

# Bánh Mì

## Nguyễn Ngọc Duy Hân

Gần đây Việt Nam bị nhiễm Covid nặng, người dân đã khổ lại càng khổ thêm vì nhà nước hành xử bất nhất, không có kế hoạch đúng đắn để đương đầu với đại dịch. Một số công an lợi dụng luật "cách ly" để ăn chặn, ráng "vượt chỉ tiêu" kiếm tiền phạt từ người dân. Nhiều câu chuyện, hình ảnh được loan truyền, đặc biệt một video ngắn về người đàn ông bị công an quát nạt, giam giữ xe vì dám ra đường mua bánh mì. "*Bánh mì không phải là thực phẩm*", câu nói từ miệng người "cán bộ của nhân dân" này đã trở thành câu chuyện cười ra nước mắt. Một blogger đã viết: "*Cả một đất nước bị bắt đi xây dựng một cái mà không biết cái đó là cái chi, tiến lên một nơi mà không biết tiến lên bằng đường nào, thì chuyện bánh mì không phải thực phẩm, có chi để ngạc nhiên lắm vậy? Khi một cái chỗ đứng trên bục giảng mua tiền trăm, một cái ghế ngồi mất tiền tỉ, làm người mà không có quyền nói ra cái vui, cái buồn, cái nghĩ của mình ... thì chuyện bánh mì không phải thực phẩm, có chi để ngạc nhiên lắm vậy?*"

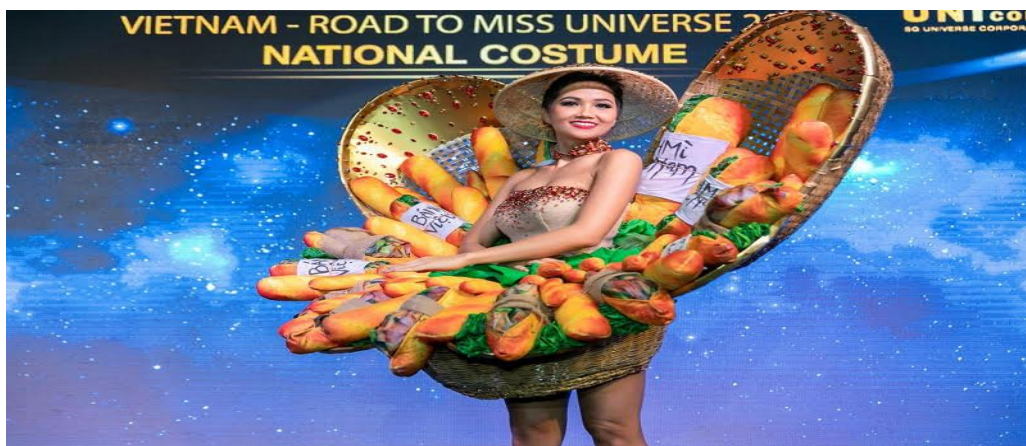
Vâng, nói chuyện Việt Nam Xã Hội Chủ Nghĩa thì không ngạc nhiên lắm đâu, chỉ thấy buồn thôi. Bây giờ mời bạn cùng tôi điểm qua vài chuyện vui lạ về bánh mì thế giới đi, hy vọng sẽ bớt bực, bớt ưu tư trong mùa đại dịch Covid này.



Bánh mì thường được chế biến từ bột mì với men làm cho nổi xốp rồi nướng lên. Bánh mì đã được sản xuất từ lâu đời, khoảng 30000 năm trước tại châu Âu người ta đã tìm được tinh bột trên các hòn đá, bào tử nấm men có mặt khắp nơi.

Theo một tài liệu, người Ai Cập đã làm ra những chiếc bánh mì đầu tiên của thế giới. Họ xay lúa mì, thêm nước nhồi bột rồi đem nướng trên đá. Bánh mì lúc đó có hình tròn dẹp, thô cứng, sau đó họ phát hiện rằng nếu để bột nhồi lâu, bột phồng lên, nướng ra thành phẩm thơm ngon hơn, và kỹ thuật làm bánh mì phát triển mỗi ngày. Ngoài men nổi, một số nơi đã sử dụng bột từ bia để sản xuất các loại bánh mì vị đặc biệt, ăn vào chắc là sẽ say xỉn vì chất bia.

Bánh mì là món ăn chính của phương Tây, trong khi người Việt thì ăn cơm. Bánh mì đã xuất hiện ở xứ An Nam ta vào khoảng năm 1910, khi thực dân Pháp xâm lăng Việt Nam. Đó là theo Erica Peters, tác giả của cuốn “Appetites and Aspirations in Vietnam”. Bấy giờ, bánh mì đã nhỏ gọn không như lúc ban đầu, ổ nào ổ nấy rất to và dài. Nhưng cũng có một số tài liệu khác nói bánh mì đã du nhập Việt Nam từ 1860. Có lẽ vì thế ngoài Bắc người ta gọi bánh mì là bánh Tây. Thời đó, người Hà Nội chỉ quét pate lên bánh mì, từ từ người Sài Gòn mới có sáng kiến kẹp đủ thứ thịt, cá, có thêm dưa leo, xà lách, nước sốt thơm ngon, trở thành đa dạng về cách chế biến cũng như tính tiện lợi, nhanh chóng của nó. Trên đường phố Việt Nam, xuất hiện rất nhiều các xe bánh mì, đã trở thành hình ảnh đặc trưng. Trong cuộc thi Hoa hậu Hoàn vũ năm 2018, thí sinh Việt Nam H’Hen Niê đã chọn trang phục “Bánh Mì” để dự thi.



Trong Kinh Thánh Công Giáo, Chúa Giêsu đã nói: *“Ta là bánh sự sống. Ai ăn bánh này sẽ được sống đời đời”*. Hằng ngày trong các thánh lễ, các vị chủ tế, linh mục đều diễn lại bí tích Thánh Thể này.

Trở về ngày tháng trong Cựu Ước bốn ngàn năm trước, vợ của Apraham là Sara đã biết làm bánh đái ba vị khách. Bọt mà bà Sara dùng có lẽ làm từ một loại lúa mì rồi bà đã nướng bột nhào trên hòn đá nung.

Sách Châm Ngôn cũng có viết: *“Thà ăn bánh mì khô mà hòa thuận, còn hơn nhà đầy thức ăn mà cãi vã”*. Câu này đúng lắm cho mọi hoàn cảnh, khi vợ chồng nghèo thì yêu thương nhau, đến khi có tiền thì nhu cầu lên cao, đòi hỏi nhiều thứ khác nên tỉ lệ ly dị lên rất cao.

Trong một lần giảng Phật pháp mùa An Cư Kiết Hạ tại Nam Cali, một sư thầy đã mở đầu: *“Nửa ổ bánh mì vẫn là bánh mì, nhưng nửa sự thật thì không phải là sự thật”*. Nội dung bài giảng nhắc nhở mọi người cần cẩn thận hơn khi nghe, khi nói, để nhìn sự việc sâu sắc hơn. Để trân quý những gì đang có, thầy khuyên mình phải giữ chánh niệm khi ăn, tức là ta đang ăn bánh mì, chứ không phải đang bị bánh mì ăn! Khi ăn, hãy trân quý thiên

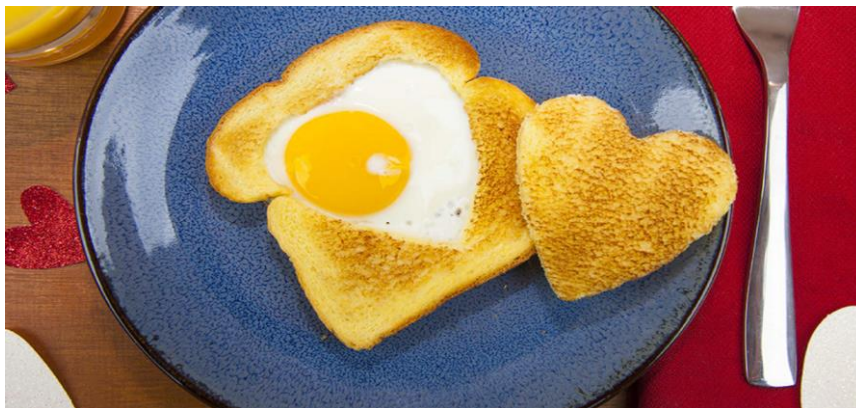
nhiên và sức lực con người. Bằng chánh niệm, chỉ ổ bánh mì nhỏ cũng cho ta thấy bao phước lộc.

Trở lại đời thường, người ta phân biệt bánh mì trắng là bánh làm bằng bột lúa mì, bánh mềm xốp, thơm mùi bơ sữa. Còn bánh mì đen được chế biến từ hạt lúa mạch đen, được kết hợp với đường mạch nha, trứng và sữa, ít ngọt và ít béo hơn, nhưng vị ngọt hậu lưu lại khá lâu. Bánh mì đen tốt cho những người muốn giảm cân vì chúng có nhiều chất xơ, ít ngọt và béo hơn bánh mì trắng.

Về văn thơ Việt Nam, phở được nhắc tới nhiều qua các tác phẩm của Nguyễn Tuân, Vũ Bằng hay thơ của Tú Mỡ, nhưng bánh mì thì ít được giới văn nhân thi sĩ đưa vào tác phẩm. Tuy thế, không phải là không có. Trong bài Văn Tế Nghĩa Sĩ Cần Giuộc của cụ Nguyễn Đình Chiểu năm 1861, ta thấy có hai câu như sau: “*Sống làm chi theo quân tả đạo, quăng vùa hương, xô bàn độc, thấy lại thêm buồn.*

*Sống làm chi ở lính mã tà, chia rượu lạt, gặm bánh mì, nghe càng thêm hổ”.*

Tinh thần chống Pháp xâm lăng của ông Đồ Chiểu thật đáng quý. Ngày nay bọn cầm quyền Cộng sản bán đất cầu vinh, làm nô lệ kiểu mới cho Tàu Cộng “nghe càng thêm hổ”. Hổ tức là hổ thẹn, nhục nhã.



Kiên Giang thì có bài thơ trong có các câu:

*“Ai bảo bánh mì Paris ngon  
Chắc gì hơn bánh mì Sài Gòn!  
Đáp tàu khói, về quê ăn Tết  
Gió bắc đầu mùa gợn sóng đêm  
Ôm ổ bánh mì làm gối nhỏ  
Dem về cho mẹ với cho em”*

Giới học sinh, sinh viên thường dùng những chữ “cơm tay cầm” để ám chỉ chuyện ăn bánh mì. Học sinh thường thì nghèo, nên đã chế biến ra câu thơ vui:

*“Đêm thu lạnh lẽo bụng đói meo.  
Một bánh mì con bé tẻo teo”.*

Hoặc các câu:

*“Ngồi buồn gặm ổ bánh mì  
Mùi thơm chả quế thơm thì bên tai  
Thêm vào một chút ớt tương  
Mùi thương cũng lạnh... cung hăng cũng xa”*

*“Vân Tiên ngồi dựa gốc dừa  
Tay cầm chai rượu miệng nhai bánh mì  
Nguyệt Nga mới hỏi ăn gì?  
Vân Tiên mới nói bánh mì thịt quay!”*

Ngạn ngữ Tây Phương xác định: *“Thật tồi tệ khi sống mà không có bánh mì và nước, bánh mì không thể ngon khi không có muối”*. Quả thế, bột, muối, nước rất cần cho đời sống con người.

Những người khốn khổ (tiếng Pháp: Les Misérables) là tiểu thuyết của văn hào Pháp Victor Hugo, được xuất bản năm 1862. Tác phẩm được đánh giá là một trong những tiểu thuyết nổi tiếng nhất của nền văn học thế giới thế kỷ 19. Câu chuyện kể về người nông dân tên là Jean Valjean, sau 19 năm ngồi tù chỉ vì ăn cắp một mẩu bánh mì cho con của người chị gái, mới được thả ra.

Mẹ Theresa thành Calcuta nói rằng thế giới này đói tình yêu hơn bánh mì. Câu này chí lý quá phải không? Giá trị tinh thần cũng rất cần thiết cho cuộc sống. Người Nga cũng có một câu nói khác cùng ý nghĩa: *“Nếu có hai ổ bánh mì, tôi sẽ bán một cái để mua hoa hồng. Bởi vì tâm hồn cũng cần ăn uống”*.

Nếu coi “bánh mì” đại diện cho những giá trị vật chất của cuộc sống, thì “hoa hồng” ở đây tượng trưng cho những giá trị tinh thần của mỗi người. Trong lịch sử Hoa Kỳ, khoảng hơn 100 trước, hàng ngàn phụ nữ đã biểu tình trên đường phố nước Mỹ đòi giảm giờ làm, tăng lương và phản đối việc nhận trẻ con vào làm việc. Họ vừa đi vừa hô khẩu hiệu “Bánh mì và Hoa hồng”, để thấy bánh mì quan trọng như thế nào trong đời sống.

Tôi cũng rất thích câu chuyện được loan truyền trên mạng về miếng bánh mì cháy. Đại khái trong bữa ăn của gia đình nọ, bà mẹ đã lỡ tay nướng bánh mì khét, bà xin lỗi chồng con nhưng ông trả lời: “Không sao, anh thích bánh mì cháy mà.”

Rồi ông giải thích với đứa con: “Mẹ con đã làm việc rất vất vả cả ngày nên rất mệt. Bà chỉ lỡ tay thôi. Một lát bánh mì cháy chẳng là chuyện

lớn làm hại ai, nhưng những lời chê bai trách móc cay nghiệt sẽ gây tổn thương nhiều đấy.”

Thật vậy, cảm thông với cuộc sống, với hoàn cảnh người khác sẽ giúp mình có một cuộc sống dung hòa, là bí quyết nuôi dưỡng hạnh phúc gia đình.

Bánh mì ăn theo kiểu Tây thì thường được dùng với súp, thịt bò bít-tết (beefsteak), trứng ốp la (oeuf sur plat), omelette tức là trứng chiên. Bánh mì cũng quét với patê, jambon), xúc xích, bơ, bacon, các loại mứt, phó-mát. Loại hamburger, hot dog mới phổ biến sau này. Người Việt ưa ăn bánh mì theo kiểu xẻ đôi ổ bánh và dồn thịt ba chỉ, giò lụa, xá xíu, chà bông, đủ loại. Các tay nấu ăn phết thêm mayonnaise, độn thêm dưa chuột, cà chua, hành, ngò, ớt, tương ớt, rưới xì dầu, rắc muối tiêu...thành ổ bánh mì thơm ngon hấp dẫn. Bánh mì Việt còn được ăn với bò kho, phá lấu, rất hợp vị.

Nhớ lại những năm tháng sau ngày mất miền Nam 1975, thời kỳ “bao cấp” khi khẩu phần lương thực là gạo mốc ăn độn với khoai lang, bo bo và bột mì hôi, cũ. Người dân đã phải xếp hàng cả ngày mới được mua theo tiêu chuẩn ít ỏi. Có khi nhà nước bán sẵn cho ổ bánh mì chai cứng, mốc xanh, chọi chọi cũng lỗ đầu! Nhưng đói quá thì phải ăn thôi. Nghĩ lại thật là sợ cho thời gian này.

Ngày nay, bánh mì trở thành một trong mười món ăn đường phố hấp dẫn. Ổ bánh nóng hổi, giòn rụm, nếu không có nhiều tiền để ăn “bánh mì thịt”, thì ăn bánh mì không cũng rất ngon. Chúng tôi có người bạn Canada, thấy chúng tôi mua bánh mì hiệu Ace của tiệm gần nhà về ăn không, vì khi ăn nóng mới ra lò nó ngon ngọt tự nhiên vô cùng, anh Canada cười chúng tôi “quê”, có thể trong bụng nghĩ chúng tôi hà tiện không chừng. Thế nhưng cuối cùng người bạn Canada này cũng nghe lời chúng tôi xúi dại ăn thử, rồi cuộc chính anh “chơi” gần hết một ổ bánh mì không kèm với thịt cá gì cả. Người thợ bánh này giỏi lắm, khó có thể tìm thấy bánh mì này ở tiệm khác, nên tôi không “xúi” quý vị ăn bánh mì không của tiệm khác đâu nhé.

Về thành tích của người Việt liên hệ tới bánh mì, vào tháng 1, 2018, quỹ James Beard của Mỹ đã chọn tiệm bánh Đông Phương (Dong Phuong Bakery) của người Việt ở New Orleans, tiểu bang Louisiana là một trong 5 đơn vị vinh dự nhận được giải thưởng James Beard danh giá, có từ năm 1968. Để có thể nhận giải này, cửa hàng đó phải được yêu mến với chất lượng thực phẩm tuyệt vời và phong cách phục vụ cộng đồng tốt nhất. Vui quá phải không quý vị?

Tiếp theo năm 2018, trang CNN đã ưu ái gọi tên bánh mì ở Hội An là “vua của các sandwich trên thế giới”. Vào ngày 24 tháng 3, 2020, Google Doodle

đã vinh danh bánh mì Việt Nam trên trang chủ Google, cùng với các quốc gia như Singapore, Canada, Mỹ, Pháp, Thụy Sĩ, Úc...



Bạn có nhớ loại cá hộp sốt cà chua ở VN ngày xưa hiệu Sumaco của Maroc không, loại nào trét vào bánh mì thì thơm ngon hết xẩy! Ngoài ra, bánh mì mới ra lò còn thơm phức mùi bột nướng, nóng hổi xé ra có làm khói nhẹ bay, đem phết bơ, chấm café sữa hay sữa đặc, hoặc ăn với vịt quay, heo quay, có khi là lòng heo lòng bò đem khìa, thì thật là ngon miệng, nhưng phải nhớ rắc thêm đồ chua, tức là củ cải và cà-rốt ngâm dấm, thêm hành ngò và cho ớt cay vào để xuyết xoa thì mới đúng điệu. Bánh mì ăn với trái chuối và miếng phô-mai thôi cũng có hương vị hấp dẫn không kém. Bánh mì còn là thức ăn của người ăn chay, khi kèm với tàu hủ hoặc các loại rau cải khác. Lại có người ăn bánh mì với kem, tức là icecream vừa lạnh, vừa ngọt rất thú vị.



Cần phải nhắc tới là thương hiệu bánh mì Lee's Sandwiches ngày nay đã rất quen thuộc với cộng đồng người Việt trên đất Mỹ. Chủ nhân là ông Lê Chiêu đặt chân đến Mỹ vào năm 1980, ban đầu vì không nói được tiếng Anh, Lê Chiêu làm công nhân với lương rất thấp. Sau đó ông mở tiệm bánh mì thịt, bán thêm bánh baguette, croissant và nhiều thứ khác như các loại kem Việt Nam, trà Thái, cà phê espresso, nước hoa và nhiều loại chè Việt

Nam. Hệ thống cửa hàng của gia đình Lê Chiêu tại Mỹ hiện nay đã lên đến hơn 60 tiệm, trải khắp Bắc và Nam California, lan sang một số tiểu bang khác như Texas, Oregon, Oklahoma...

Gần đây, công ty cung cấp thịt cho Lee's Sandwiches đã phải đóng tiền phạt \$250,000 đô Mỹ vì phạm luật sản xuất thịt không đúng tiêu chuẩn. Được biết hệ thống kiểm duyệt thức ăn và vệ sinh của Âu Tây rất khó.

Riêng kỷ lục của những chiếc bánh mì dài nhất, lớn nhất thì cũng có nhiều nơi đạt được. Lại có những cái bánh rất nhỏ, xinh xắn được ghi nhận là bánh mì nhỏ nhất thế giới. Bánh mì hổ tức là tijgerbrood trong tiếng Hòa Lan, được đặt tên theo những đường nứt màu sáng trên lớp vỏ sẫm màu của nó giống như những đường vân của làn da con cọp rất nổi tiếng. Ginger Bread là một loại bánh có vị của gừng, tuy hình thức không giống ổ bánh mì thường, nhưng cũng mang tên Bread tức là bánh mì, hay được ăn và trang trí trong các ngày lễ Giáng Sinh tại Âu Mỹ. Bánh mì có đủ màu sắc của cầu vồng cũng khá nổi tiếng, bánh mì Sừng trâu Crossant thì chắc ai cũng đã được thử qua, nhưng đậm đà nhất là ở Pháp. Nhiều người khéo tay nặn ra bánh mì đủ hình dạng, nào là hình con gấu, con bướm, con cá sấu, con thỏ, bông hoa... nào là trang trí các loại hạt, mùi vị vừa thơm vừa độc đáo.



Chuỗi nhà hàng bánh mì Subway có mặt ở nhiều nơi trên thế giới, riêng chi nhánh ở Mỹ đã phải xin lỗi khách hàng vì bị phát hiện ổ bánh mì Subway chiều dài không đúng với kích thước quảng cáo. Tòa án tối cao Ireland cũng phán quyết rằng bánh mì Subway không thể được gọi là bánh mì, vì nó có quá nhiều đường nên phải được xếp vào loại “bánh kẹo”. Chất béo và đường trong bánh mì không được vượt quá 2% trọng lượng của bột. Nhưng không chỉ ở Hoa Kỳ mới có bánh mì chứa nhiều đường, bánh mì của Thụy Điển cũng có lần bị bắt “quả tang” chứa tới 10% đường. Mới đây loại bánh mì Subway kẹp cá Tuna cũng bị đem ra phân chất, bị nói là không thật sự có chất cá trong đó. Còn con buôn ở Việt Nam ngày nay thì pha ma túy vào trà sữa, các loại hóa chất độc hại vào thức ăn, thật là đáng lên án.

Nói chung bánh mì rất ngon và thông dụng trong đời sống khắp nơi. Đầu năm 2020 khi dịch Covid bắt đầu, phải cách ly ở trong nhà, nhiều tiệm bị đóng cửa, người dân đã tự làm bánh mì tại nhà, men bột nổi lúc đó thật khan hiếm. Riêng tôi tay chân vụng về mà mùa Covid cũng tự làm được bánh mì tại nhà, nhờ vào Youtube học, cũng là một “thành tích” đáng nhớ trong cuộc đời. Ổ bánh mì tròn hay dài, nhỏ hay lớn là do tay mình nặn ra, suy tư hành xử trong cuộc sống cũng do mình điều khiển mà ra. Vậy hãy tự điều chỉnh cho mọi việc tốt đẹp, hay ít nhất cũng bớt xấu đi.

Nạn dịch đang hoành hành nhiều tại Việt Nam, dù trong đau khổ, người dân vẫn đùm bọc nhau, bánh mì “không đồng” tức là bánh mì miễn phí, kèm với rau tươi, các thức ăn khác đã được phân phối khắp nơi. Hải ngoại cũng nóng ruột, đóng góp nhiều tiền cứu đói, giúp người gặp lúc khó khăn. Cái đẹp, việc tốt lành vẫn luôn có, xin được trân trọng. Vâng, được đủ ăn, được an bình, được thở bình thường dù nhiều lo lắng trong mùa dịch, tôi vẫn rất tri ân và cầu chúc bạn cũng được nhiều niềm vui, sự an lành trong cuộc sống.

## [Nguyễn Ngọc Duy Hân](#)

Trang Blog: <https://duyhantrinhtayninh.blogspot.com/>

[www.vietnamvanhien.org](http://www.vietnamvanhien.org)

