

## NHẮC CHUYỆN QUÊ HƯƠNG: RAU CÀNG CUA

Trần Mỹ Thanh



Tôi sang Mỹ đã lâu mà sao tâm hồn lại còn để lại ở một góc nào đó ở quê hương. Mây hôm nay Cali trời mưa, tôi nhớ quê nhà. Ở Việt Nam khi trời mưa cho không gian ẩm ướt, để cây cối xanh tươi. Một loài tôi còn nhớ là rau càng cua. Xin tặng bài đến các đồng hương Kiên Giang của tôi.

Rau Càng Cua là loại rau dân dã, bình dị, hầu như hiện diện khắp quê hương nước Việt, vùng địa phương nào cũng có. Rau càng cua mọc tự nhiên như rau sam và mọc nhiều vào mùa mưa khi hậu ẩm ướt. Mùa nào người dân cũng có rau càng cua. Loại rau này mọc thấp, chỉ cần rào quanh sân vườn, hàng hiên bên nhà là có thể hái được rau một cách dễ dàng. Người dân nông thôn hay thành thị đã ăn gỏi rau càng cua rồi thì hầu như nó sẽ được ưa thích.

Đặc điểm của rau càng cua dễ mọc hoang dã ở Việt Nam, ở tỉnh nào, ở nơi nào có mưa và có đất thì sẽ có rau càng cua. Rau càng cua mọc tự nhiên ngoài vườn bưởi, vườn chuối, gần ao hồ sau nhà hoặc ven bên những liếp dừa miền quê. Rau càng cua lên xanh um và mọc nhiều. Có lẽ do thích hợp với khí hậu vùng đất thấp, ẩm ướt nên cộng rau càng cua có thể mọc dài đến gần một gang tay.

Do rau càng cua có được từ thiên nhiên ưu đãi, lại là món ăn được nhiều người ưa thích nên về sau tại quê nhà giá rau càng cua nghiêm nhiên cao hơn nhiều lần so với rau muống. Món ăn rau càng cua trộn dầu dấm như món salad thông dụng trong thực đơn của gia đình tại quê hương. Ngày nay tại hải ngoại như tại Mỹ chúng ta không thấy các chợ bán rau càng cua, nên bài viết này như một kỷ niệm hoài hương mà thôi.



Nói đến rau càng cua, người ta nghĩ ngay đến món salad trộn dầu dấm. Có nhiều cách làm món này, nếu dùng thịt bê hay bò cũng là món ăn phổ thông. Thịt bò ướp gia vị vừa ăn. Rau càng cua rửa sạch để ráo nước rồi sắp ra đĩa. Cho dầu vào chảo, phi hành thật thơm, sau đó bỏ thịt bò vào đảo nhanh và trút ra, san đều trên mặt đĩa rau. Giấm hòa với bột nêm, ít đường, tỏi băm nhuyễn (có thể cho thêm chút tương ớt) sao cho có vị đủ chua, ngọt vừa ăn. Nước tiết ra từ thịt bò và dầu giấm sẽ làm cho rau thấm gia vị. Món này dùng ngay sau khi chế biến là ngon nhất.

Cầu kỳ hơn, để giúp món dầu giấm có hình thức hấp dẫn, người ta đặt lên đĩa mấy lát cà chua và trứng vịt luộc được cắt ra làm sáu miếng. Đĩa rau càng cua sẽ trở thành một bức tranh đủ các màu



xanh, đỏ, trắng, vàng, tập hợp nhiều chất bổ dưỡng, kích thích thị giác và vị giác. Chu đảo hơn nếu rắc thêm ít đậu phộng rang lên bề mặt và khi đó vị hơi chua, mát lạnh của càng cua được tô đậm thêm bởi cà chua và dấm, vị cay của tương ớt, vị đậm đà của thịt bò, vẻ thanh tao của trứng luộc và thơm thơm bùi của đậu phộng.

Cách làm khá giản dị, dầu dấm và trứng vịt cũng tạo nên món càng cua ngon miệng, đủ chất dinh dưỡng. Nhưng nếu bạn ăn chay, bạn có thể thay trứng vịt và thịt bằng đậu hũ chiên vàng cắt miếng nhỏ, làm thành đĩa salad chay thật hấp dẫn.

Ngoài ra, salad rau càng cua có thể chế biến thịt ếch xào tỏi hay rô ti, hoặc bò câu chiên giòn sẽ là món ăn ngon miệng cho thực đơn gia đình. Nước sốt cho salad có thể cho thêm ketchup, và một ít bột mì hay bột năng vào nước dấm để tạo thành nước sốt sánh. Có thể biến chế với các loại hải sản như cua, tôm, điệp (scallop), cá cho vào món salad rau càng cua đều thích hợp, tùy khẩu vị của chúng ta.

Nói về y học dân gian của rau càng cua thì tên gốc la tinh là herba peperomiae pellucidae, thuộc họ Hồ tiêu hay Piperaceae. Mô tả về loại rau này thì nó sống quanh năm ở nơi ẩm thấp, nhớt, nhẵn, phần nhánh cao chừng 20-40cm. Lá mọc so le, có cuống, phiến dạng màng, trong suốt, hình tam giác - trái xoan (ách bích), hình tim ở gốc, hơi tù và nhọn ở chóp, dài 15-20mm, rộng gần bằng dài. Hoa hợp thành bông dạng sợi có cuống ở ngọn, dài gấp 2-3 lần lá. Quả mọng hình cầu, đường kính 0,5mm, có mũi nhọn cứng gắn ở đỉnh.

Được biết nguyên thủy rau càng cua xuất phát từ vùng Nam Mỹ, nay được trồng và phát tán rộng rãi trở thành loại cây mọc hoang.

Nói về tính vị thì có vị chua, hơi nhẵn, và giải nhiệt. Vì đặc tính như vậy và mọng nước mà rau này có tác dụng dùng làm nước mát giải khát tuyệt vời lắm. Theo công dụng dân gian như ở Java, người ta nghiền lá ra dùng đắp để trị sốt rét, đau đầu. Dịch lá dùng uống trị đau bụng. Còn ở bên Tàu người ta dùng để trị phỏng da do lửa, phỏng nước sôi, rau càng cua được vò nát đắp lên da.

Tôi đọc bài viết vui vui của tác giả Năng Thủy Tinh về Rau càng cua như sau:

"Cái thứ rau quê mùa, dân dã ấy mọc đầy khắp hiên nhà, chỉ cần cắp cái rổ con đi một vòng là bữa cơm hôm ấy có ngay món rau càng cua trộn dầu giấm ngon tuyệt. Mà có phải là do "cái đứa muốn ăn" đi hái đâu chứ, nó chỉ ngồi khoanh tròn chân trên tấm phản gỗ ở chái nhà và nhìn thẳng em đội cái nón lá của bà ngoại đi hái rau cho nó. Tội nghiệp thằng em hay bị con chị ăn hiếp, cứ chốc chốc lại mang cái rổ vào hỏi xem bao nhiêu đó đã đủ chưa và rồi khi con chị lúc lắc cái đầu thì nó lại phải tiu nghỉu xách rổ đi xa một chút nữa ra vườn. Đôi khi con chị cũng theo thằng em ra vườn đấy chứ, nhưng thường thì chỉ có một mình thằng em hái rau thôi, còn con chị thì chỉ phụ theo vu vơ vài cọng, chủ yếu là để ngắm nghía xem có trái quýt nào chín tới hay chưa.



Mà nghĩ cũng lạ, sao thứ rau ấy lại có sức sống mãnh liệt đến thế nhỉ?! Chỉ cần một vài cơn mưa là gốc cây nào cũng xanh màu rau càng cua, những cái lá hình trái tim còn đọng một vài giọt mưa mát lạnh rung rinh như mời gọi. Rau hái xong rồi cứ thế mà chao qua vài lần nước cho hết bụi bám, những cái đợt non óng ả trông đến là ngon. Một chút dầu dấm, một chút ớt, một chút đường, và thêm một chút đậu phộng rang vừa tay, không chín quá. Cái vị hơi chua, hơi cay, hơi ngọt, thơm mà không bụi của đậu phộng, tất cả hòa quyện vào nhau đánh thức vị giác để chuẩn bị đón nhận cái thanh khiết như không của rau càng cua, chỉ là cái giòn tan, và chỉ là cái mát lịm..."

Rồi tôi đọc một bài viết khác của tác giả Hai Queo, ở Central Coast, Úc châu. Quê quán tại Trà Vinh, anh viết bằng văn phong miệt vườn Nam phần:

"Có lẽ ít có ai mà hổng biết rau càng cua, nhứt là những người sống ở vùng quê miền Nam. Nó chẳng phải là đặc sản của Trà-

Vinh quê tui đâu. Ở miệt trên, vùng Gia Định đổ lên, đâu cũng có. Nhưng ở đó người ta kêu nó là Rau tiêu. Vùng đó là đất gò, như Hố Môn, Trảng Bàng, Tây Ninh chẳng hạn, người ta trồng nhiều tiêu và trầu. Có lẽ vì cái vòi và lá coi giống giống trái tiêu lá tiêu nên nó bị kêu như vậy. Còn bà con tui thấy chùm bông cong cong giống cái goe cua rồi kêu nó là rau càng cua? Đúng là xứ của cá tép tôm cua!

Rau càng cua sống được ở nhiều thể đất lấm, trên liếp dứa miệt vườn, trên giồng khoai miệt giồng, cạnh buôi chuối, sát gốc bầu, đâu đâu cũng có. Ngoài ra nó còn mọc trong chậu kiếng, bên gốc cây và cả trên nóc đình, trên mái ngói âm dương hoặc trên vách tường nứt vụn vụn. Đất cát đất thịt nó hổng sợ, mà nó chỉ sợ chỗ ẩm ướt hay ngập nước. Tội nghiệp ghê! Nó cần cù và thiết tha với kiếp sống như vậy đó. Nhưng để ý một chút thì thấy cái chỗ lý tưởng cho nó chính là vùng đất giồng, khô ráo như Trà-Vinh vậy.

Dưới gốc tre mát mát, lá tre khô rụng dày cả gang rồi mục ra thành đất mùn xốp xốp; mưa xuống, chỗ đó rau càng cua mọc tốt phải biết. Dày mịn, khít rịt, xanh um, như cái mền, có khi nó phủ kín hết gốc tre và ôm mát luôn mấy mục măng non. Cọng nào cọng nấy dài 5, 6 tấc, thẳng tưng, non ẻo, giòn rụm. Nó cần mưa, thích ẩm cho nên mỗi năm nó chỉ nhớn như có một lần theo mưa. Rồi mùa nắng khô, hột nó rụng xuống và nằm ngủ 6 tháng liền trong cát trong lá mục để chờ mưa năm tới. Cái hột tròn vo nhỏ rức như hột cát đó nằm chung với cát thì đồ có con mắt nào nhận ra. Gió thổi mạnh một cái là nó bay theo bụi theo cát lên trời, rồi đáp xuống ngọn cây, đậu trên nóc đình, khô re.

Rồi khi nó mọc thành cây, cái lá mướt rượt của nó mới thiệt là mặm mà tinh tứ làm sao. Hình trái tim! Có người biểu nó giống lá trầu lá tiêu tí hơn? Dân cờ bạc thì nói nó giống nút Bích, ách Bích bài cào tây gì đó. Tui thì thích nói nó hình trái tim hơn. Mặt trên lá màu xanh mướt, mặt dưới xanh bạc, nhám nhám. Thân nó xanh xanh, trong trong, như cẩm thạch, nhưng mà bỏ rệu giòn rụm như cọng bông súng lột rồi.

Nếu bứt một cọng bỏ vô miệng nhai thử thì chỉ thấy nó giòn ngọt pha chút vị the the nồng nồng của trầu, mọng nước như bông súng, nghe nó là lạ mà hổng dám quả quyết là ngon cỡ nào. Vậy mà sao nó lại hấp dẫn quá chừng? Có phải vị nồng làm cho say và bắt ghien như ghien trầu? Cũng chưa chắc là tại hay nhờ cách chế biến nó mới ngon.

Ở đây hổng nói tới việc dùng nó làm ghém chung với lá cát lồi, đợt sộp, đợt xoài, mã đề, đợt cơm nguội, rau thơm, v. v... để ăn bánh xèo, bánh giá (bánh cồng), mà chỉ nhắc món độc chiêu của nó mà thôi. Rau càng cua bóp giấm. Làm gì thì cũng phải bóp cho nó xốp cái đã, như kiểu





bóp rau cresson. Rồi tùy giàu nghèo mà có phủ thêm lên trên, hoặc là lớp thịt bò xào, hoặc mấy lát trứng luộc, hay ít tôm khô giã nhuyễn. Hà tiện hơn thì chỉ rắc lên chút đậu phộng rang đập giập, hoặc, hồng cần gì ráo, chỉ dùng rau tươi nguyên chất mà chấm nước tương, nước chao, nước cá kho hay mắm kho. Chỉ có vậy. Đơn sơ, đạm bạc.

Đặc biệt ở miệt giồng quê tui, còn thêm món càng cua luộc, như tui nói hồi nãy. Dù ăn theo kiểu cách nào nó cũng đều hấp dẫn khó quên. "Cái đơn giản là cái đẹp nhất". Mình làm bộ nhái theo, nói như vậy: "Ăn uống đơn giản là cái ăn ngon nhất".

Nhưng lý do mà tui mê loại rau này chắc hồng phải ở chỗ ngon dở mà còn nằm ở chỗ khác. Rồi bà con sẽ hiểu tại sao mà tui cứ rì mọ ráng trồng cho được nó ở cái xứ mà thời tiết tréo ngoe lạ quắc như vậy.

Tui có anh bạn cố gầy cho được mấy cọng "rau-tieu" để làm thuốc. Anh nói rằng rau tiêu trị mụn bọc công hiệu thần kỳ. Dem giã với chút muối rồi đắp lên mụn bọc hay mụn bạc đầu, nó sẽ rút hết mủ và bửa sau mụn sẽ xẹp mất. Đó là môn thuốc bí truyền của dân Gò Dầu biên giới.

Về cách phơi lấy hạt làm giống. Đừng phơi ngoài nắng gắt, nó sẽ chết khô, mà chỉ rắc nó vô thùng giấy, phơi trên giấy chớ hông phơi trên đồ sắt, chỉ cần để trong hàng ba vài bữa nó cũng khô mà hông hư. Xong bỏ vô ve đem cất. Đợi chừng nào có thời tiết ấm như Việt Nam thì đem ra trồng. Cái thời hạn gọi là quá "đất" của hạt giống này chắc hồng quá 2 năm. Ở Úc trồng rất dễ. Nhưng ở Canada, Bắc Mỹ Ngũ Đại Hồ hay Na Uy lạnh công coi bộ khó."

Tác giả Hai Quẹo viết kết luận như sau. Tôi xin dừng phần cuối này để chấm dứt bài viết này:

"Ở đời có nhiều cái rất nhỏ nhặt tầm thường thì mình thấy nhàm, rồi quên lững nó đi. Chừng nào mất nó rồi mình mới biết quý biết nhớ. Sống tha phương, nhiều khi nhớ mấy cọng rau quê mùa bình dị thân thương đó hung lắm. Nhưng gẫm đi gẫm lại, nhớ là chuyện nhỏ, cái liên tưởng mới vĩ đại. Nhớ mới phát thì nhỏ xíu như mụn cám, rồi nó ăn lan ra, truyền nhiễm qua vùng chuyện khác, biến thành ra chuyện lớn. Nó bao phủ cả gia đình, làng mạc, ruộng đồng. Nó đưa mình về mái nhà lá đơn sơ, những bữa cơm gia đình đầm ấm, gợi nhớ lại cuộc sống yên bình, một quê hương xa mứt tí tề. Nó dằm ôm luôn cả vùng trời kỷ niệm!"

*Trần Mỹ Thanh,  
Palm Springs, California.*

*Nguồn: Chim Việt Cành Nam*