chặng đường phát triển của lịch sử Việt Nam như: Khu di tích Quốc gia đặc biệt Pác Bó, Khu di tích Quốc gia đặc biệt rừng Trần Hưng Đạo... Những địa điểm du lịch nổi tiếng: Thác Bản Giốc, động Ngườm Ngao, Hồ Thang Hen, khu du lịch sinh thái Phja Oắc, Phja Đén... Thiên nhiên ưu đãi cho Cao Bằng đời khí hậu, thổ nhưỡng thuận hòa, đa dạng. Cùng với bàn tay lao động cần cù, sáng tạo của các dân tộc anh em quần cư lâu đời tạo ra nhiều sản vật đặc hữu nổi tiếng. Quanh năm sản vật bốn mùa, mùa nào thức ấy, mỗi sản vật ví như tinh túy đất trời ban tặng và bàn tay tinh hoa con người làm nên, hiếm nơi nào sánh bằng.

17 sản vật được giới thiệu trên đây đều gắn với từng vùng quê, địa phương cụ thể, mang bản sắc riêng không lẫn vào đâu được, bởi vậy, chúng luôn có sức hấp dẫn đối với bạn bè gần xa và khách tham quan du lịch. Tuy nhiên trên thực tế hiện nay, giá trị một số sản vật chưa tương ứng với chất lượng sản phẩm, chưa đáp ứng đủ nhu cầu của người tiêu dùng như miến, hạt dẻ, chè, lạp sườn... Trong bối cảnh người tiêu dùng càng ngày càng quan tâm đến sản phẩm sạch, an toàn, chất lượng cao, bổ dưỡng có lợi cho sức khỏe, tiềm năng phát triển của sản vật Cao Bằng là rất lớn. Các sản phẩm được giới thiệu ở đây đều đáp ứng nhu cầu chính đáng của khách hàng với giá cả lại vừa phải. Vì thế, việc quan tâm phát triển các sản vật bốn mùa của Cao Bằng là hướng đi cần được thúc đẩy trong thời gian tới. Trong tương lai sẽ có thêm những sản vật khác được bổ sung vào cuốn sách này để mọi người gần xa có thể biết đến và thưởng thức những hương vị đậm chất tự nhiên của Cao Bằng.



Photo: Lê Hải Hòa



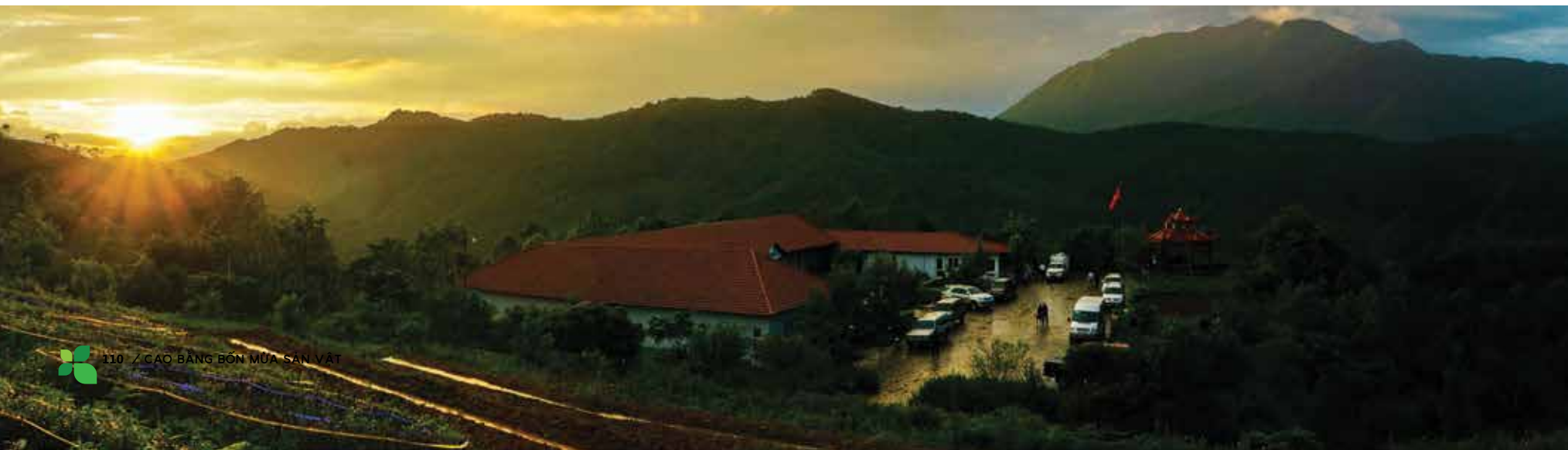
Photo: HELVETAS Vietnam



Photo: HELVETAS Vietnam



Photo: Bùi Tuấn Hùng



Mỗi phần giới thiệu về sản phẩm là những câu chuyện đời thường được minh họa bằng những tác phẩm nghệ thuật của các nghệ sĩ nhiếp ảnh Cao Bằng, của những người yêu mến vùng đất này, ở từng bức ảnh, họ thay cho người dân chân chất, cần cù, gửi gắm khao khát, ước vọng đưa sản vật của tỉnh đến với mọi miền của tổ quốc.

Với tấm lòng mến khách của một vùng đất văn hóa, giàu tiềm năng, hy vọng rằng, cuốn sách “Cao Bằng bốn mùa sản vật” sẽ là thông điệp mời gọi các nhà đầu tư trong và ngoài nước đến tìm hiểu đầu tư, khai thác tiềm năng, thể mạnh, mở hướng cho sản vật của Cao Bằng vươn xa ra thị trường trong và ngoài nước.

Xin cảm ơn các nhà văn, tác giả, các nhiếp ảnh gia, những người yêu Cao Bằng, những con em của vùng đất cội nguồn đã cung cấp những câu chuyện thú vị, những bức ảnh quý giá để hình thành nên cuốn sách ảnh này.

17 sản vật độc đáo, đặc trưng được các tác giả đề cập một cách rõ ràng cụ thể, nêu lên quá trình phát triển và hình thành sản phẩm có giá trị cao, hữu ích cho đời.



Trân trọng cảm ơn:



Đóng góp về nội dung:

Đặng Quang Bình, Hoàng Thị Bình, Hồng Cư, Luân Thị Diệp, Triệu Thị Kiều Dung, Chu Đức Hòa, Nguyễn Thị Huế, Phương Oanh, Hồng Xiêm, Lê Chí Thanh

Biên tập:

Đình Thùy Linh, Nguyễn Hương Nhung

Thiết kế:



www.marknb.vn

Nhiếp ảnh gia:



Bùi Tuấn Hùng
090 450 0988



Linh Đình



Khoa Phạm
0123 413 4999



Lê Hải Hòa



Lương Anh Tuấn
091 535 6636



Nguyễn Hữu Thông
091 535 6636



Trần Anh Dũng
091 197 3569



Trung Nguyễn
091 229 2373



Vũ Hùng Sơn
098 616 0088



Helvetas Vietnam

Các tác phẩm nhiếp ảnh trong cuốn sách này đã được các tác giả và cơ quan nêu trên cung cấp.

Những tác phẩm ảnh này chỉ được phép sử dụng và xuất bản, tái bản trong phạm vi cuốn sách Cao Bằng Bốn mùa Sản vật.

Các đơn vị, tổ chức cá nhân liên quan mong muốn sử dụng các tác phẩm trong cuốn sách này, xin liên hệ tác giả theo số điện thoại cung cấp trên đây.

Bản quyền cuốn sách này thuộc về Ban quản lý dự án Xây dựng Ban tư vấn chính sách cấp tỉnh Cao Bằng - 2018.
Nghiêm cấm sao chép dưới mọi hình thức.

*Giấy phép xuất bản số...
In ... và nộp lưu chiểu...*



Cao Bằng
BỐN MÙA SẢN PHẨM