

Các Loại Gia Vị Trong Ẩm Thực Việt

Thái Công Tụng



Chả cá Lã Vọng

1. Dẫn nhập. Đặc trưng của ẩm thực Việt chính là nhờ các gia vị. Gia vị đã là nét văn hóa. Thực vậy, món ngon của Hà Nội có bún chả, chạo tôm, xôi mặn thập cẩm, chả cá Lã Vọng, ốc... Món ngon của Huế thì có bánh bèo, bánh khoái, hến xúc bánh tráng hay món ăn vỉa hè như bánh tráng nướng, mì Quảng, bò nướng lá lốt... Ngoài gia vị chính là **nước mắm** mà người Tây phương còn biết, ta còn gặp nhiều gia vị gốc thực vật như tỏi, ớt, gừng, v.v..., các loại rau như hành hoa, tía tô, kinh giới, rau diếp cá, tần ô, rau răm, rau mùi (**ngò**), ngò gai, sả, riềng, tỏi, rau húng quế, rau thơm, v.v.. Trong **bát phở**, nổi bật là gia vị vì trong nước phở có nhiều gia vị như **hôi** (**tiểu hôi, đại hôi**), **quế**, **tiêu**. Có khi, nước phở có cho vào **đinh hương** và **tương** (**tương đen, tương đỏ**); hoa hồi thảo quả cũng là các gia vị. Phở Nam có **đinh hương**, và có thêm rau thơm. Còn phở truyền thống Bắc có hành nướng đen vỏ để tạo mùi và màu. Bún thang, bún chả của Hà Nội thường có tinh dầu **cà cuống**.

2. Gia vị trong vài ca dao. Gia vị với hành, tỏi, gừng, riềng, lá chanh, ớt v.v. đi liền với văn hoá ẩm thực Việt nên ta thường gặp trong ca dao.

“Con gà cục tác lá chanh
Con lợn ủn ỉn mua hành cho tôi
Con chó khóc đứng khóc ngồi
Mẹ ơi đi chợ mua tôi đồng riềng

Con trâu nằm ngựa nằm nghiêng
Xin chó mua riềng, mua **tỏi** cho tôi!

Ca dao ta cũng dùng gia vị để ví von trong tình gia đình:

- Chiều chiều khói tỏa mùi thơm
Bàn tay mẹ nấu bữa cơm quê mùa
Mồng toi, rau đắng, canh cua
Tép rang, cà pháo, muối chua ăn cùng.

- Cá nẹp kho với **quả sung**
Thơm lừng lỏi xóm đi xa nhớ nhiều
Cơm được mẹ nấu bằng niêu
Gạo mùa chiêm mới nức chiều miền quê.
Mâm cơm đâu có gì nhiều
Mà sao ấm áp cả đời khó quên
Mẹ cha yêu mến kẻ bên
Trong mơ mẹ vẫn hiện lên khẽ khàng.

Gừng, luôn là một gia vị được ông cha ta rất quý, bởi nó tượng trưng cho sự nồng ấm:

“Ước gì em biến thành gừng,
Anh biến thành cá, ở chung một nồi.”



Tôm bún bò Huế

Ngoài gừng, **ớt** (*Capsicum annuum*) cũng là gia vị, luôn có mặt trong món bún bò Huế. Nhiều giống ớt như: **Ớt Sừng Trâu, Chỉ Thiên**... và phảng phất trong nhiều ca dao:

“Ớt nào mà ớt chẳng cay,
Gái nào là gái chẳng hay ghen chồng.
Ớt nào là ớt chẳng nồng,
Gái nào là gái có chồng không ghen.”

Trong các cung bậc của tình yêu, nỗi đau bị phụ tình, là một nỗi đau khó diễn tả chính xác bằng lời, là tổng hợp gia vị chua cay mặn đắng, thể hiện nỗi sốt qua các gia vị đối chọi nhau, cũng thể hiện tâm trí rối bời của người con gái bị phụ tình:

*“Em đây không dư giả,
Như lá hẹ bỏ màu thơm tho.
Lá hẹ thơm tho cũng nhờ nước nóng,
Anh ăn ở làm sao cho đậm thắm thủy chung?
Chớ ăn ở bõm xòm như muối lâu năm,
Ra đúng vạt gừng rừng rụng nước mắt,
Ra đúng vạt tỏi, vôi vôi trông hành.
Chim kêu xấu xa xấu với trên cành,
Đây chưa bỏ đó, đó đành bỏ đây?”*

3. Phân loại gia vị. Gia vị có nguồn gốc thực vật như gừng, tỏi, ớt v.v., cũng có nguồn gốc động vật như nước mắm.

3.1. Gia vị nguồn gốc thực vật.

Gia vị gốc thực vật có thể là ở **dạng quả** ớt như ớt, chuối xanh, khế chua, quả me, quả chanh..., **dạng hạt** như: hạt tiêu, hạt ngò..., **dạng củ** như củ sả, củ riềng, củ gừng, củ tỏi, củ kiệu, củ nghệ v.v., **dạng lá** như rau răm, rau quế, lá hẹ, rau thơm, húng chó, ngò, tia tô, lá chanh, lá ổi, lá lốt. Rau **húng thơm** nổi tiếng ở làng Láng ngoài Bắc, ăn với phở; **húng quế**, **húng lủi** thường dùng ăn sống với tiết canh, lòng heo; **thì là** thường đi với món cá. **Rau bạc hà** và **húng lủi** là hai loại cây khác nhau, nhưng chúng đều thuộc chi Bạc hà (**danh pháp Mentha**), họ Hoa môi (**Lamiaceae**). Bạc hà có tên khoa học là *Mentha avensis*, còn húng lủi có tên khoa học là *Mentha Aquatica*. Trong các loài rau gia vị, phải kể **húng thơm** nổi tiếng ở làng Láng ngoài Bắc, như câu ca dao sau đây:

*Đi đâu mà chẳng biết ta,
Ta ở kẻ Láng vốn nhà trồng rau
Rau thơm, rau húng, rau mùi
Thì là, cải cúc, đủ mùi hành hoa
Mồng toi, mướp đắng, ớt, cà
Bí đao, đậu vắn, vốn nhà trồng nên*

- **Cây hồi** danh pháp khoa học *Illicium verum*, là một loài cây gia vị có mùi thơm tương tự như cây **tiêu hồi**, thu được từ vỏ quả hình sao của *Illicium verum*, có nhiều ở miền Đông Bắc Bắc phần Việt Nam. Các quả hình sao được thu hoạch ngay trước khi chín.

- **Cây bạc hà:** là loại cây thân thảo, sống lâu năm. Cây cao 60 – 80 cm, mọc đứng hoặc hơi bò, phân nhánh. Thân hình vuông, màu xanh hoặc tím nhạt, có nhiều lông ngắn. Toàn cây có mùi thơm vì có vị cay, mát, chứa tinh dầu Menthol. Nhiều công dụng trong đó có dùng làm gia vị.

- **Cây ớt chỉ thiên:** Ớt là một loại quả của cây thuộc chi Capsicum của họ Cà (**Solanaceae**). Ớt là một loại quả gia vị quan trọng trong các món ăn, có tính kháng oxy hóa rất cao, tác dụng tăng cường hệ miễn dịch và làm giảm huyết áp.

- **Cây gừng:** là loại cây trồng thông dụng trong vườn rau gia vị. Ngoài ra, còn phải kể thêm cây ngò, cây tía tô, cây húng quế (**húng thơm**).

- **Cây hành lá:** là loại rau gia vị chủ yếu trong các bữa ăn gia đình.

- **Cây tỏi:** là một loài thực vật thuộc họ Hành và cũng được con người sử dụng làm gia vị, trong nhiều món ăn.

- **Cây ngò:** Rau ngò còn gọi là **rau om**, **ngò om** (*Limnophila aromatica* thuộc họ **Plantaginaceae**), là loài cây thảo mập, giòn, rỗng ruột, có nhiều lông. Rau ngò thường mọc hoang ở ruộng nước, vùng lầy và rất dễ trồng; vị chua cay, hơi se, tính mát, thơm. Đây là gia vị không thể thiếu khi nấu cùng món ngó khoai để làm canh hay hầm xương.

Gia vị có thể ở dạng củ, dạng lá, dạng hạt, dạng quả. Sau đây là vài chi tiết:

3.1.1. Củ gia vị. Phải kể củ gừng, củ riềng, củ tỏi, củ sả v.v.

- Củ **Gừng.** Vị cay của **gừng** (*Zingiber officinale*), luôn là một gia vị được ông cha ta rất quý, bởi nó tượng trưng cho sự nồng ấm:

*“Ước gì em biến thành gừng,
Anh biến thành cá, ở chung một nồi.”*

- *Ai ơi chua ngọt đã từng
Gừng cay muối mặn xin đừng quên nhau*

hoặc:

*Muối mặn ba năm còn mặn
Gừng cay chín tháng còn cay
Dù ai xuyên tạc lá lay
Sắt son nguyện giữ lòng này thủy chung.*

- **Củ Riềng** (*Alpinia officinarum*), họ Gừng (*Zingiberaceae*),

- **Củ Tỏi** (*Allium sativum*) là một loài thực vật thuộc họ Hành, nghĩa là có họ hàng với hành tây, hành ta, hành tím, tỏi tây, v.v... **Tỏi** có thể sử dụng thành gia vị trong nước chấm pha chế gồm tỏi, ớt, tương, đường... Hoặc tỏi được trộn đều với các món rau xào với rau muống khiến món ăn dậy mùi thơm. Tỏi cũng được làm nước muối tỏi và ớt. Củ tỏi có nhiều tép và cũng là gia vị, được nhắc đến trong ca dao:

Ăn tiêu nhớ tỏi bùi người

Ngồi bên đóm hẹ nhớ mùi rau răm

Hồi người quân tử trăm năm

Quay tơ có nhớ mối tằm hay không?

- **Củ Sả** (*Cymbopogon*). Trong món **bún bò Huế** thì ngoài ớt, phải nhắc đến **sả** và **ruốc**. **Sả** được sử dụng rộng rãi như là một loại gia vị, có hương vị như chanh, có thể sấy khô và tán thành bột hay sử dụng ở dạng tươi sống. Sả nói chung được dùng trong các món cà ri. Nó cũng rất thích hợp cho các món chế biến từ thịt gia cầm, cá và hải sản. Nó có hương vị như chanh và có thể sấy khô và tán thành bột hay sử dụng ở dạng tươi sống. Sả nói chung được dùng trong chè, súp và các món cà ri. Nó cũng rất thích hợp cho các món chế biến từ thịt gia cầm, cá và hải sản. Sả diu (*Cymbopogon flexuosus*) có nguồn gốc ở Ấn Độ, Sri Lanka, Myanmar và Thái Lan trong khi sả chanh (*Cymbopogon citratus*) được cho là có nguồn gốc từ Malaysia. Hai loài này có thể được sử dụng tương tự như nhau, tuy nhiên *C. citratus* phù hợp hơn khi dùng cho ẩm thực.



- **Củ nghệ** (*Curcuma longa*) họ Gừng có củ được dùng làm bột cari, bôi mụn nhọt.

3.1.2. Lá gia vị.

Có thể kể sau đây một số rau có lá gia vị:

- **Rau húng** (*Ocimum basilum*) nhiều loại như húng quế, húng lủi, húng chó thường dùng ăn sống với một số thịt động vật như **tiết canh**, lòng heo. Cây húng lủi thuộc loại cây thảo, cây có nguồn gốc hoang dã nên có sức sống khỏe, phát triển nhanh. Cây có thân rễ mọc bò thành chùm dưới đất. Húng lủi để làm gia vị ăn sống. Làm thảo dược, phòng chống nhiều loại bệnh, cây húng lủi còn giúp vệ sinh răng miệng, giữ hơi thở thơm tho. Bên cạnh đó, một chậu cây húng lủi còn là giải pháp tuyệt vời giúp xua đuổi muỗi.



Đĩa tiết canh vịt

- **Ngò** (*Coriandrum sativum*). Cây có mùi thơm, thường được trồng làm rau thơm và gia vị.

- **Ngò gai** (*Eryngium foetidum*), họ Apiaceae, còn có tên **mùi tàu**. Ngò gai là cây cỏ thấp, có thân đơn độc, chia cành ở ngọn, hoa quả mọc ở cành. Lá mọc ở gốc, xoè ra hình hoa thị. Lá ngò gai có mùi thơm dễ chịu. Trong nồi canh chua nấu cá có lá ngò làm mất mùi tanh.

- **Cây sả**: là một loại cây thân thảo, thuộc họ hòa thảo. Thường mọc thành từng bụi cao khoảng 1-1.5m. Thân có màu trắng hoặc hơi tím, có nhiều đốt. Lá hẹp dài, mép lá hơi nhám. Bẹ lá ôm chặt với nhau rất chắc, tạo thành một thân giả. Sả được dùng làm rau gia vị lâu đời ở các nước Châu Á.

- **Tía tô** (*Perilla frutescens*), là loại cây thuộc họ Hoa Môi (*Lamiaceae*). Thân cây tía tô thường cao khoảng 0.5-1m. Lá cây có hình răng cưa, mọc đối nhau, mặt dưới lá có màu tím tía (**cũng có khi cả 2 mặt đều có màu tím tía**). Nguồn gốc của cây tía tô là xuất phát từ vùng núi Himalaya và vùng Đông Nam Á. Tại Việt Nam, loại cây này được người dân trồng

rất phổ biến để sử dụng làm gia vị cho các món ăn hàng ngày.

- **Thì là** (*Anethum graveolens*, họ *Apiaceae*), là gia vị trong các món canh cá, canh chua, vừa thơm ngon, vừa đỡ mùi tanh của thực phẩm.



Canh cá lóc nấu rau cần

- **Rau sam** (*Portulaca olearacea*) Nó có vị hơi chua và mặn. Trong thơ Hồ Dzếnh, có nhắc đến loại rau này

*Tôi đến đây tìm lại bóng cô,
Trở về đường cũ, hái mơ xưa,
Rau sam vẫn mọc chân rào trước,
Son sắt, lòng cô vẫn đợi chờ.*

- **Rau kinh giới** (*Elsholtzia ciliata*), Ở Việt Nam, rau kinh giới được trồng rất phổ biến, thường được sử dụng như một loại rau thơm ăn cùng với các món ăn và đây cũng là một loại thảo dược được sử dụng trong rất nhiều bài thuốc dân gian. Cây kinh giới mọc thẳng, thân vuông và có lông, có màu hơi tím ở phần gốc cây và thường cao khoảng 40-60cm. Trong đông y, cây kinh giới mùi rất thơm, tính ấm và vị cay có tác dụng rất tốt trong an thần, chống dị ứng và hạ nhiệt...

- **Rau diếp cá** (*Houttuynia cordata*) là một loài thực vật thuộc họ Saururaceae. Là một loại cỏ nhỏ, mọc quanh năm, ưa chỗ ẩm ướt, có thân rễ mọc ngầm dưới đất. Rễ nhỏ mọc ở các đốt. Lá mọc cách (*so le*), hình tim, có bẹ, đầu lá hơi nhọn, khi vò ra có mùi tanh như mùi cá. Cây thảo cao 15–50 cm; thân màu lục hoặc tím đỏ, mọc đứng cao 40 cm, có lông hoặc ít lông.

- **Rau tần ô** (*Chrysanthemum coronarium*) với nhiều tên khác như **cải cúc**, **rau cúc**, **cúc tần ô**, **rau tần ô**. Đây là một loại rau lá thuộc họ Cúc.

- **Rau mùi** (*ngò*) tên khoa học (*Coriandrum sativum*, họ *Apiaceae*), có nguồn gốc bản địa từ Tây Nam Á về phía tây đến tận châu Phi. Làm rau thơm và gia vị,

- **Rau răm** (*Persicaria odorata*). Cây thân thảo, mọc dưới nước hoặc ở nơi luôn luôn ẩm ướt. Lá rau răm thuôn dài nhọn ở đầu. Rau răm có hương thơm đặc biệt. Dùng làm rau gia vị, là một cây thuốc nam quý có vị cay nóng, mùi thơm. Rau răm có trong bài hát:

*Gió đưa, à ơi, gió đưa cây cải về trời
rau răm ở lại chịu lời đắng cay
gió đưa ơi ah ơi ah
cây cải mà về đâu, rau răm ở lại
lòng sầu là sầu năm canh*

- **Lá sung, lá đinh lăng** dùng ăn gỏi, **lá gừng, lá chanh, lá nguyệt quế, lá lốt**, thường ăn với thịt gia súc hoặc xắt nhỏ cho vào các món nấu. Rất nhiều người thường hay dùng lá cây đinh lăng ăn kèm với gỏi cá để tăng thêm hương vị của món ăn này. Do đó, mọi người thường gọi cây đinh lăng với một cái tên khác là **cây gỏi cá**.

- **Cần tây** là một loài thực vật thuộc họ hoa tán. Rau cần tây được xem như một loại rau sạch, thơm ngon, hợp khẩu vị.

- **Ngò gai** là loại rau thân thảo, cây đơn lẻ, lá mọc ở gốc xòe ra hình hoa thị, lá hình thuôn có răng cưa, cành chia ở ngọn chứa hoa. Có tác dụng làm rau thơm.

3.1.3. Hạt gia vị: hạt tiêu, hạt ngò, hạt dổi...

- **Hạt tiêu** được thu hoạch mỗi năm một lần. Muốn có **tiêu đen**, người ta hái quả vào lúc xuất hiện một số quả đỏ hay vàng trên chùm, nghĩa là lúc quả còn xanh; những quả còn non quá chưa có sọ rất giòn, khi phơi dễ vỡ vụn, các quả khác khi phơi vỏ quả sẽ sần lại, ngả màu đen. Muốn có **hồ tiêu trắng** (*hay hồ tiêu sọ*), người ta hái quả lúc chúng đã thật chín, sau đó bỏ vỏ. Loại này có màu trắng ngà hay xám, ít nhăn nheo và ít thơm hơn (*vì lớp vỏ chứa tinh dầu đã mất*) nhưng cay hơn (*vì quả đã chín*).

- **Hạt ngò** dạng hạt rau mùi ta, mùi tây, mùi tàu, tính ấm, có mùi thơm, giúp khai vị, ăn ngon, tiêu hóa thức ăn, giải độc chất tanh.. Ngoài ra hạt ngò còn có tác dụng kích thích hệ tiêu hóa, chữa hiện tượng hôi miệng ở người,

hơn nữa còn có thể dùng làm thuốc giảm đau, điều trị bệnh thấp khớp.

- **Hạt dổi rừng** không chỉ là gia vị cho các món ăn của đồng bào Tây Bắc mà còn là **tinh hoa ẩm thực của vùng núi Tây Bắc** tạo nên nét độc đáo rất riêng của văn hoá ẩm thực của con người Tây Bắc ở miền Bắc Việt Nam.



3.1.4. Quả gia vị: chanh, bưởi, ớt, thảo quả, dứa xanh, chuối xanh, khế chua, quả me, quả dợc, quả sấu...

Miền núi Bắc Việt, có quả cây **Mắc Khén** (*Zanthoxylum myriacanthum*), họ Cam quít Rutaceae, có hạt làm gia vị.
(GS Phạm Hoàng Hộ gọi là Hoàng mộc gai).



3.2. Gia vị nguồn gốc động vật

Mắm các loại (làm từ cá, tôm, cua, cáy, rươi, tép v.v.) như mắm tôm, mắm tép, mắm tôm chua, mắm rươi, mắm cáy, mắm cua đồng, mắm bò hóc, mắm ba khía, mắm nêm... Các loại nước mắm làm từ cá (như cá cơm, cá thu, cá chẻm, cá đối, cá ngát v.v.). Có thể kể thêm tinh dầu cà cuống, mỡ lợn, bơ động vật, dầu hào v.v.

Trong bún thang, bún chả, bánh cuốn của Hà Nội thường có **tinh dầu cà cuống**. Cà cuống có ở khắp mọi vùng miền của cả nước, nhưng dường như nó chỉ khiến người dân vùng đồng bằng Bắc bộ mê mẩn với bánh cuốn, chả cá, bún thang... với mùi vị cay nồng của tinh dầu cà cuống. Cà cuống sinh trưởng ở dưới nước, tại các ruộng sâu, hồ ao, sông lạch. Mùa cà cuống vào tháng 10 âm lịch, sau vụ gặt lúa mùa. Cà cuống phàm ăn và ưa ánh sáng. Dựa vào đặc tính này, người ta chong đèn để dụ cà cuống bay tới, chúng thường kết thành từng đàn nên cuối buổi họ chỉ việc thu gom mang về. Trứng cà cuống thì được lượm trên các thân cỏ dưới nước. **Cà cuống** có nhiều trong ruộng nước; đó chỉ là một loài sâu tên khoa học là *Lethocerus indicus*, có khả năng tiết ra từ các túi dưới cánh một chất mùi rất cay.

Ca dao sau đây có nhắc đến cà cuống:

*Con cò chết rũ trên cây
Cò con mở lịch xem ngày làm ma
Cà cuống uống rượu la đà
Chim ri riu rít bò ra chia phần
Chào mào thì đánh trống quân
Chim chích còi trần, vác mỗ đi rao*

Ca dao này nói lên khi người chết vừa nằm xuống, đã có dân làng rủ rê nhau tham dự để chia nhau ăn uống.

4. Gia vị cũng biến thiên theo từng món và từng vùng

Miền Bắc có món **Phở Bắc** với nước dùng có nhiều gia vị như **tiêu hồi, đại hồi, quế, tiêu v.v.** Có khi, nước phở có cho vào đinh hương và tương (tương đen, tương đỏ).

Miền Tây Bắc Việt Nam, để làm món thịt trâu ngon, người ta phải lọc cẩn thận hết gân, lọc sạch bạc nhạc, sau đó thái miếng dọc thớ rồi ướp với **hỗn hợp gia vị** gồm sả, gừng, tỏi, ớt khô băm nhỏ, rồi để khoảng 2-3 tiếng, sau đó lấy que xiên và sấy trên than củi, để xa cho thịt

chín từ từ, chín đều. Thịt được sấy cho đến khi vừa chín để không làm mất vị ngọt của thịt. Vị ngọt của thịt trâu đơm trong sự đậm đà của các gia vị tạo nên sức hấp dẫn cho đặc sản vùng cao.

Miền Trung có **bún bò Huế** mà nói đến món này là phải nhắc đến **sả** và **ruốc**. Sả được sử dụng rộng rãi như là một loại gia vị tại các nước châu Á. Nó có thể sấy khô và tán thành bột hay sử dụng ở dạng tươi sống. Phần thân cây là khá cứng để có thể ăn, ngoại trừ phần thân non và mềm bên trong. Tuy nhiên, người ta có thể thái nhỏ và thêm vào trong các gia vị. Sả nói chung được dùng trong các món cà ri. Nó cũng rất thích hợp cho các món chế biến từ thịt gia cầm, cá và hải sản.



Đính kèm là bản đồ gia vị thực vật **ông Chiêm Thành Long đã tìm tòi và ghi chú trên bản đồ:**

- + Vùng Tây Bắc (**Lào Cai, Điện Biên...**): mắc khén, thảo quả, quế, rau mùi, ớt, tiêu.
- + Vùng Đông Bắc: hạt dổi, mát mật, sả, ớt, riềng, nghệ, gừng...
- + Hà Nội: thì là, lá xương sông, ngải cứu, riềng, nghệ, quả sấu, tai chua, tiêu, tỏi, ớt, sả, lá chanh...
- + Đồng bằng sông Hồng: lá lốt, quả mắc cạp, quả chay, riềng, sả, ớt, tiêu...
- + Vùng biển phía Bắc: tiêu, sả, ớt, riềng, mè, mắm tôm, thì là, lá chanh, ngải cứu...
- + Tây nguyên: lá é, sả, gừng, muối, ớt...
- + Bắc Trung bộ (**Nghệ An, Hà Tĩnh...**): tiêu, tỏi, mắm, muối, ớt, tương...
- + Nam Trung bộ (**Huế, Đà Nẵng...**): tỏi, gừng, riềng, tiêu...
- + Tây nguyên: tiêu rừng, tiêu lốt, gừng, nghệ...
- + Đông Nam bộ: tỏi, tiêu, gừng, sả, ớt, lá chúc, mắm, muối...
- + Tây Nam bộ: tỏi, tiêu, gừng, mắm, muối, nước mắm, chanh, ớt...

5. Lời kết. Nước Việt có môi trường tự nhiên rất đa dạng: **từ miền non cao núi thẳm đến miền đồng bằng, quê hương em đất mặn đồng chua**, do đó từ thực vật đến động vật trú ẩn trong đó cũng rất đa dạng và chứa nhiều thực vật (**sả, gừng, tỏi, riềng, hành, ớt...**) cũng như động vật (**ruốc ngoài biển, cá linh trong đồng ủ ra nước mắm v.v**), tiền đề cho các gia vị đủ màu và đủ mùi vị khiến ẩm thực Việt có sức lan tỏa, nhất là sau 1975, với hàng hàng lớp lớp người Việt ra nước ngoài sinh sống nên ngày nay, nhiều người dân nước ngoài cũng nếm các gia vị ta thường gặp ở Việt Nam khi xưa.

Thái Công Tụng