

BIẾN ĐỔI TRONG TẬP QUÁN ĂN UỐNG CỦA NGƯỜI SÁN DÌU TỈNH THÁI NGUYÊN

NGUYỄN THỊ QUẾ LOAN

Trong xu thế đổi mới và phát triển hiện nay, cùng với những biến đổi sâu sắc, to lớn của đất nước trên tất cả các lĩnh vực: văn hoá, kinh tế, xã hội..., tập quán ăn uống của mỗi tộc người cũng đã và đang biến đổi. Điểm nổi bật trong các yếu tố biến đổi là sự tiếp thu nguồn lương thực, thực phẩm mới, tiếp thu kỹ thuật chế biến, dụng cụ chế biến từ bên ngoài (Ma Ngọc Dung, 2005, tr. 185). Tuy nhiên, mức độ biến đổi trong tập quán ăn uống của mỗi tộc người là khác nhau và nguyên nhân dẫn đến sự biến đổi cũng rất đa dạng. Trước nghiên cứu này, đã có một số tác giả tìm hiểu về biến đổi trong tập quán ăn uống của người Thái (Nguyễn Thị Mai, 2003), người Việt (Vương Xuân Tinh, 2004), người Tày (Ma Ngọc Dung, 2005)... Về biến đổi trong tập quán ăn uống của người Sán Dìu ở Thái Nguyên, tác giả Nguyễn Thị Quế Loan cũng đã đề cập một cách khái lược trong *Bản sắc văn hoá của người Sán Dìu ở Thái Nguyên qua tập quán ăn uống* (Nguyễn Thị Quế Loan, 2007). Nhìn chung, các công trình nêu trên mới chú ý tìm hiểu về nguyên nhân, những biểu hiện của biến đổi trong ăn uống. Tuy nhiên, nghiên cứu biến đổi trong tập quán ăn uống của mỗi tộc người còn phải nhận diện tính tích cực của việc giao lưu, hội nhập văn hoá trong thời kỳ Đổi Mới, đồng thời chỉ ra mặt hạn chế, để từ đó đề xuất các giải pháp nhằm bảo tồn những giá trị trong ẩm thực truyền thống của tộc người đó.

Là một trong 8 thành phần dân tộc chủ yếu ở tỉnh Thái Nguyên¹, người Sán Dìu cũng như các dân tộc khác, có lịch sử đấu tranh anh dũng và có một nền văn hoá độc đáo. Tuy nhiên, do cùng trong một khu vực văn hoá lịch sử, sống cộng cư lâu đời trong quá trình dựng nước và giữ nước, nên dân tộc Sán Dìu có sự tiếp xúc, ảnh hưởng văn hoá của các dân tộc khác. Đặc biệt, từ sau thập kỷ 60 của thế kỷ XX, do ngày càng thiếu người Việt đến Thái Nguyên làm việc trong các nhà máy, xí nghiệp, làm trường, hợp tác xã, trường học, bệnh viện, mỏ sắt Trại Cau, khu Công nghiệp Gang thép Thái Nguyên..., nên càng thúc đẩy giao lưu văn hoá giữa người Việt với các tộc người thiểu số trong vùng.

Sự giao lưu, ảnh hưởng văn hoá nêu trên, một mặt làm tăng quá trình xích lại và hiểu biết lẫn nhau giữa dân tộc Sán Dìu với các dân tộc khác, mặt khác, cũng có nguy cơ mai một văn hoá truyền thống của mỗi dân tộc trên tất cả các lĩnh vực, trong đó có tập quán ăn uống - một lĩnh vực vốn được xem là tương đối bảo thủ, ít biến đổi và bảo lưu được những yếu tố truyền thống (Vương Xuân Tinh, 2004, tr. 8 - 9). Vậy, đời sống văn hoá ẩm thực truyền thống của người Sán Dìu ở Thái Nguyên như thế nào và nó biến đổi ra sao trong bối cảnh giao lưu? Nguyên nhân nào dẫn đến sự biến đổi này?

¹ Thái Nguyên có 8 dân tộc sinh sống chủ yếu: Kinh, Tày, Nùng, Sán Dìu, Cao Lan – Sán Chỉ, Hmông, Dao, Hoa. Theo số liệu thống kê năm 1999 của Cục Thống kê tỉnh Thái Nguyên, dân tộc Sán Dìu có 37.365 người.

Để trả lời cho những câu hỏi này, chúng tôi tiến hành lựa chọn 20 điểm nghiên cứu² có người Sán Dìu cư trú tập trung, điều kiện tự nhiên - xã hội đa dạng, để có cái nhìn tổng thể về tập quán ăn uống của đồng bào. Phương pháp chủ đạo được thực hiện trong khảo sát thực địa là quan sát, phỏng vấn và điều tra bảng hỏi.

1. Một số đặc điểm về tập quán ăn uống truyền thống của người Sán Dìu ở Thái Nguyên

Tập quán ăn uống là một trong những khía cạnh phản ánh đời sống văn hoá tộc người. Tính truyền thống trong tập quán ăn uống được biểu hiện ở “các món ăn, đồ uống, thức hút hoặc những ứng xử của con người khi lịch sử chúng đã có từ lâu đời, khó xác định nguồn gốc và được cư dân sở tại coi là của mình” (Vương Xuân Tình, 2004, tr. 178). Ngoài cách chế biến và món ăn, tính truyền thống trong tập quán ăn uống còn thể hiện ở khẩu vị và cơ cấu bữa ăn.

Tính truyền thống trong tập quán ăn uống của người Sán Dìu ở Thái Nguyên được thể hiện qua các khía cạnh sau đây:

- Về cách chế biến món ăn

Trong quá trình điền dã, chúng tôi đã khảo sát được 18 cách chế biến món ăn truyền thống, đó là các cách: nướng (*chác*),

vùi (*voi*), rán (*hóc*), rang, xào (*xáo*), lam com (*chốc thông phan*), luộc (*sap*), nấu (*chuy*), đồ (*chênh*), hấp (*híp*), ninh, hầm, bung (*bông*), kho, làm gỏi (*chụ nhuý sang*), làm chua (*chụ slon*), làm nộm (*chụ nộm*), làm xối (*múi súi*), làm sọng (*chụ slang*), làm tương (*chụ tương*), làm mắm (*ha*). Những cách chế biến này đều được các cụ già cao tuổi khẳng định: “Từ bé, chúng tôi đã được ăn món nấu theo cách này rồi”. Nếu chỉ nhìn một cách phiến diện, sẽ thấy cách thức chế biến của người Sán Dìu về cơ bản không khác so với các tộc người Việt, Tày... trong vùng. Tuy nhiên, khi xem xét kỹ lưỡng vẫn thấy những đặc điểm khác biệt, qua cách phối chế nguyên liệu (Nguyễn Thị Quế Loan, 2007).

- Về khẩu vị

Mặc dù là tộc người có nguồn gốc xa xưa từ Trung Quốc, nhưng trong khẩu vị của người Sán Dìu, không thấy có những điểm giống với người Hán. Ví như, người Hán thích những món xào, rán, nhiều mỡ, thậm chí với món rán họ đun ngập trong mỡ, món xào họ thích cho thêm đường. Còn người Sán Dìu ở Thái Nguyên, ngoài cháo là món ăn không thể thiếu trong cơ cấu bữa ăn truyền thống của họ giống với người Hán, thì trong chế biến, họ không ưa nhiều chất béo và cũng không thích cho thêm đường vào món ăn (trừ món nộm, chè, bánh). Mùa hè, tiết trời nóng bức, cũng giống như người Việt, họ ưa ăn những món có nhiều nước, ít mỡ cho mát - những món này thường được chế biến bằng cách luộc, nấu. Vị chua được sử dụng nhiều hơn trong mùa hè (canh chua, cà muối...). Mùa đông, lượng mỡ trong món ăn được tăng lên; thêm vào đó là những gia vị cay như ớt, hạt tiêu, gừng cũng được sử dụng

² Chúng tôi đã đến khảo sát ở các làng/xóm thuộc tỉnh Thái Nguyên như: Huyện Đông Hồ gồm các xóm: Tam Thái (xã Hoá Thượng), Cây Sơn, Ao Lang (xã Linh Sơn), Bờ Suối, Đông Chóc, Góc Thị (xã Nam Hoà), Na Ca 2 (xã Minh Lập), Thác Lở (xã Cao Ngạn), Cây Thị (xã Cây Thị). Thành phố Thái Nguyên gồm các làng: Làng Lướt (xã Thịnh Đức), Quyết Tiến 2 (Thành phố Thái Nguyên). Huyện Phú Bình gồm các xóm: Bờ Túc, Đá Bạc (xã Bàn Đạt). Huyện Phổ Yên: xóm Hồng Cốc (xã Phúc Thuận). Huyện Phú Lương gồm các làng/xóm: xóm Làng Táo (xã Sơn Cẩm), Làng Đông, Cổ Lũng, Làng Ngói (xã Cổ Lũng). Huyện Đại Từ gồm các làng/xóm: Làng Sòng, Suối Nước (xã An Khánh).

nhiều hơn. Tuy nhiên dù mùa nào, trong mâm cơm của họ đều có một món mặn, cho dù là bát muối vừng hay đơn giản là đĩa gừng xào muối. Ngoài ra, cà muối, dưa muối cũng là món ăn thường xuyên có trong mâm cơm của mỗi gia đình. Nguyên nhân của tình trạng trên, theo chúng tôi, là do người Sán Dìu đã đến Việt Nam khá lâu (cách đây hơn 300 năm), sống cùng một khu vực sinh thái và có sự giao lưu văn hoá với các tộc người trong vùng, nên việc ăn uống của họ cũng biến đổi dần cho phù hợp với khí hậu, nguồn lương thực cũng như hoàn cảnh kinh tế. Trải qua thời gian, thói quen đó đã trở thành tập quán trong ăn uống của họ.

- Về cơ cấu bữa ăn

Tính truyền thống còn thể hiện trong cơ cấu bữa ăn của mỗi tộc người. Trong những ngày thường, người Sán Dìu ăn ba bữa, với hai bữa chính (trưa, chiều) và một bữa phụ (sáng). Thời gian của các bữa như sau:

Bữa sáng (*slêch cháo*): từ 6 - 7 giờ.

Bữa trưa (*slêch fan chiu*): từ 11 - 12 giờ.

Bữa chiều (*slêch fan bu*): từ 18 - 19 giờ.

Bữa sáng, họ thường ăn khoai, sắn luộc và cháo. Bữa trưa và bữa chiều thường có cơm, cháo, rau (xào, luộc hoặc nấu canh), cà, tương; thỉnh thoảng có thịt, cá, đậu...

Vào ngày mùa bận rộn phải làm đến đêm, người ta bố trí thêm bữa ăn *cộ cang* (bữa phụ) từ 23 đến 24 giờ để tăng thêm sức lao động.

Trước đây, trong mỗi gia đình người Sán Dìu, bữa ăn chính bao giờ cũng có cơm và cháo. Các cụ già người Sán Dìu cho rằng: “Cháo là món ăn có nguồn gốc từ Trung

Quốc. Với các dân tộc khác, cháo chỉ được ăn vào bữa phụ, song với người Sán Dìu cháo được ăn cùng với cơm...”³. Do sản xuất nông nghiệp lạc hậu, ít mua bán, trao đổi, nên thường sản xuất được gì thì sử dụng thứ đó, khiến chất lượng bữa ăn của đồng bào thấp. Thịt, cá hiếm khi có trong bữa ăn hàng ngày của người Sán Dìu. Ngược lại, trong những bữa ăn của cộng đồng, các thức ăn được chế biến từ thịt động vật lại đóng vai trò chủ đạo; rau xanh có rất ít trong bữa ăn này.

Như vậy, việc ăn uống trong ngày thường, ngày lễ hoặc bữa ăn có sự tham gia của cộng đồng, cho thấy cơ cấu bữa ăn của người Sán Dìu được thay đổi để phù hợp với hoàn cảnh kinh tế, thói quen cũng như tập quán của dân tộc. Có thể khái quát cơ cấu bữa ăn truyền thống của họ như sau:

- Ăn ngày thường: Cơm tẻ, cháo (chủ yếu) + thức ăn có nguồn gốc từ thực vật.

- Ăn ngày lễ, tết: Cơm tẻ, cơm nếp (thứ yếu) + thức ăn có nguồn gốc từ động vật (chủ yếu) + thức ăn có nguồn gốc từ thực vật (rất ít).

- Về đồ uống

Cháo vừa là đồ ăn, nhưng đồng thời cũng là thức uống truyền thống của đồng bào. Ngoài tục uống nước chè, nước lá, rượu cất và rượu không chưng cất như các tộc người khác, người Sán Dìu còn sử dụng cháo như một thứ nước uống thường xuyên.

Ăn trầu (*slêch loi*) cũng là tập quán lâu đời của người Sán Dìu. Trong các bài *soọng cô* của đồng bào, ta gặp nhiều câu hát nói về tập tục này:

³ Chúng tôi ghi lại ý kiến của các cụ: Lê Duy Sinh (xóm Tam Thái, xã Hoá Thượng, huyện Đông Hy), Diệp Văn Nguyệt (Đông Chốc - Nam Hoà - Đông Hy), Lý Minh Hoà (Làng Ngói - Cổ Lũng - Phú Lương).

Cây cau thêm lá, trầu leo cao

Lá cau che kín cả cây trầu

Hái trầu đem ra chợ mà bán

Hỏi em nói giá bao nhiêu tiền?

Cũng như những thành tố văn hoá khác, tập quán ăn uống không phải là bất biến mà cũng thay đổi, biến chuyển qua không gian và thời gian, song sự biến đổi đó nhanh hay chậm lại còn tùy thuộc vào hoàn cảnh lịch sử. Sự biến đổi trong tập quán ăn uống của người Sán Dìu là một quá trình liên tục, nhưng biểu hiện rõ nhất ở hai giai đoạn. Thứ nhất, là giai đoạn 1960- 1986. Đây là thời kỳ có nhiều nhà máy, công trường được xây dựng ở Thái Nguyên khiến số lượng người người Việt từ miền xuôi lên tham gia phát triển kinh tế, làm việc trong các nhà máy, công trường ngày càng nhiều. Người Việt lên Thái Nguyên không chỉ mang đến đây văn hoá của mình mà còn nhiều thành tố văn hoá của các dân tộc khác mà họ đã tiếp thu. Thứ hai, là giai đoạn từ 1986 đến nay. Đây là thời kỳ có những bước biến đổi nhanh chóng và mạnh mẽ nhất bởi chính sách Đổi mới của Đảng, nhất là việc xoá bỏ cơ chế tập trung quan liêu bao cấp, xây dựng nền kinh tế hàng hoá nhiều thành phần có sự quản lý của Nhà nước.

2. Những biến đổi trong tập quán ăn uống

2.1. Biến đổi về nguồn lương thực, thực phẩm

Nếu như trong xã hội truyền thống, nguồn thức ăn có từ khai thác và canh tác chiếm vị trí chủ đạo, thì ngày nay nguồn lương thực, thực phẩm có do mua bán, trao đổi được bà con sử dụng nhiều hơn bởi sự tiện dụng của nó.

Sự phát triển của kinh tế - xã hội cùng với mở rộng của mạng lưới giao thông vận tải, hệ thống các chợ phiên và dịch vụ mua bán ở các vùng miền làm cho quá trình trao đổi hàng hoá, trong đó có lương thực, thực phẩm diễn ra mạnh mẽ, góp phần làm cho nguồn thức ăn của người Sán Dìu ở Thái Nguyên thêm phong phú. Ngày nay, không chỉ các hộ gia đình sống ở những nơi thuận tiện giao thông, những hộ làm kinh doanh hoặc công chức nhà nước mới sử dụng nguồn lương thực, thực phẩm mua ở chợ, mà ngay cả số hộ gia đình ở những thôn, xóm xa trung tâm huyện, xã cũng sử dụng nguồn đó. Người ta có thể dùng tiền mặt đi mua những thức ăn mà gia đình cần, hoặc có thể mang những sản phẩm do chính họ sản xuất hay thu hái từ tự nhiên ra chợ bán và mua những sản phẩm mà họ không có như: cá biển, cá mắm, mì ăn liền, bánh mì, muối, nước mắm, mắm tôm, mì chính, xúp, bột nêm, dầu thực vật, rau, củ, quả,... Thậm chí, không cần đến các chợ phiên hay các quán hàng nhỏ mà ngay tại nhà người ta cũng có thể mua được những thứ cần thiết do những người bán hàng rong bằng xe đạp hoặc xe máy chở đến - từ các loại thịt tươi sống đến thức ăn mặn được chế biến sẵn (giò, chả, nem chua...) hay quà bánh (bánh đa, bánh rộm, bánh chưng, bánh rán...). Một số món như mì tôm, cá hộp, thịt hộp, các loại kẹo, bánh, thạch... được người dân sử dụng ngày càng nhiều. Bên cạnh sự phong phú của đồ ăn, các thức uống cũng muôn hình muôn vẻ: rượu các loại, bia, nước ngọt, nước khoáng...

Được sự hướng dẫn tận tình của các cán bộ khuyến nông, người Sán Dìu đã xoá bỏ dần tập quán canh tác lạc hậu, áp dụng khoa học kỹ thuật vào đồng ruộng, vào chăn nuôi theo hướng thâm canh tăng năng suất, tăng giá trị thu nhập. Hàng loạt giống mới

được đưa vào sản xuất đại trà. Ngô, khoai giờ đây chỉ được trồng chủ yếu để phục vụ cho chăn nuôi hoặc đem ra chợ bán. Trước những năm 90, sản được trồng bạt ngàn trên vùng đất trung du để chăn nuôi và bổ sung nguồn lương thực những khi thiếu đói. Song hiện tại, rất ít hộ trồng sản và nếu có trồng, chỉ trồng diện tích rất nhỏ, chủ yếu là để ăn chơi. Ngay cả với chăn nuôi họ cũng không dùng sản vì theo họ, lợn ăn sản béo, nhiều mỡ hay bị thợ thịt chê, không muốn mua.

Việc khai thác nguồn lợi sản có trong thiên nhiên ngày càng trở nên khó khăn do sự thu hẹp của những cánh rừng và cạn kiệt của môi trường. Vì vậy, một số món ăn chế biến bằng các nguyên liệu khai thác từ rừng đã trở nên hiếm hoi hoặc mất hẳn, chỉ còn lại trong tiềm thức của người dân. Tuy nhiên, người Sán Dìu vẫn tiếp tục khai thác nguồn thực phẩm này cho bữa ăn, mặc dù số lượng ít hơn so với những năm trước đây (nhất là với các làng bản ở vùng sâu vùng xa). Khi việc tìm kiếm nguồn thức ăn từ thiên nhiên trở nên khó khăn, những sản phẩm của núi rừng lại trở thành “đặc sản” và dưới tác động của nền kinh tế thị trường, người Sán Dìu nhanh chóng nắm bắt được nhu cầu của xã hội. Xưa kia, những sản phẩm thu hái hoặc đánh bắt được trong tự nhiên chủ yếu được sử dụng trong phạm vi gia đình, khi thừa mới đem trao đổi, thì ngày nay, những sản phẩm đó được biến thành hàng hoá nhiều hơn. Người dân ở xã An Khánh, huyện Đại Từ cho biết, giờ đây mọi thứ trong rừng đều khan hiếm nên trở thành đặc sản; nếu đi kiếm rau ngót rừng, rau bồ khai, rau dớn, trám... đem ra chợ bán sẽ kiếm tiền nhanh hơn làm ruộng, vì nhiều người lại thích ăn thứ đó. Như vậy, biến đổi nguồn thức ăn của người Sán Dìu không chỉ thể hiện ở sự phong phú hoặc mất đi một số

thức ăn mà còn ở sự hoán vị vai trò của các nguồn thức ăn từ khai thác, canh tác và trao đổi sản phẩm.

2.2. Cơ cấu bữa ăn, cách thức chế biến

Ngày nay, món cháo truyền thống gần như đã bị loại bỏ, chỉ còn một bộ phận người Sán Dìu như các hộ gia đình ở Nam Hoà, Cây Thị (Đồng Hỷ) là còn thói quen dùng cháo trong bữa ăn hàng ngày. Hoa màu trước đây được xem như nguồn lương thực chính thì ngày nay hầu như chỉ được chế biến để ăn chơi, rất ít hộ phải sử dụng để ăn độn. Việc ăn độn củ nâu, củ mài hoặc bột búng, báng, đao đã mất hẳn. Thịt, cá đã và đang có mặt thường xuyên trong mỗi mâm cơm gia đình người Sán Dìu. Bữa sáng, thay cho việc ăn cháo hoặc ăn ngô, khoai, sản luộc như trước đây, nhiều gia đình rang cơm, nấu mì tôm, mì gạo; với những hộ gần đường quốc lộ, thị tứ... thậm chí còn ra quán ăn bánh cuốn, phở, bún, trứng vịt lộn...

Cũng do kinh tế phát triển, việc phối chế nguyên liệu cho món ăn trở nên ngon hơn đã được chú ý hơn trong bữa ăn hàng ngày. Thói quen nấu mặn để ăn dè đã được hạn chế. Các phụ gia như mì chính, xúp, xì dầu, nước mắm, phẩm màu... cũng được các bà nội trợ nhanh chóng tiếp nhận và sử dụng chúng vào nấu món ăn. Khi chế biến món ăn trong ngày lễ, tết, thay cho việc dùng muối, người ta sử dụng bột canh để nấu món ăn một cách phổ biến. Giờ đây thay cho tương - thứ nước chấm truyền thống trong mâm cơm của mỗi gia đình người Sán Dìu, là nước mắm. Theo họ, nước mắm ăn ngon, tiện lợi lại dễ mua, giá thành phù hợp với túi tiền. Chỉ cần từ 4.000 đến 5.000đ là đã mua được 1 lít nước mắm. Còn nếu dùng tương, cũng có thể ra chợ mua bởi giao thông bây giờ

tiện lợi, hàng quán nhiều; vì thế, không cần thiết phải làm hàng chum như ngày xưa nữa.

Như đã trình bày, người Sán Dìu ở Thái Nguyên chế biến món ăn bằng 3 phương thức với 18 cách khác nhau. Đây là những cách mà họ đã sử dụng từ lâu để làm các món ăn. Trước đây, vì đời sống còn thiếu thốn, chủ yếu là tự cấp tự túc nên trong cách chế biến món ăn của họ có phần đơn giản và không chú ý đến hình thức. Ngày nay, do kinh tế phát triển, mặt khác, lại có sự giao lưu giữa các dân tộc nên trong cách chế biến của họ cũng có nhiều biến đổi. Không những đồng bào học hỏi thêm các cách chế biến mới mà trong cách chế biến truyền thống cũng có những đổi thay. Bên cạnh chất lượng, hình thức của món ăn cũng đã được bà con chú ý hơn. Sau đây là những thay đổi của một số cách chế biến:

+ *Luộc (sap, lộc)*: Trước đây, trong các ngày lễ, món thịt luộc được chế biến đơn giản bằng cách dùng thịt ba chỉ hoặc thịt nạc, cắt khoảng 3 cm dọc theo khổ thịt rồi cho vào nồi nước luộc chín, vớt ra thái mỏng, sắp ra đĩa hoặc lá chuối. Ngày nay, học cách chế biến của một số nhà hàng người Việt, người ta thái thịt nạc mỏng ướp với gừng, giềng giã nhỏ, mì chính. Sau đó, đun nước sôi và cho thịt vào rổ (*lổ*) có buộc dây ở miệng để cho vào nồi nước sôi. Dùng đũa đảo đều đến khi thịt chín kỹ mới nhấc rổ ra. Người ta vẫn gọi cách chế biến này là *sap* (luộc). Theo họ, luộc kiểu này cầu kỳ hơn nhưng miếng thịt thơm và ngon hơn cách luộc cũ. Tuy nhiên, theo chúng tôi, cách làm này giống với cách *nhúng* thịt của người Việt. Nó chỉ khác ở chỗ người Việt khi chế biến cách này thường là ăn thịt tái vẫn còn mầu hơi hồng và thường làm cách này để nhúng thịt làm bún, phở hoặc ăn lẩu.

+ *Làm nộm (chụ nộm)*:

Theo các cụ già người Sán Dìu, nộm cũng là cách chế biến mà người Sán Dìu học của người Việt từ rất lâu nhưng để tìm một mốc thời gian cụ thể thì không ai nhớ rõ; chỉ biết rằng từ thời các cụ cũng đã được ăn món này rồi. Tuy nhiên, cách làm nộm ngày nay có sự đổi khác, nhất là việc chú ý phối chế mầu sắc trong món nộm cho ngon mắt giống như người Việt. Trong lễ cấp sắc của anh Diệp Văn Tương xóm Đồng Chốc, xã Nam Hoà, huyện Đông Hỷ chúng tôi thấy, ngoài nguyên liệu chính của món nộm là đu đủ xanh được nạo nhỏ, người ta cũng nạo cả cà rốt, thái cải bắp mầu tím trộn đều cho món nộm có các mầu trắng (của đu đủ), tím (cải bắp), vàng (cà rốt), đỏ (ớt), trông rất hấp dẫn, bắt mắt.

+ *Kho*: Giống như nộm, kho cũng là cách chế biến mà người Sán Dìu học của người Việt từ rất lâu và cũng không ai biết cách chế biến này được du nhập vào đời sống của họ từ bao giờ. Theo cụ Lê Duy Sinh ở xóm Tam Thái, xã Hoá Thượng, huyện Đông Hỷ, “Người Sán Dìu làm thức ăn theo kiểu kho từ xa xưa. Thậm chí, nhiều người Sán Dìu còn cho rằng kho chính là bòng (ninh, bung...), nhưng về cơ bản, món kho mặn hơn và ít nước hơn, còn món ăn chế biến theo kiểu bống thì vừa miệng và nhiều nước”. Vì cách làm này có từ lâu đời, nên người Sán Dìu quan niệm đây là cách chế biến truyền thống của họ. Ngày nay, món kho vẫn có mặt trong mâm cơm của đồng bào, nhưng trong cách chế biến của họ cũng có phần thay đổi. Trước hết, vị của món kho đã giảm độ mặn; thêm vào đó, người Sán Dìu cũng dùng bột nghệ bán sẵn ở chợ cho vào món cá để cá có mầu vàng óng, hoặc dùng đường đun cháy chế thành nước “hàng” đổ

vào nồi cá kho cho cá có màu vàng cánh gián, hoặc dùng chai nước cốt dừa bán sẵn đổ vào kho thịt... Khi đi điền dã ở xóm Hồng Cốc, xã Phúc Thuận, huyện Phổ Yên, chúng tôi được gia đình ông Diệp Văn Nhân mời cơm. Trong mâm cơm hôm ấy, ngoài các món ăn như lõi chuối muối, rau muống luộc còn có món cá diếc kho. Ông Nhân cho biết, vì là giáo viên nên ông cũng học hỏi nhiều cách nấu ăn của đồng nghiệp là người Việt dạy cùng trường. Như món cá kho, ông cũng học của họ: Sau khi rán cá, cho cá vào nồi cùng với riềng, gừng giã nhỏ, chút mì chính, đường, bột ớt, hạt tiêu đun lửa thật nhỏ cho đến khi cá nhừ nhuyễn xương, nước cạn hết mới bắc ra. Ông nói thêm, ăn món cá có đủ vị cay, mặn, ngọt thấy cũng ngon hơn. Vì thế, nhiều gia đình người Sán Dìu trong xóm ông cũng học cách kho này.

Bên cạnh những đổi thay trong cách chế biến truyền thống, người Sán Dìu còn học hỏi thêm một số cách chế biến mới:

+ **Chung:** Người ta dùng cách này để chung cà chua chấm rau sống, chung trứng. Cách nấu canh cà chua và chung cà chua của người Sán Dìu về cơ bản là giống nhau: đun sôi mỡ mới thái cà chua vào nồi và cho muối; để cà chua mềm rồi mới chế thêm nước và đun sôi. Tuy nhiên, nếu là món canh, sẽ nhiều nước hơn và cho gia vị vừa ăn; còn với món cà chua chung thì nước đặc sánh và có vị mặn để chấm rau hay rưới cơm.

+ **Tân:** Đây là món ăn có nguồn gốc từ Trung Quốc. Về nguyên tắc, tân giống với hấp ở chỗ đều là cách làm chín thức ăn bằng hơi nước, song với món tân nguyên liệu phải mềm nhừ và thông thường, người ta chế biến cách này là để bồi dưỡng sức khỏe. Còn với món hấp, nguyên liệu có khi mềm nhừ (món *khau nhục*), nhưng cũng có khi chỉ cần đạt

đến độ chín (xôi, bánh...). Mặc dù có nhiều món ăn để bồi bổ sức khỏe, nhưng với món tân, người Sán Dìu cũng chỉ mới làm trong những năm gần đây. Cách làm của họ cũng là dùng gà con, chim bồ câu, chim ngói hoặc tim lợn; sau khi sơ chế, cho thuốc bắc, lá ngải, gạo nếp, cao và chút xúp vào hấp cách thủy đến khi mềm nhừ. Tuy nhiên, món tân không được phổ biến rộng rãi trong cộng đồng người Sán Dìu ở Thái Nguyên. Chỉ những gia đình sống gần đô thị mới học cách làm món này, còn với những hộ gia đình ở vùng sâu, vùng xa như Cây Thị, Nam Hoà thì món tân hầu như còn rất xa lạ đối với họ.

+ **Lẩu:** Lẩu xuất hiện ở nước ta từ bao giờ không ai biết rõ, chỉ biết rằng giờ đây cách chế biến món ăn kiểu này trở nên khá quen thuộc với mọi người, nhất là ở thành thị. Để làm được nồi lẩu, trong các nhà hàng, người ta dùng xương ống của con lợn cho vào nước ninh nhừ rồi cho thêm các hương liệu: quế, thảo quả, nấm hương... kèm theo các loại: khế, dứa, cà chua... tạo nên độ ngọt và hương vị đặc trưng của nồi lẩu. Sau đó, tùy theo yêu cầu của khách mà người ta có thể cho thịt bò, thịt dê, thịt lợn, lòng non lợn, cá..., kèm theo các loại rau cải bao, cải xoong, giá đỗ... để khách nhúng vào nồi nước dùng sôi sùng sục đặt trên những bếp ga, bếp từ hoặc bếp điện nhỏ. Món lẩu phải ăn nóng nên trong những ngày đông lạnh giá được nhiều người chọn lựa.

Người Sán Dìu ở Thái Nguyên biết đến lẩu trong vòng vài năm trở lại đây do ăn ở các nhà hàng người Việt, hoặc do những người con đầu, con rể là người Việt “du nhập” vào. Tuy nhiên, cách chế biến lẩu của đồng bào đã được “Sán Dìu hoá” cho phù hợp với điều kiện, hoàn cảnh và khẩu vị của mình. Món lẩu mà bác Lý Minh Phúc (xóm

Na Ca 2, xã Hoá Thượng, huyện Đông Hỷ) cho chúng tôi thưởng thức trong chuyến đi điền dã ngày 21 tháng 12 năm 2006 là lẩu gà. Bác còn nói vui với chúng tôi: “Các chị ăn nhà hàng nhiều rồi, giờ thử xem lẩu Sán Dìu có ngon kém lẩu Kinh không nhé?”. Không đầy 20 phút, khi chúng tôi vừa giúp bác gái chuẩn bị các loại rau ăn kèm xong, cũng là lúc bác trai đã rải chiếu, bắc xoong nước lẩu sôi sùng sục trên bếp than đặt ở giữa. Khi chúng tôi hỏi bác, làm thế nào mà nhanh thế, bác cười và bảo: “Người Sán Dìu chúng tôi học cách nấu lẩu của người Kinh nhưng giản hoá đi nhiều. Dù là thịt hay cá, chúng tôi không lọc thịt cầu kỳ như người Kinh mà chặt miếng rồi cho vào nồi, bỏ xúp, mì chính, gừng, thế là xong”. Khi ăn, phần nạc của con gà được bác vớt luôn ra đĩa. Bữa ăn gần xong, bác thả chút gạo vào xoong nước dùng và thế là đến cuối bữa người ăn được ăn thêm bát “cháo lẩu” nữa.

2.3. Món ăn, đồ uống và đồ hút

Do sự phát triển, giao lưu kinh tế, văn hoá giữa các vùng, miền ngày càng diễn ra mạnh mẽ, thêm nữa là mạng lưới giao thông trong tỉnh Thái Nguyên ngày càng thuận lợi, dẫn đến sự phong phú về nguồn lương thực, thực phẩm. Vì thế, các món ăn cũng ngày càng đa dạng.

Trước hết phải kể đến sự xuất hiện của các thức ăn được người Việt, người Sán Dìu hoặc người Tày... chế biến sẵn bày bán ở ven đường, các thị tứ, chợ hoặc của những người bán rong thực phẩm. Về đồ ăn sáng có bánh mì, bánh khúc, bánh rán, bánh chưng, bánh giò, bánh bao, bún, phở, xôi... Các đồ ăn sẵn có: giò nạc, chả, nem chua, nem thính, giò xào... Trước đây, trong các ngày lễ, tết, món giò được bà con tự làm, nhưng ngày nay món ăn này được mua sẵn hoặc đặt

ở những hàng chuyên làm giò chả của người Việt. Tuy nhiên, nem chua hoặc nem thính vẫn được bà con làm bởi theo họ, các loại này được bán ở chợ không ngon như nem họ tự làm.

Trước Đổi mới (1986), phở, bánh mì là những món ăn còn xa lạ với người Sán Dìu. Sau Đổi mới, đặc biệt là từ mười năm trở lại đây, những món đó đã trở thành quen thuộc với họ, nhất là đối với những gia đình gần đường quốc lộ, gần chợ và là công chức nhà nước. Mặc dù về nguồn gốc, đây là những món ăn do người Việt chế biến sẵn đem bán, nhưng nó đã được người Sán Dìu đón nhận và sử dụng trong bữa ăn của mình.

Các món ăn chế biến từ hải sản đông lạnh cũng được người Sán Dìu biết đến trong những năm gần đây. Họ chế biến cá biển bằng các cách như rán, kho, sốt cà chua... Nhìn chung, mặc dù có dùng loại thực phẩm này nhưng họ không thích lắm bởi theo họ, cá biển nạc nhưng lại tanh hơn cá nước ngọt. Tuy nhiên, cá khô (còn gọi là cá mắm) và chả cá lại được nhiều người sử dụng trong bữa ăn hàng ngày bởi ngoài lý do giá thành và ăn khá ngon (không tanh như cá ướp lạnh), theo bà con, cá khô có thể tích trữ để sử dụng dần trong những ngày mưa, bão... không tiện đi chợ.

Mì tôm được nhiều người Sán Dìu ưa thích bởi giá cả phù hợp với túi tiền của người dân, hương vị dễ ăn và tiện sử dụng. Bữa sáng, thay vì ăn cháo, ăn ngô, khoai... như trước kia, nhiều gia đình nấu mì tôm với cà chua hoặc rau cải, rau ngót... Khi cần, mì tôm được nấu thay cho canh hoặc xào làm thức ăn.

Bên cạnh các loại thức ăn kể trên, những loại thực phẩm khác như thịt hộp, cá hộp, bánh, kẹo... cũng được bày bán khá

hiều ở vùng người Sán Dìu cư trú. Trong một buổi chợ phiên ở chợ Nam Hoà, huyện Đông Hỷ chúng tôi thấy, món quà mà các bà, các chị hay mua về cho trẻ con là bánh mì, kem bông, bông gạo ống (thứ bông được nỏ từ gạo trộn thêm chút đường, mỗi ống dài 20 - 30 cm được nhuộm màu xanh, vàng)... Ngược lại, món bánh đa - thứ quà trước đây bán rất chạy thì nay ít được để ý tới. Cụ Nguyễn Thị Vạng, 72 tuổi - dân tộc Việt, người bán bánh đa ở chợ Nam Hoà cho biết: cụ đã làm nghề “buôn thúng bán mẹt” ở chợ này lâu lắm rồi. Trước đây, bánh đa được nhiều người mua làm quà cho trẻ nhưng ngày nay xuất hiện nhiều thứ quà màu sắc “bắt mắt”, giá thành lại rẻ nên bọn trẻ con thích hơn. Bánh đa của nhà cụ bây giờ phần lớn giao cho các quán để bán cho người uống rượu, bia.

Thịt chó là món trước đây người Sán Dìu không ưa thích bởi lý do tín ngưỡng, nhưng ngày nay được giới trẻ dùng phổ biến. Từ thịt chó người Sán Dìu cũng chế biến thành nhiều món: nhựa mận, hấp, xào, chả... Nhìn chung, cách chế biến của họ cũng không khác gì người Việt. Tuy nhiên, món thịt chó chỉ được dùng những dịp như gặp mặt anh em, bạn bè..., còn trong những ngày lễ, tết, có đám người ta không sử dụng thịt chó.

Cùng với quá trình xuất hiện đa dạng của các món ăn mới là sự mai một hoặc mất đi của một số món ăn truyền thống. Ví dụ: việc ăn độn hoặc chế biến các món từ củ nâu, củ mài, búng, báng, đao đã mất hẳn. Qua khảo sát chúng tôi thấy rất ít hộ gia đình phải ăn độn hoa màu. Một số món như canh sắn, bánh dày sắn, bánh táp, xôi đãi hái, canh trứng kiến, bánh trứng kiến... hầu như người dân rất ít làm hoặc không còn làm nữa. Có những món ăn do không ngon nên

khi kinh tế phát triển, người dân không làm (như món ăn chế biến từ sắn, củ nâu, báng, đao...); nhưng có món là do khan hiếm nguyên liệu nên không có điều kiện để làm (các món chế biến từ trứng kiến, hạt đãi hái,...). Món thịt tái cũng ít được sử dụng bởi ý thức về ăn uống vệ sinh, an toàn thực phẩm của người dân được nâng cao.

Một số món ăn được chế biến từ động vật hoang dã nay rất khan hiếm, thậm chí có những món chỉ còn trong tiềm thức của những người già (món thịt nhím, thịt hổ, thịt nai...). Lý do, một phần là bởi sự thu hẹp của những cánh rừng, bởi gia tăng dân số và sự khai thác bừa bãi của con người dẫn tới thú rừng trở nên hiếm hoi, do Nhà nước cấm săn bắn động vật hoang dã và thêm nữa là giá của thịt thú rừng cao nên dù có săn bắn được họ cũng đem ra chợ bán chứ ít khi để ăn.

Về đồ uống, do đời sống văn hoá được nâng cao nên thói quen uống nước lã đã bị loại bỏ. Việc uống rượu hoà tiết sống đã hạn chế rất nhiều. Tuy nhiên, một số người khi có dịp vẫn uống loại rượu này, bởi họ cho rằng nếu biết rõ nguồn gốc của con vật thì uống chẳng sao, ngược lại còn có tác dụng chữa bệnh (ví dụ: uống rượu với tiết ngựa chữa được bệnh thoái hoá cột sống, uống rượu với tiết dúi mát gan, bổ thận). Hiện nay, tập quán sử dụng cháo làm nước uống chỉ còn thấy ở các xã vùng sâu, vùng xa như Nam Hoà, Cây Thị..., còn những xã gần đô thị đã mất thói quen này.

Ăn trâu là tập quán lâu đời của người Sán Dìu. Nhưng ngày nay, ăn trâu chỉ thấy ở những người già, còn mục đích sử dụng chính của nó là để làm lễ trong đám cưới, đám ma...

Cũng như người Việt, thức hút phổ biến trong cộng đồng người Sán Dìu ở Thái Nguyên là thuốc lá và thuốc Lào. Từ những năm 90 trở lại đây, số người Sán Dìu nghiện hút thuốc phiện có chiều hướng gia tăng. Đây là thực trạng đáng buồn làm các cấp chính quyền ở Thái Nguyên phải lo ngại. Nguyên nhân chủ yếu là do một số thanh niên muốn làm giàu nhanh nên đã đi làm cửu vạn ở các bãi đào vàng như Thân Sa (Võ Nhai), Cây Thị, Trại Cau, Bãi Vàng (Đông Hy)... Khi trở về, rất nhiều người bị mắc nghiện do đua đòi, ham vui.

2.4. Ứng xử trong ăn uống

Cùng với những biến đổi về nguồn nguyên liệu và món ăn, cách thức tổ chức và cung cách ứng xử trong ăn uống cũng thay đổi khá nhiều. Xưa kia, con dâu không được ngồi chung mâm với bố và anh trai chồng; việc lo ăn uống thường nhật trong gia đình nhất thiết dồn trên đôi vai người phụ nữ. Giờ đây, tục lệ lạc hậu đó đã bị phá bỏ và phụ nữ Sán Dìu được đối xử bình đẳng trên mọi phương diện. Lo liệu bữa cơm hàng ngày là việc chung của mọi thành viên trong gia đình, không phân biệt già, trẻ, nam, nữ; hễ ai rỗi việc đều có thể nấu nướng. Theo chị Diệp Thị Lan (Đông Chốc - Nam Hoà), khi chị ở nhà thì việc nấu cơm là của chị, nhưng khi hai vợ chồng đi làm đồng xa thì bố chồng chị (năm nay đã 68 tuổi) sẽ đảm nhận để khi con cái về đã có cơm ăn. Những khi nhà có khách, chồng chị cũng sẵn sàng vào bếp giúp chị nấu cho nhanh. Trong phạm vi cộng đồng, cung cách ăn uống cũng có nhiều thay đổi. Trước kia, trong lễ Kỳ yên lớn hoặc lễ Cơm mới... tổ chức ở đình làng, đàn bà trong độ tuổi sinh đẻ tuyệt đối không được tham

dự. Ngày nay, mọi người trong làng đều có quyền tham dự vào lễ hội chung, không phân biệt nam, nữ, độ tuổi...

Do được tuyên truyền nhiều về chế độ dinh dưỡng cho sản phụ và trẻ sơ sinh nên việc kiêng kỵ trong ăn uống của sản phụ đã bớt phức tạp. Trong thời gian mang thai, người phụ nữ chú ý ăn uống và bồi dưỡng hơn để cho mẹ khoẻ, con khoẻ chứ không còn tâm lý “ăn nhiều sợ thai to khó đẻ”. Thậm chí, với một số hộ cư trú gần trung tâm đô thị, điều kiện kinh tế khá giả còn mua các loại sữa bột, viên sắt để bồi bổ cho thai nhi và người mẹ. Một số kiêng kỵ như: kiêng ăn đầu các con vật, kiêng ăn trứng cả quả... đã bị loại bỏ. Trẻ ốm đau được đưa đến bệnh viện, trạm xá chữa trị và điều trị theo chỉ dẫn của bác sĩ chứ không còn quan niệm kiêng dùng thuốc tây. Tuy nhiên, có một số kiêng kỵ vẫn tồn tại dai dẳng và được sản phụ tuân thủ nghiêm ngặt, như kiêng không ăn các thực vật thân rồng, kiêng cắt dây khoai, kiêng không ngồi chung mâm với bố chồng, anh hoặc em trai chồng trong thời gian ở cữ...

Những thay đổi trên là do trình độ dân trí của người dân ngày càng nâng cao. Dưới tác động của cuộc vận động xây dựng nếp sống mới, người dân hiểu và tiếp thu được những tri thức về việc sử dụng thức ăn như thế nào để đảm bảo nguồn dinh dưỡng cho sức khoẻ con người chứ không phải là thực hiện những kiêng khem vô lý.

3. Nguyên nhân biến đổi của tập quán ăn uống

3.1. Sự giao lưu văn hoá giữa các tộc người

Văn hoá tộc người là tổng thể các yếu tố tiếng nói, chữ viết, sinh hoạt văn hoá vật

chất và văn hoá tinh thần, các sắc thái tâm lý tình cảm, phong tục và lễ nghi... khiến người ta có thể phân biệt tộc người này với tộc người khác (Ngô Đức Thịnh, 2004, tr. 107). Mặc dù được hình thành trong quá trình lịch sử lâu dài và được tích lũy qua nhiều thế hệ, nhưng văn hoá luôn vận động để thích ứng với những điều kiện tự nhiên, xã hội mới. Cũng theo đó, những cuộc tiếp xúc lâu dài giữa các cộng đồng khác nhau về văn hoá đã tạo ra sự tiếp xúc, tiếp biến và làm biến đổi một số đặc điểm hay cả tổng thể văn hoá của các cộng đồng (Trần Văn Bình, 1999, tr. 118).

Trong tiến trình của cách mạng Việt Nam, đặc biệt từ sau những năm 60 của thế kỷ 20, sự phân bố dân cư trên địa bàn toàn quốc có nhiều thay đổi, xu hướng người Việt lên tham gia phát triển kinh tế miền núi ngày càng nhiều. Cũng trong giai đoạn này, Đảng ta chủ trương thực hiện cuộc vận động hợp tác hoá nông nghiệp, phát triển sản xuất, kết hợp hoàn thành cải cách dân chủ. Ở Thái Nguyên, đây là thời điểm xây dựng hàng loạt các nhà máy và hầm mỏ: nhà máy điện Cao Ngạn, nhà máy giấy Hoàng Văn Thụ, mỏ sắt Trại Cau, mỏ than núi Hồng, đặc biệt là sự ra đời của khu Công nghiệp Gang thép Thái Nguyên (1962) - con chim đầu đàn của ngành công nghiệp nặng Việt Nam, thu hút hàng vạn lao động từ khắp mọi miền của Tổ quốc đến sinh sống và làm việc. Tình hình đó dẫn đến sự cư trú xen cài giữa các dân tộc ở tỉnh Thái Nguyên trong đó có vùng người Sán Dìu sinh sống. Do sự cư trú đan xen này, các tộc người có thể học hỏi nhau để làm phong phú thêm vốn văn hoá của mình. Từ năm 1986, cùng với việc mở cửa, tiến hành công nghiệp hoá, hiện đại hoá, với sự bùng

nổ của các phương tiện thông tin đại chúng, sự phát triển của giao thông vận tải, đã mở rộng thêm giao lưu giữa các tộc người trên tất cả các lĩnh vực của đời sống (kinh tế, xã hội, ngôn ngữ...). Trong tập quán ăn uống, đó là sự xuất hiện một số nguồn lương thực, thực phẩm mới từ trồng trọt, chăn nuôi; là sự đổi thay của một số kỹ thuật chế biến món ăn và các biến đổi của cung cách ứng xử trong ăn uống...

Đến Thái Nguyên trải qua nhiều thế kỷ, người Sán Dìu đã tiếp thu yếu tố văn hoá của các dân tộc anh em, trong đó giao tiếp với văn hoá Việt đóng vai trò chủ đạo. Điều này không chỉ thể hiện trong ngôn ngữ (dùng tiếng Việt để giao tiếp trong gia đình, ngoài xã hội), qua trang phục, nhà cửa... mà còn thể hiện cả trong tập quán ăn uống (các món ăn, cách chế biến...).

3.2. Sự phát triển kinh tế - xã hội

Phát triển kinh tế - xã hội là nguyên nhân quan trọng dẫn đến sự biến đổi trong tập quán ăn uống. Từ những năm 60, đặc biệt là từ 1986 đến nay, Đảng và Nhà nước ta có những chính sách quan tâm đến phát triển kinh tế - văn hoá - xã hội của miền núi. Một loạt các chương trình đã được xây dựng và triển khai, góp phần thay đổi mọi mặt đời sống kinh tế - xã hội của đồng bào các dân tộc miền núi nói chung, người Sán Dìu ở tỉnh Thái Nguyên nói riêng như: Chương trình 143 (chương trình mục tiêu quốc gia xoá đói giảm nghèo), Chương trình 135 (phát triển kinh tế - xã hội các xã đặc biệt khó khăn vùng đồng bào dân tộc miền núi, biên giới, vùng sâu, vùng xa và hải đảo), Chương trình 327 (phủ xanh đất trống, đồi trọc), Chương trình 661 (trồng mới 5 triệu ha rừng), Chương trình 134 (xoá bỏ nhà tạm, cung cấp

đất sản xuất và nước sinh hoạt cho hộ gia đình nghèo vùng dân tộc thiểu số), Chương trình nước sạch vệ sinh môi trường, Chương trình y tế và một loạt các chính sách: Trợ giá, trợ cước với một số mặt hàng, cấp 18 loại báo, tạp chí không thu tiền...

Khi kinh tế phát triển, cái đói, cái nghèo bị đẩy lùi, chất lượng bữa ăn của đồng bào được nâng lên rất nhiều. Nền kinh tế hàng hoá đã phá vỡ sự trì trệ của nền kinh tế tự cấp tự túc. Chính vì vậy, nguồn thức ăn của người Sán Dìu cũng đa dạng hơn theo xu thế phát triển của kinh tế hàng hoá. Bên cạnh đó, sự phát triển của văn hoá, y tế đã giúp người dân mở rộng tầm hiểu biết của mình, tiếp thu và học hỏi thêm những cái mới, loại bỏ được nhiều tập tục, kiêng kỵ không còn phù hợp trong tập quán ăn uống.

3.3. Sự thu hẹp của tài nguyên rừng

Cuộc sống của con người hàng triệu năm nay đã gắn bó chặt chẽ với nguồn tài nguyên mà thiên nhiên ban tặng. Sinh tụ trên địa bàn miền núi, người Sán Dìu ở Thái Nguyên đã tận dụng triệt để nguồn lợi của thiên nhiên làm phong phú cho bữa ăn của mình. Tuy nhiên, do phá rừng làm nương rẫy, khai thác các nguồn lợi từ tự nhiên bừa bãi, không có kế hoạch làm tài nguyên rừng ở Thái Nguyên ngày bị thu hẹp.

Khi diện tích rừng bị thu hẹp, đồng nghĩa với việc các sản vật tự nhiên trước đây cung cấp một phần thức ăn đáng kể cho người dân nay khan hiếm dần và mất đi vai trò của nó trong đời sống của đồng bào. Một số loại thú quý hiếm có giá trị như gấu, hổ, nai... không còn ở rừng Thái Nguyên.

Rừng bị tàn phá nhiều, và nhất là một tỉnh có nhiều mỏ khai thác khoáng sản như

Thái Nguyên, còn dẫn đến mất cân bằng sinh thái. Trong mùa khô, mực nước ở các sông, suối trở nên cạn kiệt hơn. Nguồn thức ăn thủy sản mà người dân tìm kiếm được ở các con sông, khúc suối ngày càng trở nên khan hiếm. Bên cạnh tác hại trước mắt (sự mất đi hoặc cạn kiệt của nguồn thức ăn từ thiên nhiên) còn là hậu quả lâu dài: đó là ô nhiễm môi trường, nhất là nguồn nước, ảnh hưởng xấu đến sự phát triển kinh tế - xã hội.

3. Kết luận

- Từ những năm 60 của thế kỷ XX, đặc biệt là từ năm 1986 đến nay, trong xu thế phát triển, tập quán ăn uống của người Sán Dìu đã có những biến đổi ở một số thành tố, thể hiện tính "mở" trong bản sắc văn hoá của đồng bào: Đó là cơ cấu bữa ăn có sự đổi thay về chất; thịt, cá có mặt thường xuyên trong bữa ăn của bà con. Cháo - món ăn truyền thống, chỉ còn thấy trong bữa ăn của các gia đình ở những làng, bản vùng sâu vùng xa. Lối ứng xử ăn uống không bình đẳng theo kiểu trọng nam khinh nữ đã bị loại trừ. Một số các nguyên liệu và phụ gia mới được bà con tiếp nhận và sử dụng trong chế biến món ăn. Những kiêng kỵ trong ăn uống đã được người dân, đặc biệt là lớp trẻ, nhìn nhận bằng tri thức khoa học để từ đó lựa chọn nên loại bỏ và duy trì cái gì có lợi cho sức khoẻ. Đó là những đổi thay theo chiều hướng tích cực, chứng tỏ đời sống kinh tế - văn hoá của bà con được nâng lên rất nhiều sau những năm Đổi mới.

- Bên cạnh đó, tập quán ăn uống hiện nay của người Sán Dìu ở Thái Nguyên cũng bộc lộ những hạn chế như: một số đặc trưng tộc người trong ẩm thực truyền thống

bị mai một dần (hát *soọng cô* trong bữa cơm tạo, tục bung chậu nước, khăn cho khách sau khi dùng cơm...); đặc biệt là tính thương mại trong bữa ăn của một số đình đám (đám cưới, đám ma, về nhà mới...) dẫn đến tâm lý của những người được mời “ngại đi ăn nếu như không có tiền chuẩn bị phong bì”.

- Để gìn giữ, phát huy giá trị văn hoá trong ẩm thực truyền thống của các tộc người, trong đó có dân tộc Sán Dìu, bên cạnh một số biện pháp mà các nhà nghiên cứu đưa ra như: tổ chức nghiên cứu, thống kê những món ăn truyền thống, tổ chức giới thiệu văn hoá ẩm thực của mỗi tộc người bằng cách trình diễn về kỹ thuật làm bếp cho công chúng thưởng thức... (Vương Xuân Tình, 2004; Ma Ngọc Dung, 2005), theo chúng tôi, cần giải quyết tốt những vấn đề sau:

+ Nhà nước tiếp tục đầu tư kinh phí thích đáng cho việc nghiên cứu, sưu tầm và giới thiệu món ăn đặc trưng, các giá trị văn hoá trong tập quán ăn uống của các tộc người.

+ Tăng cường giới thiệu ẩm thực của các tộc người ở địa phương mình trên các phương tiện thông tin đại chúng để quảng bá, làm cho chính cư dân sở tại biết trân trọng, yêu quý, từ đó có ý thức bảo tồn những nét đẹp trong văn hóa ẩm thực của dân tộc mình.

+ Ngành văn hoá thông tin cần kết hợp chặt chẽ với các ban, ngành, đặc biệt là ngành giáo dục và đào tạo nhằm phổ biến sâu rộng đến thế hệ trẻ ý thức gìn giữ và phát huy các giá trị truyền thống tốt đẹp trong văn hoá nói chung và văn hóa ẩm thực nói riêng của mỗi tộc người.

Tài liệu tham khảo

1. Trần Văn Bình (1999), *Người Xinh Mun ở Việt Nam - vấn đề giao tiếp văn hoá*, Luận án Tiến sĩ Sử học TL1a 04, Thư viện Viện Dân tộc học, Hà Nội.

2. Ma Ngọc Dung (2005), *Truyền thống và biến đổi trong tập quán ăn uống của người Tày vùng Đông bắc Việt Nam*, Luận án tiến sĩ Nhân học, Thư viện Viện Dân tộc học, Hà Nội.

3. Nguyễn Thị Quế Loan (2007), *Bản sắc của người Sán Dìu ở Thái Nguyên qua văn hoá ẩm thực*, Đề tài nghiên cứu khoa học và công nghệ cấp Bộ, Mã số B2005- 03-67, Thái Nguyên.

4. Nguyễn Thị Quế Loan (2007), “Bản sắc của người Sán Dìu ở Thái Nguyên qua tập quán ăn uống”, *Tạp chí Dân tộc học*, Số 3, tr. 36 - 43.

5. Nguyễn Thị Hồng Mai (2003), *Văn hoá ẩm thực của người Thái đen ở thị xã Sơn La*, Luận văn Thạc sĩ Văn hoá học, Đại học Văn hoá, Hà Nội.

6. Vương Xuân Tình (2004), *Tập quán ăn uống của người Việt vùng Kinh Bắc*, Nxb Khoa học xã hội, Hà Nội.

7. Ngô Đức Thịnh (1999), “Các sắc thái văn hoá tộc người” trong: *Văn hoá học đại cương và cơ sở văn hoá Việt Nam*, Nxb Khoa học xã hội, Hà Nội.

8. Ngô Đức Thịnh (2004), *Văn hoá vùng và phân vùng văn hoá ở Việt Nam*, Nxb Trẻ, Thành phố Hồ Chí Minh.