

Những đặc trưng tương đồng và khác biệt trong lĩnh vực ăn uống của văn hóa truyền thống Hàn Quốc và Việt Nam

• **Trần Thị Thu Lương**

Trường Đại học Khoa học Xã hội và Nhân văn, ĐHQG-HCM

TÓM TẮT:

Ăn uống không chỉ là hoạt động quan trọng trong đời sống cá nhân mà còn rất quan trọng trong đời sống xã hội ở quy mô gia đình cũng như quy mô cộng đồng, rộng hơn là lĩnh vực đối ngoại. Do vậy việc so sánh những tương đồng và khác biệt trong văn hóa ẩm thực sẽ đưa lại những kiến thức hữu ích cho việc tăng cường hiểu biết lẫn nhau giữa hai nền văn hóa

Hàn Quốc và Việt Nam. Bài báo phân tích và chứng minh những tương đồng và khác biệt trong lĩnh vực ăn uống của văn hóa truyền thống Hàn Quốc và Việt Nam trên các khía cạnh: Tương đồng và khác biệt về lương thực, thực phẩm, thức uống, cũng như những tương đồng trong chế biến ẩm thực và cách thức ăn uống của người Hàn và người Việt.

Từ khóa: ăn uống, Việt Nam, Hàn Quốc, tương đồng, khác biệt

Văn hóa tổ chức đời sống vật chất có một nội hàm khá rộng, khá phong phú và việc so sánh toàn diện các đặc trưng của văn hóa tổ chức đời sống vật chất của hai nền văn hóa Hàn - Việt đòi hỏi một quy mô nghiên cứu rộng lớn và sâu sắc. Trong khuôn khổ bài báo này chúng tôi chỉ chọn nghiên cứu và so sánh các đặc trưng văn hóa trong lĩnh vực ăn uống (ẩm thực).

1. Những đặc trưng tương đồng và khác biệt về nguyên liệu lương thực, thực phẩm của Hàn Quốc và Việt Nam

• *Đặc trưng tương đồng nổi bật trước hết là cả hai đều sử dụng sản phẩm của nông nghiệp lúa nước làm lương thực chính*

Trên cơ sở sự tương đồng về nền kinh tế trồng lúa nước và về các điều kiện tự nhiên mà lương thực thực phẩm chính để đảm bảo đời sống trong

lĩnh vực ăn uống của Hàn Quốc và Việt Nam khá tương đồng. *Gạo (nếp và tẻ) cũng như các sản phẩm chế biến từ gạo (com, xôi, bánh làm từ gạo (rất nhiều loại), bún, mì (gạo), v.v...) là lương thực chính có mặt trong cả bữa cơm thường ngày cũng như trong lễ hội của cư dân hai quốc gia từ hàng ngàn năm nay. Bữa ăn ở cả hai nền văn hóa đều là “bữa cơm” nghĩa là trên thực tế và trong ý thức com (gạo) đại diện cho lương thực, thực phẩm của hai quốc gia. Người Việt cho rằng “người sống vì gạo, cá bạo vì nước” và người Hàn cũng cho rằng “một hạt com đuổi được mười con quỷ”. Com với người Hàn và người Việt không phải chỉ là lương thực chính cho người sống mà còn là lương thực dâng cúng cho người chết, cho tổ tiên và cho thần linh. Với người Việt ngày giỗ gọi là ngày “cúng com”. Com trắng và xôi, bánh làm từ gạo là món*

không thể thiếu trong mâm cúng tổ tiên hay cúng thần linh của cả người Hàn và người Việt. Cả ở hai nền văn hóa truyền thống đều có phong tục cho một ít gạo vào miệng người chết để làm lương thực cho họ trong hành trình đi xuống cõi âm. Bên cạnh đó, nền nông nghiệp truyền thống của cả Hàn Quốc và Việt Nam đều là “*đà canh*” và nông nghiệp củ quả đều ra đời trước nông nghiệp trồng lúa. Vì vậy ngoài gạo thì các loại đậu (đậu xanh, đỏ, trắng, đen, tương, đậu phộng, vừng...) khoai (lang, sọ...) cũng là những lương thực cơ bản trong thành phần lương thực của cư dân hai quốc gia.

Các loại đậu kết hợp với gạo (tê, nếp) được chế biến thành rất nhiều loại bánh, chè, cháo, xôi v.v... đặc biệt là các món ăn trong lễ tết, lễ hội của người Hàn và người Việt. Việc sử dụng những lương thực chính giống nhau như vậy chính là nền tảng tương đồng trong lĩnh vực ăn uống của cư dân hai quốc gia.

- Sự tương đồng này không chỉ có ở lương thực mà còn có ở các thực phẩm nói chung: Các loại rau xanh (cải, rau diếp), các loại bí (bí đỏ, bí xanh), bầu, mướp, dưa leo, v.v... Các loại rau gia vị: hành, tỏi, ớt, gừng, chanh, v.v...; Các loại thịt gia cầm như heo, bò, gà, vịt, ngỗng, v.v...; Các loại thủy sản nước ngọt và hải sản như cá, tôm, cua, nghêu, ốc, mực, v.v... đều là thực phẩm quen thuộc của cư dân hai quốc gia.

- Hơn nữa, sự tương đồng này không chỉ ở nguyên liệu chế biến thức ăn (thực) mà còn là cho cả thức uống (âm)

Đồ uống có cồn (rượu) của Hàn và Việt cũng rất tương đồng ở nguyên liệu chế biến đó là từ gạo, trái cây và các loại củ quả. Theo sách *Nam phương thảo mộc trạng* thì vào đầu công nguyên, Giao Chỉ còn trồng nhiều nếp và dùng nếp nấu rượu. Theo *Thủy kinh chú*, năm 111 trước công nguyên sứ giả của Giao Chỉ và Cửu Chân đã nộp cho tướng Lộ Bạc Đức của nhà Hán 1.000 hũ rượu nếp [Trần Quốc Vượng, 1963: 102, 105-107]. Hiện nay loại rượu được chưng cất từ gạo nếp này vẫn là đại diện xuất

sắc của rượu Việt trong nền văn hóa ẩm thực thế giới¹.

Còn Hàn Quốc thì rượu được chưng cất từ gạo nổi tiếng nhất là *Soju*. Soju đã tồn tại từ rất lâu đời và ngày nay vẫn là “*màu cờ sắc áo*” của rượu Hàn Quốc.



Ngoài loại rượu từ gạo chế biến bằng phương pháp chưng cất (nấu rượu) như trên thì ở cả hai quốc gia còn có loại rượu làm từ gạo theo phương pháp ủ men (sinh vật) cho xôi. Theo đó người Việt có “*rượu cái*” hay “*com rượu*” và “*nước rượu cái*”, *rượu nếp than* (thường ăn vào dịp Tết Đoan Ngọ mừng 5 tháng 5). Người Hàn có Yakju là loại rượu ủ lên men, nổi tiếng nhất là Makkoli có màu

¹ Các thương hiệu rượu nếp nổi tiếng của Việt Nam là *rượu làng Vân*, *rượu quốc lúi*, *rượu nàng Hương* ở Bắc Bộ. *Rượu Bàu Đá* ở Trung Bộ, *rượu đế Gò Đen* ở Nam Bộ. Loại rượu nếp được chưng cất này nổi tiếng ở vị cay ngọt và hương thơm đặc trưng của gạo nếp rất lôi cuốn.

trắng sữa, được ướp lạnh rất ngon và là thức uống phổ biến trong các bữa cơm thường ngày của nông dân Hàn.

Ngoài rượu làm từ gạo, cả ở hai quốc gia đều rất đa dạng loại rượu từ trái cây, củ quả. Ở Việt Nam có *rượu bưởi* (Đồng Nai), *rượu sim* (Phú Quốc), *rượu thanh kim* (làm từ mầm thóc nếp) (Lào Cai), *rượu mía* (cho lên men từ nước ép mía), *rượu vang nho* (Đà Lạt), v.v...; ở Hàn Quốc có *rượu cây xiêm gai* (Arcacia), *rượu mận*, *rượu trái thông*, *rượu trái lựu* và đặc biệt là *rượu nhân sâm* rất quý được dùng như một loại thuốc bổ dưỡng.

Văn hóa uống nước có các loại lá, cỏ, hoa, rễ, v.v... của thực vật có giá trị dược liệu kèm theo để giải khát, đề phòng và chữa bệnh là một đặc trưng rất nổi bật khác của văn hóa uống cả ở Việt Nam và Hàn Quốc. Các loại thức uống đó thường gọi là *trà* (*chè*) và kèm theo tên lá, hoa, cây, cỏ, v.v... được dùng ví dụ ở Việt Nam là *trà xanh*, *trà vối*, *trà gừng*, *trà hũ quạ* (*mướp đắng*), *trà cỏ ngọt*, *trà vàng*, *trà hoa cúc*, *trà ngâu*, *trà atisô*, v.v... Ở Hàn Quốc là *trà xanh* (nokch'cha), *trà sâm* (insamcha), *trà rễ gừng* (saengang cha), *trà từ cây thanh yên* (yja cha), *trà lúa mạch rang* (bori cha), *trà bắp rang* (oksusu cha), *trà gạo rang* (sungnyung), v.v...



Tại Việt Nam hai loại nước uống thảo mộc thông dụng thời kỳ truyền thống là trà xanh và nước vối. Việt Nam là một trong những cái nôi sinh trưởng của cây chè nên người Việt biết dùng trà (lá chè được chế biến) làm nước uống thông thường cũng như làm lễ phẩm cúng tế, dâng tặng từ hàng ngàn đời nay. Trong cuộc sống thường nhật, người Việt thích uống *chè tươi* (*chè xanh*) và coi đó là loại nước giải khát rất tốt, nhất là vào những ngày hè nóng bức. Cho đến tận thời kỳ giữa thế kỷ XX khi chưa xuất hiện các loại nước ngọt công nghiệp thì dọc theo các con đường cái quan ở Việt Nam đều có các quán nước chè xanh và hình ảnh “*cô hàng chè xanh*” cũng khá thi vị trong thơ văn Việt đầu thời kỳ cận đại. Trong làng xã Việt Nam truyền thống, còn có phong tục tụ họp cùng nhau vào buổi tối luân phiên ở các nhà trong ngõ xóm để cùng uống nước chè xanh, chia sẻ vui buồn, hiếu, hỷ, gắn kết tình cảm xóm giềng. Mỹ tục này còn được lưu giữ cho đến thời hiện đại đặc biệt là nông thôn vùng Nghệ An, Hà Tĩnh. Bên cạnh chè xanh, chè vối²

² Cây vối có tên khoa học là *cleistocalyx* thuộc họ sim (*myrtaceae*) là loại cây mọc nhiều ở vùng nhiệt đới. Tất cả các bộ phận của cây vối đều có thể nấu nước uống và cây vối có giá trị dược liệu cao.

Chè vối là thức uống dân gian ở Việt Nam được sử dụng từ lâu đời. Theo các nhà khoa học thì:

Nụ và lá vối có tannin, một số chất khoáng, vitamin và 4% tinh dầu thơm, đặc biệt có chất kháng sinh diệt được nhiều loại vi khuẩn gây bệnh. Có tác dụng thanh nhiệt, sát trùng, điều trị kích thích tiêu hóa.

Vỏ cây vối chữa bông, giảm tiết dịch, hạn chế nhiễm trùng. *Rễ cây vối* hỗ trợ điều trị bệnh viêm gan vàng da.

(dùng cả lá, cành, nụ, rễ và vỏ cây) là một thức uống rất thông dụng, giải nhiệt và tốt cho tiêu hóa, rất bình dân mà nông dân Bắc Bộ uống hàng ngày.

Ngoài các loại chè tươi (chè xanh, chè vối) thì các loại trà (chè xanh qua chế biến) từ nguồn gốc nội địa (trà mạn Hà Giang, trà móc câu Thái Nguyên, trà Bảo Lộc) hay từ Trung Quốc (nhiều loại) mà dân gian thường gọi là “*Trà Tàu*” cũng được dùng phổ biến trong đời sống thường nhật như một nghi lễ giao tiếp cũng như một thú thưởng thức tao nhã của những người yêu trà, nghiện trà. Đi theo các cách thức uống trà khác nhau (để giải khát hay để tiếp khách và thưởng thức) sẽ có những loại đồ đựng (ấm, tích, bát, chén, ly, v.v...) khác nhau.

Tại Hàn Quốc trà thông dụng là *trà xanh* (*Nokch'cha*) làm từ búp chè phơi khô ngâm vào nước nóng. Trà được trồng và uống từ thời ba vương quốc và phát triển theo sự phát triển của đạo Phật ở Hàn Quốc. Vào thời kỳ Goryo (918-1392) uống trà trở nên phổ biến với người dân Hàn và đạt đến đỉnh cao của văn hóa uống trà. Trong cung điện nhà vua có một phòng riêng để pha trà và trong các dịp lễ hội ngày rằm tháng giêng (*yoondung hwe*) hay lễ hội cúng thần hồng (*p'alk wan hwe*) thì người ta trình diễn *trà đạo* [Đặng Văn Lung, 2002: 335].

Khi văn hóa uống trà thịnh hành ở Hàn Quốc thì xuất hiện *Dabang* – là những cơ quan làm việc liên quan đến trà, và *Dachon* – là nơi chế tạo và cung cấp trà. Loại trà khác nổi tiếng của Hàn Quốc là *trà sâm*, chúng được pha chế từ nhân sâm là dược liệu quý và đã trở thành “*thương hiệu*” của Hàn Quốc trên toàn thế giới từ cổ chí kim.

- *Xét về nguyên liệu lương thực và thực phẩm để đảm bảo đời sống vật chất trong lĩnh vực ăn uống, chúng ta đã thấy có sự tương đồng rõ rệt ở*

hai nền văn hóa Hàn - Việt. Tuy nhiên vẫn có những khác biệt dễ nhận thấy ở phương diện này. Cụ thể là:

Do Hàn Quốc nằm ở khu vực Đông Bắc Á có mối quan hệ văn hóa chặt chẽ với các quốc gia canh tác lúa khô nên lúa khô đã sớm có mặt ở Hàn Quốc trước khi có lúa nước và do đó mặc dù không trở thành lương thực chính nhưng những sản phẩm nông nghiệp lúa khô (kê, mạch) vẫn khá phổ biến trong thực đơn của người Hàn. Bánh bao và các loại mỳ làm từ bột lúa mạch cũng là món ăn truyền thống ưa thích của người Hàn và đó là sản phẩm nội địa, khác với Việt Nam do giao lưu với văn hóa Trung Quốc nên cũng có sử dụng bánh bao, các loại mỳ nhưng đó hoàn toàn là lương thực ngoại nhập. Vì vậy xét về tính lúa nước của lương thực thì Việt Nam điển hình hơn Hàn Quốc nhưng Hàn Quốc lại nổi bật ở tính gạch nối giữa lúa nước và lúa khô và điều đó phù hợp với điều kiện tự nhiên và địa hình của Hàn Quốc.

Cũng như vậy do điều kiện thiên nhiên Việt Nam là khu vực khí hậu nhiệt đới ẩm nên các thực phẩm trái cây, củ quả của nhiệt đới đa dạng hơn, phong phú hơn Hàn Quốc. Chúng ta dễ dàng thấy dù ở Hàn Quốc vẫn có một số loại trái cây nhiệt đới như dưa hấu, quýt nhưng các loại giàu hương vị nhiệt đới như xoài, mít, chôm chôm, sầu riêng, nhãn, vải, dứa, dứa, chuối, v.v... thì khó thích hợp với khí hậu và thổ nhưỡng của Hàn Quốc vì vậy chúng luôn là sản phẩm ngoại nhập.

Cũng như vậy về thực phẩm từ nguồn nước ngọt thì Việt Nam với hệ thống sông ngòi chằng chịt, mật độ ao, hồ, đầm, kênh rạch dày đặc nên sản phẩm thủy sản nước ngọt ở Việt Nam phong phú hơn Hàn Quốc là điều dễ hiểu. Tuy nhiên về tính biển của lương thực, thực phẩm thì Việt Nam lại nhạt hơn Hàn Quốc cho dù Việt Nam cũng có đường bờ biển chạy dài suốt dọc đất nước. Thực phẩm rong biển, tảo biển không có mặt trong thực đơn của người Việt nhưng đó lại là nguyên liệu thực phẩm tạo nên nét độc đáo của ẩm thực Hàn với

Các nghiên cứu gần đây cho thấy nếu chỉ uống nước trắng sau 30 phút cơ thể sẽ đào thải hết, nhưng nếu uống nước chè tươi hay nước vối thì sau thời gian ấy cơ thể chỉ thải 1/5 số nước đã uống, số còn lại sẽ thải từ từ sau đó [Theo VN Media].

nhiều món ăn truyền thống như canh rong biển, cơm cuộn rong biển (김밥). Như vậy có thể nói rằng dù Hàn Quốc và Việt Nam có những đặc điểm khác biệt về khí hậu, địa hình nhưng trên nền tảng của sự tương đồng về kinh tế lúa nước, trồng rau quả và từ các sản vật tự nhiên mà nền văn hóa ẩm thực của hai quốc gia đã được đặt trên sự tương đồng quan trọng của nguyên liệu lương thực và thực phẩm với *đặc trưng lương thực thực phẩm của văn hóa nông nghiệp trồng củ quả, trồng lúa nước, chăn nuôi nhỏ và đánh bắt thủy hải sản*.

Chúng ta đều biết rằng lương thực và thực phẩm chưa phải là tất cả văn hóa ẩm thực, nhưng chúng có thể tạo ra nền tảng cho sự tương đồng hay khác biệt của ẩm thực bởi vì chúng đóng vai trò như các nguồn vật liệu cho một công trình kiến trúc. Các nguyên liệu giống/khác nhau sẽ là một sự khởi đầu cơ bản cho sự giống/khác nhau của công trình mặc dù chúng chưa phải là toàn bộ công trình. Do đó sau khi so sánh sự tương đồng khác biệt về lương thực thực phẩm, chúng ta sẽ tiếp tục so sánh các khía cạnh khác của văn hóa ẩm thực Hàn - Việt.

2. Những đặc trưng tương đồng và khác biệt trong chế biến ẩm thực của văn hóa Hàn - Việt

- *Đặc trưng tương đồng nổi bật trước hết của chế biến ẩm thực Hàn - Việt là đặc trưng pha trộn tinh tế.*

Sự tương đồng này xuất phát từ sự tương đồng về tiêu chí đánh giá phẩm chất (ngon/dở) của các món ăn/uống của người Hàn và người Việt, đó là các tiêu chí về *tính đa vị, đa sắc, đa hương và cân bằng âm dương* của các món ăn trong văn hóa ẩm thực của Hàn Quốc và Việt Nam.

**Đa vị*: yêu cầu phải có các nguyên liệu thực phẩm tự nhiên đa vị và cả Hàn Quốc và Việt Nam đều đáp ứng được yêu cầu này.

-*Vị chua*: chanh, giấm gạo, me (Việt Nam còn có thêm sấu, nhót, khế, quả dọc, cơm mẻ).

-*Vị cay*: ớt (khô và tươi), tiêu.

-*Vị mặn*: muối biển, tương, nước tương (Việt Nam có thêm nước mắm).

-*Vị ngọt*: đường mía, mật ong, mạch nha.

-*Vị béo*: mỡ gia cầm (heo, bò, gà...) (Việt Nam có thêm dầu dừa hay nước cốt dừa, dầu hạt điều, Hàn Quốc có thêm dầu quả thông).

**Đa sắc*: cũng yêu cầu phải có các nguyên liệu thực phẩm có màu sắc tự nhiên: vàng, xanh, đỏ, tím... và óc sáng tạo để tạo nên được thức ăn đa sắc thỏa mãn nghệ thuật cho thị giác theo yêu cầu "*ăn bằng mắt*" của văn hóa ẩm thực ở hai quốc gia.

Hàn Quốc và Việt Nam đều sẵn có các nguyên liệu tự nhiên có thể tạo màu sắc đẹp nhưng vẫn an toàn cho món ăn như màu vàng của nghệ, màu xanh của một số loại lá thơm, rong biển, màu đỏ của ớt, gấc, v.v... Ngoài ra, màu sắc tự nhiên của đủ loại gạo, rau củ... ở Hàn Quốc và Việt Nam cùng với óc sáng tạo của chủ nhân văn hóa ở hai quốc gia đã có thể tạo được các món ăn đa sắc rất đẹp mắt và rất hấp dẫn.



Món cơm trộn (Bibimbap) của Hàn Quốc



Com hén

**Da hương*: là các yêu cầu về các gia vị hương liệu tự nhiên và may mắn là các gia vị này ở cả hai quốc gia đều khá phong phú. Nhiều loại rau thơm như: *hành lá, tỏi, gừng, sả, quế*, v.v... được trồng và được dùng rất phổ biến trong chế biến thức ăn ở hai bên. Ngoài ra mùi hương của các loại hoa: hoa sen, hoa cúc, hoa nhài, hoa ngâu còn được dùng phổ biến để ướp hương cho các thức uống như trà và các loại nước giải khát khác.

**Cân bằng âm dương*: là một nhận thức sâu sắc trong phong cách ẩm thực Việt - Hàn, tạo nên một triết lý, một yêu cầu cao cho ẩm thực Việt - Hàn, đó là yêu cầu về sự *ngon* và *lành*. *Ngon* vì sự phối hợp cân bằng âm dương sẽ tạo ra độ chuẩn, độ tinh tế của sự phối hợp theo quy luật tự nhiên và *lành* vì nó sẽ tốt cho sức khỏe, cho sự dưỡng sinh của con người.

Rõ ràng là sự tương đồng về các tiêu chí đánh giá tính *ngon, lành* theo yêu cầu phải thỏa mãn đồng thời các giác quan. Lưỡi *nếm* (vị), mũi *ngửi* (mùi), mắt *nhìn* (sắc), và mục đích *tốt cho sức khỏe* đã tạo nên một đặc trưng tương đồng nổi bật của chế biến ẩm thực Hàn - Việt là *tính pha trộn tinh tế*. Đặc trưng này thể hiện ở việc hầu hết các món ăn (đặc biệt là các món đặc sản) của ẩm thực Hàn-Việt đều là các sản phẩm pha trộn.

Khi tính việc chế biến lương thực chính là gạo (nếp, tẻ), các loại đậu, khoai thì chúng ta đã có thể thống kê tới hàng chục, thậm chí là hàng trăm các loại *xôi, bánh, cháo, chè*, v.v... là sản phẩm pha trộn rất phong phú giữa chúng với nhau: có thể là pha trộn hai thứ và có thể là hỗn hợp nhiều loại trong các lương thực chính kể trên với những tỷ lệ khác nhau. Tùy theo “gu” của từng vùng miền, từng đối tượng thường thức và dâng cúng, từng thời tiết của các mùa mà cả ở hai quốc gia danh sách các món ăn chế biến từ sự pha trộn luôn là một danh sách rất dài.

Các loại món ăn chế biến từ rau củ quả cũng luôn là các món trộn rất đa dạng với các *loại gói, rau trộn, nộm*... mà ở đó bao giờ cũng là sự pha trộn

của nhiều loại rau, nhiều loại gia vị, nhiều mùi hương và nhiều màu sắc với các loại thực phẩm thịt, cá, tôm, cua... Thậm chí các loại trái cây cũng có mặt trong rất nhiều loại món ăn để tạo vị (chua, cay, ngọt, béo) như bưởi, chanh, cam, dứa, dưa, v.v... Món đặc sản của Việt Nam như *chả giò, gói cuốn, phở, bún, các loại nộm, cơm hến*, v.v... đã trở thành đặc sản nhờ vào đỉnh cao của nghệ thuật pha trộn hơn là nhờ vào tính đặc biệt hay hiếm có của nguyên liệu. Cũng như vậy, nghệ thuật pha nước chấm của ẩm thực Việt – điều đã tạo nên sự ngạc nhiên và khâm phục của nhiều nhà ẩm thực học và khách hàng quốc tế – cũng chỉ trên cơ sở tinh tế của pha trộn các gia vị và nước chấm mà thôi.

Tương tự như vậy, với các món đặc sản của Hàn Quốc như cơm trộn (bibimbap), cơm cuộn rong biển (kimbap), miến trộn (chapche) cũng nổi tiếng chỉ nhờ sự pha trộn. Các loại bánh đậu, bánh gạo của Hàn Quốc luôn là sự pha trộn nhiều loại ngũ cốc và ngay cả món cơm tẻ thường ngày cũng thường được nấu hỗn hợp với ngũ cốc như với đại mạch, đậu đỏ, đậu trắng, v.v... (Với người Việt thì hỗn hợp gạo với ngũ cốc chỉ dành riêng cho gạo nếp (nấu xôi) còn cơm tẻ thường chỉ có gạo tẻ). Đặc trưng đó không chỉ là cho các thức ăn mà còn *cho các thức uống*. Từ loại rượu được chưng cất từ gạo người Việt đã pha chế theo cách ngâm vào đó các loại động vật (hoặc xương và các bộ phận của động vật) cũng như các thực vật có tính dược liệu có khi còn có thêm các loại thuốc bắc, thuốc nam để tạo ra một danh sách dài cho các loại rượu hỗn hợp và được gọi chung là *rượu thuốc*. Công dụng của các loại rượu hỗn hợp này cũng không phải chỉ để uống (trong các bữa ăn, bữa tiệc) mà còn để chữa bệnh, để xoa bóp, để làm gia vị, để làm đẹp, v.v...

Hàn Quốc cũng có một danh sách các loại rượu hỗn hợp từ gạo với các loại cây, củ: Trước hết là *rượu sâm* được chế biến trở thành một thức uống bổ dưỡng phổ biến của người Hàn và nổi tiếng như một loại thuốc trên thị trường thế giới. Sau đó là rượu với các loại hoa (rượu hoa cúc), các loại rượu

ngâm rễ cây, lá như *ruợu lá tre, ruợu trái thông*, v.v... và cũng được sử dụng rất phổ biến cho nhiều công dụng trong đời sống của người Hàn.

Việc *cân bằng âm dương* trong ẩm thực cũng đã được đề cập đến trong hầu hết các công trình nghiên cứu ẩm thực Hàn - Việt, vì đó quả thật là một thành tựu văn hóa rất đáng chú ý của nền văn hóa ẩm thực của Hàn Quốc và Việt Nam. Nó không chỉ thể hiện sự phong phú về kinh nghiệm chế biến lương thực thực phẩm mà còn thể hiện trí tuệ, nhận thức quy luật, vận dụng quy luật âm dương, ngũ hành vào việc đảm bảo nhu cầu ăn uống và đảm bảo sức khỏe. Việc cân bằng âm dương trong ăn uống được thực hiện bằng nhiều cách:

- *Phối hợp các gia vị, thực phẩm, màu sắc* trong chế biến một món ăn theo nguyên tắc âm (cho tính hàn, mát) phải được cân bằng với dương (cho tính nóng, ấm) và ngược lại.

- *Phối các món ăn trong bữa ăn*: nếu đã có món thiên về tính nóng thì phải ăn chung với món thiên về tính mát để bữa ăn được cân bằng âm - dương.

- *Phối thức ăn với thời tiết (ăn thức ăn theo mùa)*. Nếu thời tiết nóng thì sẽ chọn nấu các thức ăn mát và ngược lại nếu thời tiết lạnh thì sẽ nấu thức ăn có tính nhiệt, ấm để cân bằng. Văn hóa ăn theo mùa (mùa nào thức ấy) là rất rõ rệt ở cả Hàn Quốc và Việt Nam, nó không chỉ do sự tươi ngon của nguồn thực phẩm (đúng mùa thực phẩm tươi) mà còn để tạo sự cân bằng hài hòa giữa *thiên - địa - nhân* trong lĩnh vực ăn uống, và đó cũng chính là một thành tựu ứng phó với thiên nhiên của chủ nhân hai nền văn hóa Việt Nam³ và Hàn Quốc.

³ Do Việt Nam khí hậu nóng ẩm nên thức ăn hàng ngày của người Việt thiên về *binh* và *hàn* nhiều hơn *nhiệt*. Trong công trình *Nữ công thất lãm*, Hải Thượng Lãn Ông có đưa ra và phân tích khoảng 120 loại lương thực, thực phẩm, gia vị, hương vị thường dùng ở Việt Nam thì có khoảng 20 loại mang tính nhiệt và ẩm còn 100 loại khác đều mang tính *binh* hoặc *hàn* nhưng *hàn* ít hơn. Như vậy là, trong việc lựa chọn nguyên liệu, người Việt đã chọn thức ăn cân bằng (tính *binh*) và ít chọn thức ăn có tính nhiệt cao để tạo cân bằng với môi trường [Ngô Đức Thịnh, 2010: 96].

- *Kết hợp món ăn/uống với sức khỏe của người ăn để tạo ra cân bằng âm dương cho cơ thể người ăn*.

Dựa trên tri thức về phân loại màu biểu, vị biểu và các bộ phận trong cơ thể con người theo quan niệm âm dương ngũ hành vốn có ảnh hưởng sâu sắc trong văn hóa nhận thức của Việt Nam và Hàn Quốc, mà người chế biến có thể phối các nguyên liệu tạo ra các món ăn cân bằng theo thể trạng hàn hay nhiệt của cơ thể hoặc cần hỗ trợ cho một bộ phận nào đó của cơ thể người ăn. Quan niệm "*món ăn là bài thuốc*" là rất phổ biến ở cả hai quốc gia.

Tuy đặc trưng pha trộn tinh tế là chung của hai nền văn hóa ẩm thực Hàn - Việt nhưng Việt Nam có ưu thế về sự đa dạng của sản vật thiên nhiên và đặc biệt là sự đa dạng văn hóa tộc người do đó *tính pha trộn của ẩm thực Việt đa dạng hơn* bởi vì trong sự pha trộn đó không chỉ có sự phong phú hơn về nguyên liệu pha trộn mà còn có sự đan xen tiếp biến pha trộn của nhiều loại đặc sản, nhiều tinh hoa ẩm thực của các dân tộc anh em. Ca dao của cư dân Việt ở vùng đồng bằng, ở ven biển gửi cho cư dân tộc người ở vùng núi cao:

"Ai về nhẩn với nậu nguồn

Mãng le gửi xuống, cá chuồn gửi lên"

là một thí dụ⁴. Chỉ là một ví dụ đơn giản với gia vị *muối* thì người Huế đã có thể làm được cả một bữa "*tiệc muối*" với hàng chục loại không chỉ là hỗn hợp với đậu (đậu phộng), mè (vừng) như thông thường mà còn với nhiều gia vị: sả, tiêu, ớt (các loại), gừng, riềng và một số loại quả rừng, rau dại thậm chí là bộ phận của động vật (tiết, da...) để tạo ra nhiều loại muối và mỗi loại là để ăn kèm với một loại thức ăn, thức uống khác nhau.

- *Nghệ thuật pha nước chấm* của người Việt cũng đã tạo ra một sự thích thú và kinh ngạc về nghệ

⁴ Sự tiếp biến qua lại của ẩm thực Việt với ẩm thực các dân tộc anh em là một bộ phận của tiếp biến văn hóa theo đặc trưng thống nhất trong đa dạng của văn hóa Việt Nam. Đây là một đề tài nghiên cứu thú vị nhưng trong khuôn khổ đề tài này thì chưa thể mở rộng và đi sâu hơn.

thuật pha trộn bởi vì chỉ với một số nguyên liệu cơ bản giống nhau: *nước mắm, chanh, ớt, tỏi, đường*, v.v... nhưng với tỷ lệ pha trộn khác nhau là đã đủ để tạo ra những loại nước chấm khác biệt về hương, vị, về chức năng (vì mỗi loại sẽ để ăn với một thứ thức ăn khác nhau) và cũng như đó đã tạo nên hiệu ứng *ngon* rất đặc sắc của ẩm thực Việt.

Cũng có thể nói như thế về các loại mắm (thường là các loại thủy/hải sản lên men) của người Việt. Nhiều du khách nước ngoài đã đặc biệt ấn tượng về các *bữa tiệc mắm* được chiêu đãi ở các nhà hàng đặc sản ở Huế bởi vì hàng chục loại mắm để ăn với hàng chục loại thức ăn khác nhau được dọn ra trên các loại bát, đĩa khác nhau và ăn uống theo các cách khác nhau!

Có thể nói, ẩm thực Việt quả là bậc thầy của nghệ thuật pha trộn và cũng không quá để nói rằng đỉnh cao của nghệ thuật ẩm thực Việt trước hết là ở đỉnh cao của sự pha trộn và sự phối hợp tinh tế các nguyên liệu thực phẩm và gia vị.

- *Đặc trưng tương đồng nổi bật thứ hai của chế biến ẩm thực Hàn - Việt là đặc trưng dùng nhiều nguyên liệu thực vật hơn động vật (ăn nhiều rau hơn thịt).*

Các nghiên cứu về kinh tế nguyên thủy của người Đông Nam Á thời cổ đại trong đó có người Việt đã chỉ rõ đặc điểm *hái lượm vượt trội hơn săn bắt* đã được xác nhận, nhờ đó tri thức về thực vật của họ rất phong phú [Hà Văn Tấn, 2003: 44]. Đặc điểm này không chỉ giúp ở đây nông nghiệp ra đời sớm mà còn giúp cho chủ nhân văn hóa có một pho thức ăn hái lượm thực vật rất rộng, rất đa dạng từ thiên nhiên. Vì vậy trong suốt lịch sử phát triển từ cổ đại cho đến nay dù nông nghiệp đã phát triển thì các loại rau rừng, quả rừng, mộc nhĩ, nấm (các loại), v.v... vẫn nằm trong thực đơn ưa thích của người Việt, còn tất nhiên "*cây nhà lá vườn*" là thực phẩm hàng ngày của gia đình nông dân Việt Nam từ xưa đến nay.

Công thức bữa ăn truyền thống của người Việt đã được Trần Quốc Vượng tổng kết gồm "*com, rau,*

cá" và nếu có thể phải giản lược (vì nghèo) thì món giản lược là cá vì "*thành phần cứng*" của bữa ăn truyền thống của người Việt là com và rau. Thậm chí nếu gạo không còn đủ để nấu com thì "*rau cháo*" qua ngày là lựa chọn cuối cùng của họ. Câu tục ngữ "*đói ăn rau, đau uống thuốc*" của người Việt là một sự đánh giá về tính quan trọng của rau xanh (hay thực phẩm từ thực vật) nói chung trong đời sống ẩm thực Việt.

Người Hàn tuy cội nguồn có gần với các tộc người có kinh tế săn bắt vượt trội hơn nhưng sau khi định cư ở bán đảo Triều Tiên thì từ đầu công nguyên lúa nước đã trở thành loại hình kinh tế cơ sở của thời kỳ truyền thống ở Hàn Quốc và như đã nói, người Hàn cũng giống người Việt ăn các sản phẩm lương thực của nông nghiệp lúa nước. Đất canh tác ở Hàn Quốc được chia làm hai loại: đất ruộng và đất rẫy. Đất ruộng là những nơi bằng phẳng gần nguồn nước hoặc có mương nước cung cấp đủ nước thường để trồng lúa. Đất rẫy là những nơi cao hơn, ở sườn núi không có nước tưới thường xuyên thường dùng để trồng rau củ. Do địa hình nhiều núi và đá sỏi nên chỉ 2/5 diện tích canh tác là đất ruộng trồng lúa còn lại là đất rẫy trồng rau củ. Vì vậy rau củ ở bán đảo Hàn rất phong phú. Rau củ, củ cải, các loại bí, dưa chuột, dưa gang, vừng (mè) các loại đậu, ớt và nhiều loại rau gia vị được trồng khắp trên các vùng đất rẫy khắp bán đảo Hàn. Bữa ăn của người Hàn do vậy cũng là bữa ăn com với các loại rau, củ, đậu, v.v... Ngoài ra do ba mặt giáp biển, thức ăn thực vật của người Hàn còn có thêm rong biển. Rong biển cũng là nguồn thức ăn cung cấp protein dồi dào cho người Hàn. Rong biển màu nâu (miyeok) nấu thành canh với mè là loại canh truyền thống rất được ưa thích. Còn lại xanh (kim) được ép mỏng quấn với com cùng một số loại rau đậu và trứng tráng làm thành một món ăn đặc trưng (kimbap) nổi tiếng của người Hàn.

Trên nền tảng nền nông nghiệp trồng lúa và rau củ quả hàng ngàn năm ấy mà cư dân ở hai quốc gia

đều rất ưa thích và giỏi chế biến thực phẩm lên men, đặc biệt là các loại rau củ lên men.

Ẩm thực Hàn nổi tiếng toàn thế giới về món kim chi. Kim chi là tên gọi chung cho tất cả các loại thực vật lên men (dưa). Kim chi được ưa chuộng nhất được làm từ rau cải trắng, muối với ớt bột, tỏi và nhiều gia vị để tạo ra hương vị rất đặc trưng. Ngoài rau cải trắng, kim chi còn được làm với hầu hết các loại rau củ khác và do vậy có tới hàng trăm loại kim chi. Kim chi hầu như không bao giờ vắng mặt trong các bữa ăn quanh năm của người Hàn, nhất là vào mùa đông giá lạnh khi không thể thường xuyên có rau tươi. Do vậy nó đã trở thành “đại sứ” của ẩm thực Hàn và Hàn Quốc còn được các quốc gia khác biết đến với tên gọi “xứ sở của kim chi”.



Kim chi Hàn Quốc



Cà muối Việt Nam

Dưa và cà cũng là loại thức ăn lên men rất thông dụng trong đời sống ẩm thực Việt. Người Việt cũng có một danh sách dài các loại rau được muối thành dưa và dưa ngon nhất là loại dưa làm từ rau cải được muối trong nước muối, khi đã chín có màu vàng tươi, đó là món ăn ưa thích không chỉ ở bữa cơm thường ngày mà cả trong thực đơn lễ tết. Dưa hành (hành muối) được xem là một trong các món chớ tải hương vị tết truyền thống của Việt Nam:

“Thịt mỡ, dưa hành, câu đối đỏ

Cây nêu, tràng pháo, bánh chưng xanh”.

Người Việt và người Hàn đều là bậc thầy của việc chế biến đậu nành thành tương (đến mức trong tiếng Việt đậu nành được gọi là đậu tương). Nước chấm quan trọng nhất của người Việt là nước mắm nhưng không phải ở đâu và ai cũng có thể làm được nước mắm vì nước mắm có kỹ thuật chế biến khá phức tạp. Tuy nhiên có một loại nước chấm thông dụng mà nông dân Việt nào cũng có thể làm được, gia đình nông dân Việt nào cũng có để làm thức chấm hàng ngày với rau, củ đó là tương⁵. Người nông dân Việt có thể yên tâm với tính toán:

“Còn trời, còn đất, còn mây

Còn ao rau muống, còn đầy chum tương”.

Cùng với dưa, cà, tương được coi là thức ăn thông dụng trong bữa cơm thường ngày do đó được đánh giá “*tương cà là gia bản*” của thức ăn Việt. Với văn hóa sử dụng nhiều đạm thực vật, khi phải sống ở nước ngoài, ở những đất nước không có nhiều rau xanh, củ quả thì sự thích nghi khó khăn nhất của người Việt là thiếu rau, củ bởi vì thành phần rau củ quả đã nằm trong “*căn cước*” của văn hóa ẩm thực Việt. Do đó nỗi nhớ quê của người Việt được lồng trong nỗi nhớ tương, cà, rau, dưa:

⁵ Tương Việt được chế biến chủ yếu là từ đậu nành nhưng cũng có khi có thêm cả bắp hoặc gạo nếp. Đậu (bắp, gạo nếp) rang chín, xay nhỏ và ủ men. Sau đó xếp vào các chum đồ ngập nước muối theo tỷ lệ nhất định, đậy kín rồi để ngoài trời vài tháng. Khi tương “*ngấu*” có mùi thơm đặc trưng, nước sánh vàng nâu là dùng được. Tương Việt nổi tiếng là tương Bản (sản phẩm của làng Bản, huyện Yên Nhân, tỉnh Hưng Yên cũ) và tương Nam Đàn (Nghệ An).

“Anh đi anh nhớ quê nhà

Nhớ canh rau muống, nhớ cà dầm tương”.

Với người Hàn làm tương (*chang*) “là một trong những tập quán chế biến lâu đời nhất trong đời sống ẩm thực. Tương có hai loại. Tương nước và tương đặc sau này cho thêm ớt vào tạo thành món tương cay. Các loại tương (nước, đặc, cay) được xem là những gia vị chính cho nhiều món ăn Hàn và chúng tạo thành hương vị đặc trưng của ẩm thực Hàn. Trong các ngôi nhà truyền thống của người Hàn thường có những bậc xây cao hơn mặt đất để chứa các hũ tương (hũ lớn để đựng nước tương, hũ vừa đựng tương đặc và hũ nhỏ hơn đựng tương cay). Các hũ tương này rất được chú ý trông nom và giữ sạch bằng việc lau chùi đánh bóng hàng ngày... Bài dân ca “*Bài hát tháng năm*” của nông dân Hàn có câu: “*Sẽ tốt hơn nếu nấu thật nhiều cơm trộn với đại mạch. Canh và rau diếp cùng tương cay*” [Đặng Văn Lung, 2002: 335, 357].

Ngoài ăn thực vật bằng cách lên men thì *ăn sống* là cách ăn rất thông dụng của người Việt và người Hàn với các loại rau, củ, quả. Ăn sống giúp tận dụng được nhiều vitamin trong rau xanh. Rau sống thường được ăn kèm với các loại canh chua (người Việt) và tương cay (người Hàn). Các loại dưa như dưa chuột, dưa gang, dưa hồng... cũng đều được ăn sống nhiều hơn là nấu chín.

Văn hóa dùng nhiều thức ăn thực vật còn thể hiện ở mỹ cảm của người Việt khi trình bày các thức ăn, ngoài bát đĩa sứ thì họ ưa gói thức ăn và bọc các loại bánh bằng lá (lá chuối, lá sen, lá dong...), buộc thức ăn bằng lạt tre, dây chuối (từ vỏ cây chuối) để có cảm giác ngon hơn là đặt chúng trong các bát kim loại, bọc gói ny-lông, hộp nhựa... Bánh chưng sẽ không là bánh chưng khi gói bằng ny-lông buộc dây ny-lông. Xôi Việt sẽ không thể ngon khi gói bằng giấy hay bao ny-lông trong cảm thức ẩm thực của người Việt⁶.

⁶ Thực ra văn hóa ăn nhiều thức ăn thực vật hơn động vật là một bộ phận của nền *văn minh thực vật* (civilisation du végétal) của người Việt vì người Việt không chỉ ăn nhiều thực vật mà còn

3. Những tương đồng và khác biệt trong cách thức ăn uống của người Hàn và người Việt

- *Tương đồng dễ nhận thấy nhất trong cách ăn uống của người Hàn và người Việt là dùng đũa và ăn cơm trong bát.*

Có thể do cùng tương đồng về lương thực thực phẩm và phong cách chế biến mà đũa được sử dụng như một dụng cụ để chế biến thức ăn cũng như để lấy thức ăn, xử lý thức ăn trên bàn ăn của người Hàn và người Việt. Các động từ dùng đũa trong tiếng Việt là khá đa dạng: *xào, khoắng, trộn, dầm, đánh*, v.v... (để chế biến món ăn); *xới, gắp, vò, vễ, xé*, v.v... (để dùng lấy thức ăn, xử lý thức ăn khi ăn). Do sử dụng phổ biến nên hình tượng đôi đũa được người Việt chờ tải nhiều thông điệp xã hội. Đũa rất quen thuộc trong ca dao, tục ngữ Việt Nam, chẳng hạn như: “*Vợ chồng như đũa có đôi*”, “*Vợ đại không hại bằng đũa vênh*”, “*Dám đầu đũa mốc lại chòi mâm sơn*”, “*Muốn ăn gắp bỏ cho người, Gắp đi gắp lại lại roi lòng mình*”. Người Hàn cũng sử dụng đũa trong chế biến và trong bữa ăn nhưng đũa của người Hàn là đũa kim loại (inox) ngắn, nhỏ, khác với đũa người Việt thường làm bằng tre có nhiều loại to, nhỏ, đũa to (đũa cá hay đũa bép) để xới cơm, đũa dài để xào nấu và đũa trung bình để ăn trong bữa ăn.

Người Hàn và người Việt đều ăn cơm trong bát nhưng bát của người Hàn khác bát của người Việt do văn hóa ứng xử xã hội khác nhau và do cách ăn khác nhau. Do văn hóa ứng xử trọng nam khinh nữ và văn hóa tôn ty nên bát ăn cơm của người Hàn chia làm hai loại: Bát của người đàn ông là *chubal* đó là loại bát cao, miệng rộng hơn đáy, đáy hình tròn và sâu. Bát của phụ nữ là *pari* đáy nông hơn, hình tròn dẹt nhỏ hơn *chubal*. Các bát này đều có nắp và người ta dùng nắp *chubal* để lường gạo nấu cho đàn ông và dùng nắp *pari* để lường gạo nấu cho

dùng nhiều thực vật làm nguyên liệu chính để đảm bảo hơn hết các nhu cầu đời sống vật chất như chế tạo nông cụ thô sơ, dụng cụ đánh bắt thủy sản, săn bẫy thú rừng, xây dựng nhà ở và chế tạo vật liệu để đảm bảo nhu cầu mặc.

phụ nữ, dĩ nhiên là *pari* bao giờ cũng nhỏ hơn, ít hơn *chubal!* Cách ăn của người Hàn là không được nhấc bát lên khỏi mâm do đó tròn bát dẹt và đĩa chỉ để gấp thức ăn còn cơm được xúc bằng muống riêng của từng người [Đặng Văn Lung, 2002: 356]. Khác với người Việt khi ăn luôn bung bát lên để và để *húp* do đó luôn sử dụng đĩa trong bữa ăn (ít dùng thìa ăn riêng) thành tròn bát được cấu tạo cao hơn để cầm cho đỡ nóng. Bát cơm của người Việt là như nhau cho tất cả mọi người (trừ em nhỏ có thể ăn loại bát riêng) và hoàn toàn không có sự phân loại bát cho đàn ông và phụ nữ như người Hàn.

- *Một đặc điểm khác biệt nữa là tính cộng đồng trong cách ăn của người Việt đậm nét hơn người Hàn.*

Mâm cơm của người Việt là *hoàn toàn thức ăn chung*: nồi cơm chung, tất cả các thức ăn được múc ra bát lớn hay đĩa để trên mâm để ăn chung. Đặc biệt đồ chấm (nước mắm, gia vị hay các loại mắm, muối) đều chỉ là chung một bát hay một đĩa ở giữa mâm. Người Việt chỉ *ăn riêng* trong bát cơm của mình còn mọi thứ đều lấy từ *đồ đựng chung*. Do đó tục ngữ Việt mới khuyên “ăn trông nồi...” nghĩa là ăn (riêng) nhưng phải nhìn nồi (chung) để xem còn đầy hay vơi mà tự điều chỉnh mình ăn sao cho ai cũng có phần.

Người Hàn thì chỉ ăn chung các món ăn phụ (kim chi, xào, chiên...) còn cơm, canh là dành riêng cho mỗi người theo từng phần. Người Việt dùng đĩa (riêng) rồi dùng thìa (hoặc muống) lớn (chung) để múc thức ăn vào bát riêng mà thường ít dùng thìa để ăn trong bát riêng (thìa chỉ dành cho trẻ em khi chưa biết sử dụng đĩa thành thạo). Người Hàn thì mỗi người bao giờ cũng có một đôi đĩa (để gấp thức ăn phụ), một thìa riêng để xúc cơm ăn trong bát riêng. Thìa chung để múc thức ăn chung vào bát riêng và tuyệt đối tránh dùng thìa riêng của mình để múc vào bát thức ăn chung. Do tập quán ăn kim chi (nhiều loại) nên trên bàn ăn người Hàn có rất nhiều đĩa nhỏ để đựng nhiều loại kim chi và các loại tương. Bàn ăn người Việt ít đĩa và bát nhỏ (trừ bát

đựng nước chấm) vì thường phải múc nhiều thức ăn vào bát, đĩa lớn để ăn chung. Tập quán ăn chung của người Việt có từ thời cổ đại. Trong đồ gốm Đông Sơn của cư dân Việt cổ đã có các loại *nồi gốm lớn* như “nồi mური” ngày nay. Đó là loại “*gốm Đường Cổ*” rất phổ biến: nồi miệng loe, thành miệng cong lòng máng, thân phình to bằng miệng, đáy tròn dùng nấu cơm. Trong đồ gốm Đông Sơn còn có *ấm gốm lớn* bằng đất nung hoặc bằng sành. Loại ấm này để nấu nước chè xanh hay nước vối trong các buổi sinh hoạt ẩm thực cộng đồng [Nguyễn Nhã, 2002: 221].

Người Việt còn có thói quen uống rượu chung cùng một ly bằng cách chuyền tay mỗi người uống một hớp cho đến cạn ly, hoặc dùng một ly chung rót đầy rượu rồi luân phiên mỗi người uống một ly cho đến hết bữa tiệc nhằm bày tỏ tình cảm liên kết cộng đồng. Tập quán này ngày nay vẫn còn thấy phổ biến ở cư dân Việt vùng đồng bằng Nam Bộ.

- *Khác biệt rõ nét nhất trong cách ăn/uống là lễ nghi trên bàn ăn/uống của người Hàn phức tạp và nghiêm ngặt hơn người Việt.*

Người Hàn và người Việt đều có chung quan niệm về tầm quan trọng của vấn đề này. Tục ngữ Việt có câu “*Có thực mới vực được đạo*” thì tục ngữ Hàn cũng có câu “*Có đi xem núi Kim Cương⁷ thì cũng phải sau khi ăn cơm*”. Tuy nhiên cả người Việt và người Hàn đều không chỉ coi việc ăn uống là thuần túy hoạt động của đời sống vật chất mà luôn coi đó là một môi trường, một lĩnh vực để giáo dục văn hóa, truyền dạy các kinh nghiệm và cách ứng xử văn hóa cho con cái.

Văn hóa Việt thể hiện đặc điểm này ở nhiều phương diện:

- Trong ngôn ngữ động từ *ăn* là động từ có *số lượng ngữ nghĩa* (những động từ cùng nghĩa với *ăn* như *nhai, nuốt, xơi, dự bữa, dùng bữa...*) và *số*

⁷ Núi Kim Cương là một trong những dãy núi đẹp nhất của Hàn Quốc nằm ở Bắc Hàn. Trong mỹ cảm nghệ thuật và trong tâm thức của người Hàn, núi có một vẻ đẹp đặc biệt vì cảnh quan đặc trưng của Hàn Quốc là nhiều núi đá.

lượng từ ghép (như kiểu: ăn ảnh, ăn bảm, ăn hại, ăn cắp, ăn vạ, ăn cướp...) nhiều nhất trong các động từ thông dụng của tiếng Việt [Nguyễn Nhã, 209: 37].

- Trong tục ngữ và ca dao Việt số lượng các câu tục ngữ, ca dao dùng ăn uống để chở tải các ý nghĩa giáo dục xã hội rất phong phú⁸ và được sử dụng với tần suất cao nên rất quen thuộc. Kiểu như “*ăn trông nồi ngồi trông hướng*”, “*ăn quả nhớ kẻ trồng cây*”, “*lời chào cao hơn mâm cỗ*” đã trở thành câu cửa miệng của người Việt. Tuy coi trọng việc ăn nhưng người Việt luôn nhắc nhở “*miếng ăn là miếng nhục*” và do đó phải ăn có nhân cách “*đói cho sạch, rách cho thơm*”. Văn hóa Hàn thể hiện đặc điểm coi trọng ý nghĩa xã hội của ăn uống qua việc giáo dục và thực hiện các lễ nghi liên quan đến ăn uống bởi vì các lễ nghi đó thể hiện đặc trưng quan trọng nhất trong ứng xử xã hội của người Hàn là tính tôn ty.

Câu tục ngữ hay được người Hàn nhắc đến như một nguyên tắc ứng xử là “*uống nước lã cũng phải theo thứ tự*”, do đó trật tự, nghi lễ trên bàn ăn là một vấn đề được quan tâm giáo dục từ ấu thơ và suốt đời phải tuân thủ nghiêm ngặt. Động từ *ăn*, *uống* nằm trong lớp từ vựng kính ngữ của tiếng Hàn (kính ngữ có cùng nghĩa với từ bình thường nhưng được dùng trong ứng xử với người trên để phân biệt tôn ty⁹). Lễ nghi trên bàn ăn/uống của người Hàn phức tạp và nghiêm ngặt từ khâu bày bàn ăn, sắp đặt chỗ ngồi ăn, quy tắc trong ăn/uống đến quy tắc kết thúc bữa ăn/uống, v.v...

**Bàn ăn phải được bày đúng quy cách*

⁸ Theo thống kê của Nguyễn Văn Dương thì trong tập văn học dân gian thuộc Hợp tuyển văn học Việt Nam có 27/153 câu tục ngữ và 143/186 câu, bài ca dao liên quan đến ăn, uống [Nguyễn Nhã, 209: 39].

⁹ Động từ *ăn* của tiếng Hàn dùng trong các trường hợp bình thường là 먹다, động từ *uống* là 마시다 nhưng động từ *ăn* dành cho người ở bậc trên, người đáng kính (kính ngữ) là động từ 식사하다, động từ *uống* là 드다 và bắt buộc phải dùng đúng các động từ này với đúng đối tượng. Lỗi sai trong dùng kính ngữ không chỉ là lỗi ngôn ngữ mà còn là lỗi văn hóa nên người học tiếng Hàn phải đặc biệt chú ý vấn đề sử dụng kính ngữ trong tiếng Hàn.

- Với bữa ăn thông thường thì com cho mỗi người trong một bát riêng (bằng sứ hay thép không rỉ) luôn có nắp đậy và đặt ở phía bên trái người ăn. Canh cho mỗi người trong một bát riêng đặt bên phải chén com (cũng có lúc là bát canh chung đặt giữa bàn). Thìa và đũa đặt ở bên phải bát canh. Tất cả com và thức ăn đều được mang ra bày trên bàn và ăn cùng một lúc (giống như cách ăn của người Việt mọi thứ dọn ra mâm và cũng ăn cùng một lúc).

- Với các loại bữa ăn có nhiều món phụ thì bàn ăn gọi là ban sang.

Có tất cả 5 loại ban sang

+*Ban sang 3 món*: ngoài com, canh, kim chi sẽ có thêm 3 món phụ: món rau chín, món rau sống và món nướng.

+*Ban sang 5 món*: ngoài com, canh, kim chi có thêm 5 món phụ: rau chín, rau sống, món nướng, món kho, món chiên hoặc món khô hay món mắm.

+*Ban sang 7 món*: là bàn ăn của quý tộc. Ngoài com, canh, kim chi, tương, món hầm, lẩu ra sẽ có thêm 7 món phụ: rau chín, rau sống, món nướng, món kho, món chiên, món khô, món mắm.

+*Ban sang 9 món*: cũng là bàn ăn của quý tộc. Ngoài các món như ban sang 7 món còn có thêm cá sống, rau ướp nước tương, 3 loại tương và 3 loại lẩu.

+*Ban sang 12 món*: xưa là bàn ăn của vua, hoàng hậu, hoàng gia phải đặt trên 3 bàn ăn và có người hầu phục vụ. Xếp thức ăn theo nguyên tắc: bên phải là món nóng, bên trái là món mặn, món kho, v.v...

Ngoài bàn ăn còn có bàn tiệc rượu thường xuất hiện trong các buổi tiếp khách, dạ tiệc gồm nhiều món ăn phụ như các loại bánh, kẹo, mứt, hoa quả và nhiều loại rượu [Kang Young Mi, 2007: 38].

**Vị trí ngồi ăn được quy định* theo thứ bậc: trong gia đình thì vị trí đầu bàn dành cho chủ gia đình, những chỗ khác do gia đình sắp xếp; trong bàn đãi khách thì người có vị trí cao nhất hay người quan trọng nhất thường ngồi ở vị trí trung tâm.

**Bữa ăn bắt đầu khi người có vị trí cao nhất* (hay lớn tuổi nhất) cầm đũa và những người khác cầm

đũa theo. Khi ăn phải ngồi ngay ngắn, nhai từ tốn, kín đáo và không nhắc bát lên khỏi bàn. Những hành vi cần tránh trong bữa ăn là cầm đũa/thìa trước khi người lớn tuổi nhất chưa cầm, mở miệng nói chuyện khi còn thức ăn trong miệng, dùng thìa riêng múc vào thức ăn chung hoặc dùng cả đũa cả thìa một lúc (khi dùng cái này thì cái kia phải đặt xuống đúng vị trí). Không được há miệng lớn, ho hay hắt xì hơi trong bữa ăn mà không quay sang hướng khác hoặc đi ra ngoài. Không cần ăn hết các món ăn chung nhưng cần ăn hết phần cơm riêng và phải giữ tốc độ ăn bằng người lớn và bữa ăn chỉ kết thúc thì người lớn tuổi nhất (hay quan trọng nhất) đứng lên, những người thấp hơn không được tự ý rời bàn ăn trước đó.

**Uống rượu cũng có nhiều nghi lễ phải tuân thủ.*
Người uống thường không tự rót vào ly mình mà đợi người khác rót cho và mình cũng sẽ làm như thế với họ. Khi người khác rót rượu mình phải nâng ly rượu lên. Nếu người rót hay nhận rượu là cấp dưới (ít tuổi hơn, là nhân viên, là hậu bối, v.v...) thì một tay rót rượu một tay phải đưa ra nâng khuỷu tay rót/hay tay cầm cốc nhận rượu để tỏ lòng kính trọng.

**Uống trà với người Hàn cũng không đơn giản.*
Trà cùng hoa quả và rượu là những thực phẩm quan trọng cho giao tiếp trong cung đình ở Hàn Quốc. Các nghi lễ dâng trà, uống trà là một phần trong các nghi lễ quốc gia nên rất nhiều quy tắc, được nâng lên thành *trà đạo* và người ta biểu diễn trà đạo vào những dịp lễ hội.

Khi trà trở thành thức uống phổ biến trong xã hội thì người Hàn vẫn giữ những lễ nghi khi pha trà và

uống trà. Các tách trà được đặt trên các đĩa nhỏ mang đến cho khách bằng mâm và mời khách. Khách phải nhận tách bằng tay phải rồi sau đó đổi sang tay trái uống 2, 3 lần. Khi uống chú ý đến mùi vị của trà [Kang Young Mi, 2007: 30].

Nói tóm lại, cả trong ăn và uống người Hàn rất trọng lễ nghi và rất chú tâm giáo dục gìn giữ các lễ nghi đó như một phần đặc trưng của ẩm thực Hàn.

Nói như vậy không có nghĩa người Việt không có lễ nghi trong ăn uống. Thực ra Hàn Quốc, Việt Nam đều chịu ảnh hưởng sâu sắc của Nho giáo và hệ giá trị đạo đức theo “phận” của Nho giáo và nhiều quy tắc trong bữa ăn Hàn cũng là quy tắc của bữa ăn Việt, chẳng hạn phải ăn uống từ tốn, phải lễ phép tôn trọng người lớn trong mâm, phải chờ người lớn ăn trước, nhường nhịn trong ăn uống, v.v... Nhưng người Việt thường thiên về khuyến bảo, răn dạy coi đó là ứng xử tốt cần học tập chứ không đặt ra quy tắc lễ nghi và bắt buộc phải tuân thủ một cách nghiêm ngặt như người Hàn, bởi vì với tính chất xã hội đậm chất dân chủ làng xã của người Việt thì không chỉ trong ăn uống mà trong nhiều lĩnh vực khác tính lễ nghi của xã hội Việt không thể đậm đặc như xã hội tôn ty của người Hàn.

Ăn uống không chỉ là hoạt động quan trọng trong đời sống cá nhân mà còn rất quan trọng trong đời sống xã hội ở quy mô gia đình cũng như quy mô cộng đồng, rộng hơn là lĩnh vực đối ngoại. Do vậy việc so sánh những tương đồng và khác biệt trong văn hóa ẩm thực sẽ đưa lại những kiến thức hữu ích cho việc tăng cường hiểu biết lẫn nhau giữa hai nền văn hóa Hàn Quốc và Việt Nam.

The similarities and differences in the field of cuisine between Korean and Vietnamese traditional cultures

• Tran Thi Thu Luong

University of Social Sciences and Humanities, VNU-HCM

ABSTRACT:

Cuisine is important not only in personal life but also in social life at both family and community level; on a large scale, it is for diplomatic mission. As a result, the comparison in cuisine culture would bring about useful knowledge to enrich mutual understanding in both Korean and Vietnamese cultures. The

paper analyses and demonstrates the similarities and differences in the field of cuisine between Korean and Vietnamese traditional cultures, as well as the similarities in the way of cooking and in the eating and drinking habits of Korean and Vietnamese peoples.

Keywords: eat and drink, Vietnam, Korea, commonality, difference

TÀI LIỆU THAM KHẢO

- [1]. Trần Quốc Vượng, *Mấy nét sơ lược về tình hình sản xuất nông nghiệp Việt Nam dưới thời kỳ Bắc thuộc*. Thông báo khoa học, Tập I, Sử học (Thông sử, khảo cổ học dân tộc học), 1963.
- [2]. Đặng Văn Lung, *Tiếp cận văn hóa Hàn Quốc* - Hà Nội: Nxb. Văn hóa - Thông tin, 2002.
- [3]. Nguyễn Nhã, *Bản sắc ẩm thực Việt Nam*. Nxb. Thông tấn, 2009.
- [4]. Kang Young Mi, *Văn hóa ẩm thực Hàn Quốc*. Khóa luận tốt nghiệp ngành Việt Nam học, Trường Đại học Khoa học Xã hội & Nhân văn, Đại học Quốc gia TP HCM, 2007.