



やっぱり  
滋賀のものがええなあ

Gạo Omi



Thịt bò Omi



Trà Omi



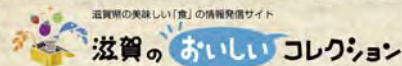
Cá hồ



Rau Omi



Thông tin chi tiết hơn tại



Shiga ngon

Tìm kiếm

Cục Nông nghiệp và Thủy sản tỉnh Shiga - Phòng xúc tiến thương hiệu ẩm thực

4-1-1, Kyomachi, Otsu-shi, Shiga 520-8577 Tel 077-528-3892 / Fax 077-528-4881

Thiên nhiên thơm ngon, tâm hồn vui sướng.

# Ẩm thực Shiga



Thiên nhiên thơm ngon,  
tâm hồn vui sướng.



やっぱり滋賀のものがええなあ



Gạo Omi



Thịt bò Omi



Trà Omi



Cá hồ



Rau Omi



Mọi vị ngon đều bắt nguồn từ nước.  
Cùng chung sống với mẹ hồ Biwa.

近江米

Gạo Omi



Cùng hòa quyện với thiên nhiên vùng Shiga, gạo được nuôi trồng bằng sự tận tâm của con người và thiên nhiên.

近江牛

Bò Omi



Thương hiệu bò danh tiếng được ra đời từ tâm huyết của những người sản xuất.

近江の茶

Trà Omi



Trà được tinh chế với kỹ thuật trồng trọt lâu đời.

湖魚

Cá hồ



Nguồn nước xanh phong phú của hồ Biwa đã nuôi dưỡng cá có vị tươi ngon đặc sắc.

近江の野菜

Rau Omi



Các loại rau đa dạng đặc sắc được bảo vệ và nuôi dưỡng trong sự liên kết giữa các vùng miền.



# Gạo Omi

Nguồn nước dồi dào từ những ngọn núi quanh hồ Biwa đã tạo nên loại gạo thơm ngon. Gạo mềm và dẻo, càng nhai càng cảm nhận vị ngọt ngào. Vì trong đó, từng hạt thóc chứa đựng sự tận tâm của người sản xuất.



## Sự tận tâm của người sản xuất làm nên niềm tự hào của vùng đất lúa gạo.

Ở Nhật Bản, kể từ khi văn hóa lúa nước được được tổ tiên truyền lại, thông qua việc trồng lúa, người Nhật đã khai thác đất đai cho đến ngày nay. Trong khoảng thời gian từ thời Edo đến thời Minh Trị, tỉnh Shiga đã được nói đến như một địa danh trồng lúa nổi tiếng ngang hàng với vùng Hokuriku, tự hào về cả chất lượng và sản lượng luôn dẫn đầu trong cả nước. Là một khu vực bằng phẳng bao quanh bốn phía bởi các dãy núi, với loại đất bùn màu mỡ chứa đầy chất dinh dưỡng, và nguồn nước phong phú quanh hồ Biwa – hồ lớn nhất của Nhật Bản, đã nuôi dưỡng nên loại gạo Omi.

Trong suốt chiều dài lịch sử cùng với việc trồng lúa, điều quan trọng nhất với người nông dân Omi là sự tận tâm cao độ đối với việc làm ra hạt gạo. Ý nghĩ mạnh mẽ rằng “mong muốn mang hạt gạo thơm ngon đến mọi người” được lưu truyền liên tục để luôn duy trì hạt gạo có chất lượng cao.



## Sản xuất nhiều loại gạo đáp ứng nhu cầu đa dạng.

Gạo được trồng tại tỉnh Shiga gồm 3 loại, ngoài loại “gạo ăn” mà chúng ta ăn thường ngày, còn có “gạo sake” và “gạo nếp”. Gạo Omi là một sản phẩm thượng hạng vượt trội, cùng với mùi thơm, vị dẻo và ngon.

|                   |                                                                                                                                                                                                                                            |
|-------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Mizu Kagami       | Các giống lúa đã được phát triển ở Shiga tiếp tục kế thừa thuộc tính của loại gạo Koshihikari và Hitomebore. Có độ dính và ngọt vừa phải, dù nguội ăn vẫn ngon.                                                                            |
| Koshihikari       | Loại gạo này có độ dính cao, nó được nhiều người yêu mến trên khắp đất nước Nhật Bản như một loại gạo tuyệt vời để thưởng thức. Tại tỉnh Shiga, loại gạo này được trồng tại khu vực Hồ Bắc – vùng Takashima là trung tâm của toàn khu vực. |
| Aki no Uta        | Loại giống nguyên bản có họ thuộc giống Koshihikari, có hạt thóc lớn, độ dính mạnh. Do có thời gian thu hoạch muộn hơn so với các loại lúa chín sớm, nên cũng được chú ý về mặt phân tán mùa canh tác.                                     |
| Nếp Shiga Habutae | Kể từ khi được trồng từ năm 1938, nó đã được đánh giá cao trong các loại gạo nếp, và đã được sản xuất hơn 70 năm qua. Cho đến hiện tại nó vẫn được trồng như một loại gạo nếp cao cấp trên khắp tỉnh.                                      |

## Bảo tồn môi trường hồ Biwa, trồng lúa bảo đảm an toàn.

Tỉnh Shiga kiểm soát sử dụng thuốc trừ sâu hoá học tổng hợp và phân bón hóa học còn dưới một nửa so với thông thường, không chỉ thế tỉnh còn áp dụng hệ thống chứng nhận nông sản được trồng trọt bằng kỹ thuật thân thiện với môi trường xung quanh và với hồ Biwa, được gọi là những “nông sản có lợi cho môi trường”. Điều cốt lõi là kỳ vọng muốn gửi đến người tiêu dùng loại gạo đảm bảo an toàn, và tất nhiên còn nhằm mục đích bảo vệ hồ Biwa vốn là nguồn nước quan trọng của những người dân sinh sống trong khu vực Kyoto-Osaka-Kobe. Trong tỉnh Shiga, từng người dân sản xuất đều mang ý thức trách nhiệm bảo vệ hồ Biwa là nguồn nước quan trọng, đồng thời thực hiện những việc như ngăn ngừa dòng nước đục, ghi chép lưu giữ lại quá trình sản xuất, v.v... đồng thời đang làm việc với nỗ lực không mệt mỏi nhằm nâng cao chất lượng gạo Omi. Ngoài ra, chúng tôi kêu gọi người tiêu dùng hãy hỗ trợ cho những nỗ lực của người sản xuất với khẩu hiệu “bảo vệ hồ Biwa qua việc ăn uống”.



Địa chỉ liên hệ về gạo Omi

Hiệp hội phát triển gạo Omi

Tel: 077-523-3920 <http://www.ohmimai.jp/>

Liên đoàn hợp tác xã nông nghiệp Quốc gia – trụ sở chính tỉnh Shiga

Tel: 077-521-1667 <http://www.si.zennoh.or.jp/>

Hợp tác xã thu mua buôn bán ngũ cốc tỉnh Shiga

Tel: 077-524-6718



# Bò Omi

Mùi thơm êm dịu hòa tan với vị ngọt, hương vị hào hăng này gây cuốn hút ngay cả những tướng lĩnh trong thiên hạ. Nó được nuôi dưỡng trong tình yêu với thiên nhiên phong phú của những người chủ nông trại, có chất lượng hàng đầu trên toàn quốc vẫn tiếp tục tỏa sáng cho đến ngày nay.



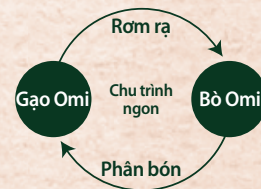
## Niềm tự hào của thương hiệu bò lâu đời nhất Nhật Bản.

Có lịch sử hơn 400 năm, Bò Omi tự hào vì mức độ danh tiếng nổi bật được biết đến như thương hiệu bò lâu đời nhất quốc gia. Trong thời kỳ Edo, “súp Miso ngâm thịt bò” đã được các tướng quân từ Hikone dùng làm cống phẩm, nó đã xây dựng được vị trí vững chắc như là một món ăn thanh tao từ xa xưa. Chất lượng thịt mềm mịn, có độ bóng và độ dính đặc trưng, được cho là “tác phẩm nghệ thuật của ẩm thực”. Lãnh chúa Mito - Tokugawa Nariaki cũng là người ưa chuộng bò Omi, điều này được thuật lại trong lá thư cảm ơn gửi đến lãnh chúa Hikone – Iinaoaki. Những năm gần đây, rất nhiều các thương hiệu bò đã ra đời trên khắp cả nước, bò Omi với những cửa hàng lâu đời vẫn đang nỗ lực duy trì nâng cao chất lượng sản phẩm nhằm tăng cường sức mạnh thương hiệu. Trong năm 2007, trung tâm thịt Shiga đã được thành lập với một hệ thống quản lý vệ sinh triệt để, thông qua cơ sở này, bò Omi cũng đã được xuất khẩu ra các thị trường nước ngoài như Macau, Thái Lan, Singapore, Philippines, v.v...



## Chu trình phối hợp nuôi trồng thân thiện với con người và môi trường.

Nhiều nông dân vô béo bò Omi đang lựa chọn cẩn thận và sử dụng thức ăn trong nước đảm bảo an toàn như là rơm rạ, v.v... từ gạo Omi. Rơm rạ mà bò ăn chẳng mấy chốc lại trở thành phân bón để làm nên gạo Omi, rồi rơm rạ từ đó lại được bò ăn, ... Chu trình có tính bền vững này thân thiện với con người và môi trường, nó đang được thành lập ở các nơi trong tỉnh như là nỗ lực của sự phối hợp giữa chăn nuôi và trồng trọt. Ngoài ra, chúng tôi không ngừng học hỏi và đang cố gắng cải thiện công nghệ nuôi vô béo bằng cách như tham quan trang trại chăn nuôi gia súc của nhau, tổ chức các hội nghiên cứu về thịt, v.v...



## Bò Omi chính thống đã đạt chứng nhận được tín nhiệm.

Bò Omi được định nghĩa là “loại bò đen Nhật Bản được nuôi dưỡng lâu dài nhất trong tỉnh Shiga với nhiều ưu đãi về nguồn nước và môi trường tự nhiên phong phú”, và vào năm 2007 đã được đăng ký là thương hiệu công đoàn địa phương. Hội đồng xúc tiến sản xuất và phân phối bò Omi đã tiến hành chứng nhận đối với thịt bò chất lượng cao đặc biệt và cấp “Chứng nhận bò Omi”. Ngoài ra, đối với các quán ăn và các cửa hàng bán lẻ xác định có chế biến và buôn bán bò Omi, hội đồng còn ban hành “Chứng nhận đăng ký của hiệu được chỉ định” để người tiêu dùng có thể nhanh chóng nhận ra.

**Chứng nhận đăng ký của hiệu được chỉ định – Chứng nhận “bò Omi”**



**Giấy chứng nhận bò Omi**

Dù thuộc trong dạng bò Omi, nhưng chỉ cấp chứng nhận đối với thịt bò đáp ứng các yêu cầu nhất định như thịt sườn phải là loại đạt cấp A4, B4 trở lên.



Thông tin liên hệ về bò Omi

Hội đồng xúc tiến sản xuất và phân phối bò Omi

Công ty cổ phần thị trường thịt Shiga [trong trung tâm thịt Shiga]

Tel: 0748-37-2635 <http://www.oumiushi.com>

Tel: 0748-37-7215  
<http://shiga-shokuniku.or.jp/index/kousha/market>



# Trà Omi

Ban ngày ấm áp, ban đêm lạnh. Sự chênh lệch giữa nóng và lạnh ở mức độ cao lặp đi lặp lại mỗi ngày đã bồi dưỡng đầy hương vị êm dịu trong từng lá trà. Sự sâu sắc đó làm người ta không thể quên được khoảnh khắc nhấp môi.



## Câu chuyện lịch sử từ cổ xưa chưa được kể về lá trà đã mê hoặc con người.

Kỹ thuật trồng trà Omi đã trải qua khoảng 1.200 năm được tôi luyện. Nếu truy nguyên nguồn gốc của nó, vào năm 805 thời đầu Heian, khi Truyền Giáo Đại sư Saicho đem hạt giống trở về từ Đại Đường, ông đã gieo nó ở chân núi Hiei và chính là khởi đầu của trà Omi. Trong khuôn viên của Thần Cung Hiyoshi dưới chân núi Hiei, có một đồn điền trà lưu truyền lại trà của thời bấy giờ, và được gọi là vùng đất khai sinh ra ngành công nghiệp trà Nhật Bản. Kỹ thuật của những người thợ liên tục lưu truyền trải qua quá trình lịch sử lâu dài, vẫn còn tiếp tục truyền lại loại trà Omi tinh chất nổi tiếng cho đến ngày nay.

## Khí hậu khắc nghiệt do chênh lệch nhiệt độ đã tôi luyện nên những lá trà.

Danh tiếng của hương vị không gì sánh bằng của trà Omi đã lan truyền phổ biến, và được các bậc thầy về trà yêu thích rộng rãi từ thời xa xưa. Do được nuôi dưỡng bằng khí hậu khắc nghiệt vì sự chênh lệch nhiệt độ giữa ngày và đêm của khu vực đồi núi phía nam là trung tâm của tỉnh Shiga, chất dinh dưỡng được tích trữ đều trong lá trà, giúp cho trà Omi trở thành một loại trà chất lượng cao với hương thơm đậm đà và tốt cho sức khỏe. Ngoài ra, các cây trà cũ được trồng lại theo định kỳ để cố gắng làm trẻ hóa đất nhằm giúp các chồi non có sức sống lớn lên. Lý do mà trà uống vẫn thấy ngon dù đã pha nước nóng đến lần thứ 2 hay thứ 3, thực ra là nhờ sự nỗ lực không mệt mỏi với môi trường phát triển của trà. Chính thực lực đó đã giúp trà Omi dành được những đánh giá cao như giải thưởng của Bộ trưởng Bộ Nông nghiệp, Lâm nghiệp và Thủy sản trong hội chợ trà. Giây phút uống một hớp trà thượng hạng đã pha sẵn trong ấm, chính là lúc cung cấp sự sáng khoái cho một ngày bận rộn.



## Trà Omi được trồng tại khu vực sản xuất có đặc tính phong phú.

Trong tỉnh Shiga, từng điều kiện địa hình và thời tiết được tận dụng để sản xuất loại trà thượng hạng mang mùi vị đậm đà đặc trưng.

|                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |
|----------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Trà Asamiya    | Được xếp vào một trong năm loại trà danh tiếng của Nhật Bản, thể mạnh của loại trà này là mùi thơm nồng và có vị đậm. Vùng Asamiya nằm trong khu vực giữa núi với độ cao lên đến 400m, khí hậu và phong thổ ở đây có sự chênh lệch nhiệt độ nóng lạnh giữa ngày và đêm lớn, thuận lợi cho cây có sinh trưởng, rất phù hợp để trồng trọt trà. Đặc biệt với hương vị trà mới tuyệt vời, đã được nhiều người yêu thích trên cả nước. |
| Trà Tsuchiyama | Là vùng đất canh tác trà rộng lớn, tự hào với diện tích trồng trọt và sản lượng lớn nhất toàn tỉnh. Khởi nguồn của loại trà này là vào năm 1356 thời Nam - Bắc triều, thiền sư Donou từ đền Jomyoji thuộc phía nam huyện Tsuchiyama đã đem hạt của cây trà này từ Kyoto về trồng. Vì được trồng ở vùng đồi núi thoải thoải nên may mắn được hưởng ánh nắng mặt trời, trà cũng được sản xuất phổ biến với tên gọi là "trà Kabuse". |
| Trà Mandokoro  | Được mô tả trong câu hát "Uji nổi tiếng trồng trà, trà nổi tiếng có trà Mandokoro", và cũng được biết đến như một trà cao cấp trên cả nước, nhưng hiện tại sản lượng của loại trà này rất ít. Hiệu quả của nguồn nước dồi dào từ Echigawa và sương mù bao phủ được chú trọng, việc trồng trọt trà đã bắt đầu từ thời kỳ Muromachi. Là một loại trà có giá trị cao hiếm thấy, và có những cây cổ thụ gần 300 năm tuổi.             |

## Thương hiệu thống nhất, tập hợp những tiềm lực của vùng sản xuất.

Trong số các loại trà sản xuất tại tỉnh Shiga được đánh giá cao trên toàn quốc, đây là thương hiệu thống nhất chỉ sử dụng những lá trà mà các chuyên gia thẩm định chất lượng đã lựa chọn kỹ lưỡng. Đó là thương hiệu "Kiwamisencha Saichou" và "Biwako Kabuse". "Kabuse" có nghĩa là bao bọc trà lại trước khi ngắt để ngăn chặn ánh nắng mặt trời, làm giảm độ chát và tăng hương vị cho trà. Nó luôn có sẵn tại các cửa hàng chuyên về trà trong tỉnh và cũng rất thích hợp để làm quà lưu niệm hay quà tặng.



Địa chỉ liên hệ về  
trà Omi

Cơ quan chính thức hiệp hội ngành trà tỉnh Shiga Tel: 0748-63-6960 <http://www.biwa.ne.jp/~shigacha/>

Hợp tác xã thương nghiệp trà tỉnh Shiga Tel: 0748-67-0308



# Cá hồ

Văn hóa ăn cá độc đáo và đáng tự hào của vùng Shiga là bằng chứng cho thấy người dân đã sống chung với hồ Biwa từ xưa đến nay. Những con cá mà hồ Biwa nuôi dưỡng ở đầu đó đóng đầy hương vị hoài cổ và tình yêu thương.



## Chu kỳ và thời gian lưu thông của “Biwako Hachi Chin”

Tháng 4 Tháng 5 Tháng 6 Tháng 7 Tháng 8 Tháng 9 Tháng 10 Tháng 11 Tháng 12 Tháng 1 Tháng 2 Tháng 3 Tháng 4

Cá Koayu

Cá Koayu

Cá hồi Biwa

Cá Honmoroko

Cá bóng trắng Isaza

Cá giếc Nigorobuna

Cá cháo Hasu

Cá cháo Hasu

Cá bóng Biwa

Tôm Suji



## Một trong số ít hồ cổ xưa nhất thế giới chứa đựng hương vị có một không hai.

Hồ Biwa được hình thành từ khoảng 4 triệu năm trước. Là một trong 20 hồ cổ xưa trên thế giới cùng với hồ Baikal và hồ Tanganyika. Từ bờ hồ phủ đầy lau sậy cho đến ngoài khơi sâu 100m, trải qua nhiều năm tháng, môi trường đa dạng được hình thành, trong hồ có nhiều loại sinh vật đặc biệt đã thích nghi khéo léo với môi trường đó để tiến hoá và phát triển. Những loại cá như cá hồi Biwa, cá bóng trắng Isaza, cá Honmoroko, v.v... chỉ có thể được tìm thấy ở hồ Biwa này, được dùng để làm món sushi lên men ủ trong cơm, nấu chung với các loại đậu, hay kết hợp với rau và cơm để hình thành nên văn hóa ẩm thực của riêng mình. Đó là khung cảnh bàn ăn phong phú của người dân tỉnh Shiga chung sống với hồ Biwa.

## “Biwako Hachi Chin” thương hiệu cá hồ mới khai sinh.

Nhằm tăng cường sự quan tâm đến văn hóa ẩm thực phong phú từ hồ Biwa, 8 loại hải sản ngon và đậm nét hồ Biwa đã được lựa chọn và gọi là “Biwako Hachi Chin”. Thông qua “Biwako Hachi Chin”, có thể cảm nhận niềm hạnh phúc từ những điều tốt lành của hồ Biwa trong suốt bốn mùa. Mời bạn hãy thử trải nghiệm.



Cá Koayu



Cá hồi Biwa



Cá bóng trắng Isaza



Cá Honmoroko



Tôm Suji



Cá giếc Nigorobuna



Cá cháo Hasu



Cá bóng Biwa

## Các món ăn đặc sản của hồ Biwa được người dân vô cùng ưa chuộng.



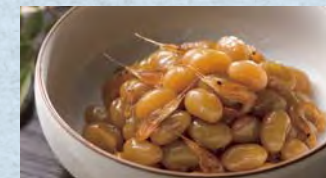
Nghêu chỉ có ở hồ Biwa vào mùa đông trở nên ngon nhất, được gọi là món “nghêu lạnh”. Với hương vị dong dầy, cho vào đó súp dashi đậm đà, là món ăn không thể thiếu trong bữa ăn mùa đông.



Món Tsukudani với cá Honmoroko giản dị mà thanh lịch, được đun sôi nhẹ, là hương vị gia đình của người dân tỉnh Shiga. Những con cá nhỏ mềm đến tận xương, khi ăn vào có thể thưởng thức hương vị đậm đà lắng đọng.



Sushi cá giếc là món ăn được biết đến nhiều nhất như là món địa phương của Shiga, nó là quá trình làm cho lên men tự nhiên cá giếc Nigorobuna chung với cơm. Có mùi thơm nhẹ như pho mát và vị chua dịu nhẹ lan khắp miệng.



Món đậu tôm bằng cách luộc đậu nành chung với tôm Suji, là món đặc sản được làm trong ngày nắng đẹp, mang theo lời chúc “sống khỏe mạnh và trường thọ” (với quan niệm sẽ sống khỏe mạnh và trường thọ cho đến khi lưng cong như con tôm). Vị ngọt của đậu và mùi thơm của tôm hòa quyện với cơm.

Địa chỉ liên hệ về cá hồ

Hội liên hiệp hợp tác xã ngư nghiệp tỉnh Shiga

Tel: 077-524-2418 <http://jfshiga.com/>

Hợp tác xã ngư nghiệp nuôi trồng thủy sản tỉnh Shiga

Tel: 077-521-4193 <http://www.eonet.ne.jp/~shigatansui/>

Hợp tác xã công nghiệp chế biến thủy sản tỉnh Shiga

Tel: 077-543-8078



# Rau Omi

Loại rau đặc biệt đầy màu sắc đã ra đời vì được nuôi dưỡng với tất cả tâm tư của mỗi người ở khắp mọi nơi trong suốt bốn mùa. Sự quyến rũ đó, kết hợp với hương vị của tiết trời, trở thành một vị ngon không nói nên lời.



## Ân huệ phong phú vô vàn của đất.

Tại tỉnh Shiga, hơn 90% diện tích đất nông nghiệp là đất trồng lúa, nhưng ở phần đất trống, chủ yếu các loại rau như bắp cải, cải thảo cũng được trồng trọt, và được vận chuyển tích cực tập trung đến các thành phố gần đó như Kyoto. Ngoài ra, nhờ có lực liên kết mạnh mẽ của các địa phương nhằm đặt nền móng cho việc canh tác cộng đồng, và nỗ lực của từng địa phương trong việc trồng trọt những loại rau có đặc tính phong phú, khiến cho có thể thu hoạch một loạt các sản phẩm nông nghiệp đa dạng.

## “Rau Omi truyền thống” lưu truyền theo dòng lịch sử.

Trong tỉnh Shiga tồn tại một cách đa dạng các loại rau truyền thống được người dân am hiểu. Điều dĩ nhiên là chúng được tiêu thụ trong tỉnh, tuy lượng thu hoạch không đến mức để có thể phân phối với số lượng lớn, nhưng với hương vị độc đáo quê hương gắn liền với tập quán ăn uống của địa phương, nó đã phản ánh được một cách sâu sắc và rõ nét văn hoá và lịch sử vùng đất đó. 14 mặt hàng được lựa chọn như là củ cải Hinona, cà tím Shimoda, củ cải Akamaru, v.v...



## Các loại rau củ đặc sản mới liên tục được sản xuất.

Việc tạo ra những sản vật đặc biệt mới như “to hơn”, “ngọt hơn”, v.v... đang được tiến hành một cách công phu bằng những biện pháp canh tác và quản lý chất lượng. Các loại rau củ như là “tỏi tây Azuchi Nobunaga”, cải tên được đặt bắt nguồn từ chính địa phương, là nơi chuyên trồng đồng loạt một đặc sản nào đó. Các loại rau củ đặc trưng tương ứng theo từng mùa tập hợp lại một cách đa dạng phong phú. Bạn nhất định hãy trải nghiệm những “ân huệ” của vùng đất này.



Rau Aisana (Cải ngựa Wasabi)



Bắp cải Ouminchisan



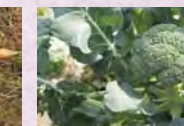
Tỏi tây Azuchi Nobunaga



Bí ngô Botchan



Cà rốt Taga



Bông cải xanh Hô Bắc



Dâu tây Mizuumikita no Yume

Địa chỉ liên hệ về rau Omi

Liên đoàn hợp tác xã nông nghiệp tỉnh Shiga

Tel: 077-521-1611 <http://www.jas.or.jp/>

Hội liên hiệp hợp tác xã nông nghiệp quốc gia – trụ sở Shiga

Tel: 077-521-1667 <http://www.si.zennoh.or.jp/>



# Thực phẩm của Shiga thơm ngon tại nhà! “Công thức Teppan”.

Để mọi người có thể ăn ngon và dễ dàng hơn các loại thực phẩm Shiga được sản xuất một cách cầu kỳ, xin giới thiệu công thức nấu do đầu bếp quản lý của một nhà hàng Pháp nổi tiếng thực hiện. Một món ăn toát lên vẻ chuyên nghiệp và cũng đầy lòng hiếu khách! Bạn nhất định hãy thử sức nấu món này nhé !



### Shiga



#### Đầu bếp Ijiri Noritaka

**profile**

Anh Ijiri Noritaka từ nhà hàng Pháp Epice Anh xuất thân từ thành phố Mabara thuộc Shiga. Anh đã từng làm việc tại các nhà hàng Pháp nổi tiếng như “Bordeaux”, “quán ăn Paris”, nhà hàng sân vườn “Blueberry Fields”, và đã thành lập nhà hàng Epice. Rau được chú trọng như thành phần chính của món Pháp.

## Cùng với gạo Omi thơm ngon Chế biến thịt bò Omi, tía tô và rau Aisaina



### Nguyên liệu (khẩu phần 2 người)

- Thịt bò Omi băm nhỏ 100g
- Rau Aisaina (gồm cả cuống) 2 lá
- Tía tô 3 lá
- Miso 1 muỗng canh
- Mirin 1 muỗng canh
- Rượu 1 muỗng canh
- Dầu ô-liu 1 muỗng canh

### Cách làm

1. Băm nhỏ lá và cuống của rau Aisaina và tía tô.
2. Cho dầu ô-liu vào nồi, chiên lửa vừa sao cho thịt băm nở ra.
3. Sau khi đã làm thịt băm đã nở ra một lúc, bổ sung Miso, Kirin, và rượu, đun sôi với lửa nhỏ để loại bỏ nước.
4. Tắt lửa, cho thêm rau Aisaina và tía tô rồi trộn đều. Đến khi nào rau trở nên mềm là được. Điểm nhấn chính là vị cay độc đáo của rau Aisaina trong nước Miso ngon ngọt của thịt bò Omi. Do rau Aisaina không chỉ sử dụng lá nhưng còn sử dụng cuống, nên tạo được cảm giác thay đổi vị bất ngờ khi ăn. Chắc chắn bạn có thể dễ dàng làm được một cách nhanh chóng và bày ra một bữa cơm thật cao cấp.

## Bánh viên Arare và quả hạch nghiền trộn cá hồi Biwa lăn bột Sốt Tartar ngâm củ cải Akamaru



### Nguyên liệu (khẩu phần 2 người)

- Biwamasu: 2 pedacos (200g)
- Cá hồi Biwa 2 miếng (200g)
- Bánh viên Arare (có thể dùng bánh gạo) lượng vừa đủ
- Quả hạch (nếu thích có thể là hạt điều) lượng vừa đủ
- Trứng 1 cái
- Bột mì (bột năng) lượng nhỏ
- Muối lượng nhỏ
- Tiêu lượng nhỏ
- Dầu ô-liu 2 muỗng canh
- Sốt tartar~
- Củ cải Akamaru muối 20g
- Trứng luộc 1 cái
- Nước sốt Mayonnaise 40g
- Nước chanh lượng nhỏ

### Cách làm

1. Làm nước sốt Tartar. Cho củ cải Akamaru muối cắt nhỏ và trứng luộc đã nghiền trộn vào sốt Mayonnaise, thêm ít nước chanh.
2. Rửa nhẹ muối và tiêu vào phần thịt cắt của cá hồi Biwa. Nghiền nhỏ sẵn bánh viên Arare và quả hạch.
3. Rửa bột mì vào hai mặt bên của cá hồi, nhúng vào trứng đã hoà tan, cho bánh viên Arare và quả hạch đã nghiền vào chung tất cả.
4. Đun nóng dầu trong chảo, và chiên [3.] bằng lửa lớn. Làm cho có cảm giác “chiên” ngập bởi dầu ô-liu. Quan trọng là lắc chảo liên tục sao cho nhiệt độ trải đều. Chiên khoảng một phút, thì đảo mặt và lại tiếp tục chiên một phút nữa. Không nên đẩy nắp khi bề mặt trở nên giòn thì kết thúc.
5. Cho [4.] lên đĩa, phết sốt Tartar. Lớp vỏ ngọt là bánh viên Arare và quả hạch, hòa hợp với phần nhân là cá hồi Biwa vị béo thượng hạng. Điểm nhấn chính là nước sốt Tartar với vị chua ki diệu của củ cải Akamaru muối.

## Món bánh cuốn ~ ngọt ngào vị củ cải Hinona



### Nguyên liệu (khẩu phần 2 người)

- Củ cải Hinona 100g
- Vò cuốn 4 miếng
- Kem sữa trứng (bán trên thị trường) 4 muỗng canh
- Đường tinh luyện 2 muỗng canh
- Bơ 1 muỗng canh

### Cách làm

1. Cắt nhỏ củ cải Hinona.
2. Làm nóng chảo, cho bơ vào, chiên củ cải Hinona trong lửa vừa.
3. Cho vào đường tinh luyện, và thắng đường với củ cải Hinona. Đến khi đã mềm thì cho vào mắm, để nguội.
4. Vò cuốn sẽ bọc và chứa bên trong củ cải Hinona đã thắng đường và kem sữa trứng. Cố gắng cuốn thật chắc chắn thì dễ ăn hơn.
5. Chiên [4.] trong dầu ở 180 độ. Chỉ toàn bộ màu đã ngả vàng thì lấy lên, cắt làm hai và bày lên đĩa. Chỉ như vậy thôi củ cải Hinona đã trở thành một món tráng miệng. Vị ngọt của kem trứng sữa hòa hợp tuyệt vời với vị đắng của củ cải Hinona, chắc chắn sẽ khiến bạn bất ngờ vì vị ngon đáng ngạc nhiên này. Tùy theo sở thích, bạn có thể phủ lên đó đường cát hoặc sốt sô-cô-la cũng vẫn rất ngon.

## Column 1

### Cách nướng thịt bò Omi ngon



Sau khi đã lấy thịt ra từ tủ lạnh và trở về nhiệt độ thường, rắc muối và tiêu vào cả hai mặt và hạt càng nhỏ càng tốt.



Cho dầu vào chảo nóng và nướng bằng lửa lớn. Khi đã bắt đầu nướng, tuyệt đối không được chạm vào thịt. Lắc chảo cũng là điều cần kị. Khi màu thịt đã chuyển sậm, trở mặt, nướng mặt bên, và chặn không cho nước thịt chảy ra.



Cho toàn bộ số thịt đã nướng lên đĩa, để nó nghỉ ở nơi có nhiệt độ phòng cao (gần với bếp), khi đó nước súp trong thịt được làm cho dịu đi. Hãy để cho dịu thịt trong khoảng thời gian bằng với thời gian nướng thịt.

### Hoàn thành!

Thịt có độ dày, nếu cắt vuông góc với sợi thịt, thì khi thường thức sẽ thấy mềm và rất dễ ăn. Nếu mặt cắt ngang có màu hồng đẹp là đã thành công.



## Column 2

### Cách pha trà Omi ngon



Cho nước nóng vào chén trà đến 8 phần dung tích chén, giảm nhiệt độ cho đến khi còn 50-60 độ (nhiệt độ của nước nóng sẽ giảm khoảng 5 độ mỗi 30 giây). Cho vào ấm trà lượng lá trà dành cho một người uống khoảng 3-5g.



Cho vào ấm trà lượng nước nóng đã hạ nhiệt, cho bốc hơi trong khoảng nửa phút, khi lá trà đã nở ra khoảng 7-8 phần là thời điểm uống được. Hãy kiểm tra sớm trước khi lá trà đã nở ra toàn bộ.



Để cân bằng độ đậm và hàm lượng của trà, hãy khuấy đều từng chút một theo thứ tự. Hãy rút cho đến giọt cuối cùng khi hương vị còn lan động lại đậm đà nhất.

### Hoàn hảo cho mùa hè! Trà xanh lạnh

Chính cách pha trà quyết định cho hương vị của lá trà được nổi lên trên, đó là “trà xanh lạnh”. Vị đắng và tính chất của lá trà nguyên chất bị hạn chế ở nhiệt độ thấp, và vị ngọt của trà sẽ được đẩy lên trên bề mặt. Cách thức pha rất đơn giản, cho đá lạnh tan trong ấm trà, và tùy theo số người chỉ cần cho vào 3-5g lá trà phần dành cho một người uống. Đá tan hết ra bởi nhiệt độ thông thường là hoàn thành. Chắc chắn bạn sẽ ngạc nhiên với hương vị ngọt ngào tươi mát khác với khi pha trà bằng nước nóng.

