

Cách nấu món ốc chuối đậu tại nhà chưa bao giờ dễ dàng đến thế với công thức "chuẩn không cần chỉnh" ai cũng làm được, đã được chúng tôi gợi ý đầy đủ dưới đây. Còn chần chừ gì mà không bắt tay ngay để thử sức cách nấu chuối đậu ốc ngay thôi nào!

Cách nấu ốc chuối đậu thịt ba chỉ

- Chuẩn bị nguyên liệu:

- 300 gram ốc
- 300 gram thịt ba chỉ
- 1 muống canh mắm tôm
- 1/3 chén mè
- 4 quả chuối xanh
- Vài miếng đậu hũ
- Hành lá, tỏi, ớt, tía tô
- Bột nghệ

- Cách nấu chuối ốc đậu thịt ba chỉ:

Bước 1: Sơ chế ốc và chuối, đậu hũ

- Ốc khi mua về ngâm nước gạo cho nhả bớt nhớt rồi vớt ra rửa sạch. Cho ốc vào nồi luộc chín rồi đợi nguội khêu thịt ốc ra.
- Thịt ba chỉ mua về rửa sạch, thấm khô rồi thái thành từng miếng vừa ăn. Sau đó cho thịt vào chảo rang cháy cạnh, để riêng.
- Tía tô rửa sạch, để ráo, thái thành từng khúc.
- Hành lá cũng cắt thành từng khúc khoảng 1 cm.

- Đậu hũ bạn có thể mua loại miếng vuông nhỏ. Nếu không có bạn có thể cắt miếng đậu lớn ra thành từng miếng vuông. Tiếp theo đem chiên đậu cho vàng giòn hết các mặt.
- Chuẩn bị một thau nước và cho vào một thìa cà phê muối. Sau đó tước vỏ chuối xanh ngâm vào chậu nước muối để chuối không bị thâm.
- Tiếp theo cắt chuối ra thành các miếng vừa ăn rồi lại cho vào thau ngâm.



Bước 2: Ướp gia vị cho món ốc om chuối đậu

- Ốc khi mua về sau khi đã làm sạch bạn ướp ốc với 1 muỗng cà phê hạt nêm, 1/2 thìa cà phê bột ngọt, 1/3 thìa cà phê muối, 1 thìa canh mè, 1 thìa cà phê bột nghệ và 1/3 thìa canh mắm tôm. Đảo đều cho ốc thấm đều hết các gia vị.

- Vớt chuối đang ngâm ra, cho vào thau chuối 1 thìa cà phê hạt nêm. Tiếp theo là 1/2 thìa cà phê muối, 1/2 thìa cà phê bột ngọt, 1/3 muống canh mắm tôm, 1 muống cà phê bột nghệ. Trộn đều cho các gia vị ngấm đều vào chuối.

Bước 3: Tiến hành cách nấu ốc chuối đậu om với thịt ba chỉ

- Bắc nồi lên bếp, cho 1 muống canh dầu ăn rồi cho tỏi vào phi thơm.
- Cho ốc đã ướp vào nồi xào săn lại.
- Tiếp theo bạn cho chuối đã ướp vào xào cùng ốc.
- Sau đó cho nước vào nồi chuối ốc đun sôi.
- Rây phần mỡ còn lại vào nồi chuối ốc, đồng thời dùng muối vớt bọt ra để nồi nước được trong hơn.
- Khi nồi nước đã sôi trở lại, bạn cho đậu hũ vào. Tiếp đến là thịt ba chỉ cháy cạnh.
- Nêm nếm lại gia vị cho vừa ăn rồi cuối cùng cho tía tô và hành lá vào.
- Múc ốc nấu chuối đậu thịt ba chỉ ra tô và thưởng thức cùng cơm hoặc bún đều được.



Cách nấu canh ốc chuối đậu

- Nguyên liệu:

- 1.5kg ốc đá (hoặc 1.5kg ốc vặn, nếu bạn thích ăn thêm ốc nhồi thì có thể chuẩn bị một nửa ốc nhỏ và một nửa ốc nhồi)
- 3 bìa đậu phụ
- 150gr thịt ba chỉ
- 7 quả chuối xanh
- 2 quả cà chua
- 1 bó rau tía tô
- 20 lá lốt
- 5 nhánh hành lá
- 3 gram mè
- 1 củ tỏi
- 1 củ nghệ bé (hoặc có thể thay bằng 1 thìa cafe bột nghệ)
- 1 – 2 quả ớt sừng (tùy theo sở thích ăn cay của mỗi người)
- Gia vị: dấm trắng, nước mắm, bột canh, hạt nêm,...
- Dụng cụ: Chảo sâu lòng hoặc xoong nấu thường đều được.

- Cách nấu canh ốc chuối đậu thịt:

Bước 1: Sơ chế ốc

- Rửa sạch ốc với nước lạnh rồi ngâm ốc trong nước vo gạo khoảng 1 tiếng cho ốc nhả sạch nhớt và cát bẩn hoặc có thể ngâm ốc với 1 chậu nước ngập mặt ốc với ớt cắt khúc.

- Sau đó, vớt ốc ra, rửa lại ốc với nước lạnh lần nữa rồi cho vào nồi, thêm 1 thìa cafe muối tinh, luộc chín. Đun nồi trên lửa to đến khi thấy vẩy ốc bong hết ra là đạt

yêu cầu (bạn không cần phải cho nước vào nồi khi luộc chín ốc vì trong quá trình đun, ốc sẽ tự tiết ra nước và làm chín, bằng cách này thịt ốc khi luộc sẽ ngọt hơn).

- Khi ốc đã chín, vớt ra, đợi nguội bớt, dùng kim băng nhỏ (khê) thịt ốc ra rồi rửa lại với nước muối loãng, rồi tráng kỹ lại với nước và để riêng ra 1 cái bát.

- Ướp ốc khoảng 20 phút với 1 thìa cafe gia vị và 1 thìa cafe bột nghệ rồi trộn đều cho ngấm gia vị Sơ chế chuối xanh, thịt và các nguyên liệu khác nấu với ốc.



Bước 2: Sơ chế chuối

- Chuối xanh tước bỏ vỏ, cắt miếng dài chừng 3 đốt ngón tay rồi bỏ làm tư (làm 4) sau đó ngâm với nước muối loãng hoặc nước lạnh có thêm 2 thìa canh dấm. (Để nước ngâm chuối sao cho xâm xấp mặt chuối).
- Thịt ba chỉ rửa sạch với nước muối pha loãng rồi thái miếng dày 0.5cm.
- Đậu phụ rửa sạch với nước lạnh, cắt làm 5 phần. Cà chua rửa sạch, bỏ múi cau.
- Tía tô nhặt và rửa sạch, thái sợi. Lá lốt rửa sạch, thái sợi.
- Hành lá rửa sạch, cắt khoanh nhỏ. Tỏi bóc vỏ, băm nhuyễn.



Bước 3: Rán đậu

Bắc chảo lên bếp, cho 3 thìa canh dầu vào, đun dầu đến khi sôi thì cho đậu vào rán vàng, rồi gắp đĩa.

Bước 4: Xào chuối

Bắc nồi nấu lên bếp, cho 1 thìa canh dầu vào đun sôi rồi cho tỏi vào nồi phi thơm, tiếp đến cho chuối vào đảo đều cùng 1 thìa canh nước mắm và 2 thìa cafe gia vị. (Nên cho gia vị mặn chút để chuối được ngấm).



Bước 5: Hoàn thành cách nấu canh ốc đậu

- Sau khi đã xào chuối ngấm gia vị, cho thịt ba chỉ, cà chua, ớt vào đảo cùng. Thêm 1/2 thìa cafe bột nghệ, đảo tới khi miếng chuối săn sần (khoảng 10 phút) thì đổ ốc, nước luộc ốc, mỡ, thêm ít nước lạnh sao cho xâm xấp mặt chuối, khuấy đều rồi nấu tới khi chuối mềm.

- Đổ thêm nước sao cho mực nước cao hơn mặt chuối khoảng 5cm, đợi nước sôi thì cho đậu vào, chỉnh lửa vừa, đun thêm khoảng 5 -7 phút nữa cho đậu ngấm, nêm nếm cho vừa miệng, thêm tí tía tô, lá lốt, hành lá vào nồi rồi tắt bếp, bắc ra, múc ra bát rồi thưởng thức luôn khi còn nóng, ăn cùng cơm hoặc bún đều rất ngon.



Cách nấu bún ốc chuối đậu

- Nguyên liệu

- Bún tươi 500 gr
- Thịt ốc bươu đen 400 gr (không tính vỏ)
- Thịt ba chỉ 250 gr
- Đậu hũ 300 gr
- Chuối xanh 2 trái
- Cà chua 3 trái

- Mỡ heo 50 gr
- Hành tím 8 củ
- Gừng tươi 2 lát
- Rau thơm 1 ít (lá lốt/ tía tô/ ngò ôm)
- Bột nghệ 1 muỗng cà phê
- Giấm 1 muỗng cà phê
- Mè 2 muỗng canh
- Dầu ăn 1 muỗng cà phê
- Gia vị thông dụng 1 ít (muối/ hạt nêm/ tiêu xay)

- Cách chế biến:

Bước 1: Sơ chế ốc bươu

Đầu tiên, bạn cho thịt ốc vào thau cùng 1 muỗng cà phê muối, 1 muỗng cà phê giấm. Sau đó, dùng tay bóp nhẹ thịt ốc với muối và giấm để khử mùi tanh và làm sạch nhớt. Rửa sạch lại thịt ốc với nước rồi cho ra rổ, để ráo.



Bước 2: Chuẩn bị các nguyên liệu khác

Đầu tiên, bạn dùng dao cắt mỡ heo thành từng miếng hạt lựu, sau đó cho vào chảo và thắng mỡ heo ở lửa nhỏ, chú ý đảo thường xuyên đến khi mỡ heo teo lại thành tóp mỡ thì vớt ra, để ráo dầu.

Đối với đậu hũ bạn cắt thành từng lát mỏng khoảng 1 lóng tay rồi cho vào chảo và chiên ở lửa lớn đến khi vàng đều 2 mặt. Sau đó, gấp đậu ra giấy thấm dầu để cho ráo và giữ đậu được giòn.

Tiếp đến, bạn bắc một nồi nước lên bếp, cho 1 tô nước cùng 1 muỗng cà phê muối, vài lát gừng và nấu đến khi nước sôi thì cho thịt ba chỉ vào chảo sơ để loại bỏ tạp chất và khử mùi hôi của thịt.

Bạn lột bỏ vỏ chuối xanh, cắt đôi trái chuối theo chiều dọc rồi cắt thành từng khúc khoảng 1 ngón tay. Để loại bỏ nhựa của chuối, bạn cho chuối vào ngâm trong tô nước có pha 1 muỗng canh mẻ.

Đối với các loại rau thơm như tía tô, lá lốt, bạn rửa sạch với nước rồi tiến hành cắt sợi. Cà chua sau khi rửa sạch, bạn cũng cắt cà chua thành từng múi cau.

Tiếp đó, bạn lột vỏ và băm nhỏ 2 củ hành tím, còn 6 củ còn lại bạn cắt thành từng lát mỏng rồi phi cho vàng giòn.



Bước 3: Ướp và xào ốc

Bạn cho ốc bươu đã sơ chế ở bước 1 vào tô, nêm thêm 1 muống cà phê bột nghệ, 2 củ hành tím đã băm nhỏ và nửa muống cà phê muối. Để yên ướp thịt ốc ngấm gia vị trong khoảng 10 phút.

Sau đó, bạn cho 1 muống cà phê dầu ăn vào chảo, đun tới khi dầu nóng thì cho 1 ít hành tím cắt mỏng vào phi thơm. Tiếp đó, cho thịt ốc đã ướp vào xào đến khi ốc chín và dậy mùi thơm.

Bước 4: Nấu nước dùng và hoàn thành

Tiếp theo, bắc một nồi nước lên bếp, cho thịt ba chỉ vào và luộc đến khi thịt chín thì vớt ra. Sau khi thịt nguội bớt, bạn cắt thịt thành từng lát mỏng vừa ăn.

Sử dụng nước luộc thịt để làm nước dùng, cho thêm cà chua đã cắt múi cau, chuối xanh cắt lát cùng 1 muỗng cà phê muối vào và đun ở lửa nhỏ đến khi chuối và cà chua chín mềm.

Sau đó cho đậu hũ chiên, ốc xào vào nồi nước dùng. Để tạo vị chua, bạn lọc 1 muỗng canh mẻ qua rây rồi cho vào nồi. Dùng vá khuấy đều.

Bạn đun đến khi nước dùng sôi lại thì thả lá tía tô, lá lốt cùng ngò ôm vào, nêm nếm lại với hạt nêm, muối, tiêu xay cho vừa ăn là hoàn tất.

Cuối cùng, bạn chần bún tươi qua nước sôi, cho bún ra tô, xếp hành phi, tóp mỡ, thịt ba chỉ cắt lát mỏng xung quanh rồi chan nước dùng cùng chuối và đậu lên trên là có thể thưởng thức được rồi đấy!



Bước 5: Thành phẩm

Món bún ốc chuối đậu với ốc giòn ngọt, được xào cùng gia vị đậm đà, chuối và đậu hũ chiên béo ngậy thơm ngon.

Nước dùng có màu vàng đẹp mắt của nghệ, có vị chua nhẹ thanh ngọt của mẻ cùng cà chua. Tía tô cùng lá lốt, ngò ôm càng khiến món ăn thêm phần thơm ngon, đặc biệt.



Cách nấu ốc xào chuối đậu

- Nguyên liệu:

- Ốc brou đã sơ chế: 400g.
- Chuối xanh: 4 quả.
- Đậu trắng: 3 cái.
- Thịt ba chỉ: 200g.
- Măng chua: 200g.
- Các gia vị: hành khô, ớt, lá tía tô, lá lốt, bột nghệ, mè, bột ớt, gia vị.

- Cách làm món ốc xào chuối đậu ngon chuẩn vị:

Bước 1:

- Ốc brou bóp lại với muối và chanh cho hết nhớt, có thể thêm chút rượu để khử hết mùi hôi và tanh.

- Măng đem luộc sôi, rửa lại với nước cho sạch rồi để ráo.
- Đậu trắng cắt miếng vuông rồi chiên vàng đều các mặt.
- Lá lốt, tía tô, hành rửa sạch, để khô rồi thái nhỏ.
- Thịt ba chỉ thái con chì hoặc miếng mỏng vừa ăn.
- Chuối xanh tước vỏ rồi thái miếng ngâm vào âu nước muối loãng cho khỏi thâm.



Bước 2:

- Đặt chảo lên bếp cho nóng, cho phần thịt ba chỉ vào trước để thịt chín và tiết ra mỡ dùng xào ốc sẽ ngậy và thơm hơn.
- Khi thấy thịt chín thì cho thịt ra đĩa.

Bước 3:

- Dùng chiếc chảo vừa đảo thịt, cho hành khô thái lát vào phi thơm rồi cho ốc vào đảo đều.
- Để ốc sôi tầm 3 phút rồi cho các gia vị gồm bột nghệ, bột ớt, mè, bột canh, bột ngọt vào đảo đều.
- Để thêm thời gian tầm 3 đến 5 phút sau đó xúc phần ốc cho ra bát, để lại phần nước còn lại trong chảo.
- Tiếp tục cho chuối vào đảo đều rồi để chuối chín mềm thì tiếp tục cho măng vào xào cùng thêm 3 phút.

Bước 4:

- Đổ phần ốc, thịt, đậu đã làm ở trên vào cùng măng và chuối.
- Khi các nguyên liệu đã quyện với nhau thì bạn nêm gia vị cho vừa miệng rồi cho phần rau thơm đã thái nhỏ vào chảo ốc, đảo đều, sau đó tắt bếp.



Cách nấu ốc chuối đậu không cần mỡ

- Bỏ đuôi ốc, chỉ giữ lại thịt. Cho thịt ốc vào thau nước vo gạo, ngâm ít nhất 1 tiếng cho nhả nhớt và bụi cát. Rửa thịt ốc lại với nước sạch vài lần, cho vào nồi. Chế nước ngập ốc xâm xấp, luộc chín.
- Ốc chín, vớt ra, để ráo nước. Sau đó, cho thịt ốc luộc vào tô sạch, thêm muối, 1/2 tỏi băm và nước nghệ tươi, trộn đều, ướp 15-20 phút.
- Trong lúc đó, đem ngâm chuối xanh trong thau nước muối pha loãng khoảng 15 phút để không bị thâm. Kế đến, vớt chuối ra rửa, để ráo.
- Bắc chảo lên bếp, chế ít dầu ăn đun nóng. Cho thịt ba chỉ vào áp chảo để gạn bớt mỡ. Thịt săn lại, bạn cho phần tỏi băm còn lại, cùng thịt ốc luộc vào xào chung.
- Tỏi chín thơm vàng, bạn chế nước lọc vào chảo, cùng với chuối xanh, nấu sôi. Vặn lửa nhỏ, om thịt với ốc khoảng 15 phút thì cho giấm bỗng, đậu phụ rán vào, nấu thêm 5 phút nữa. Nêm nước mắm hoặc gia vị tùy theo sở thích cho vừa ăn.
- Tắt bếp, rắc rau thơm lên nồi ốc om chuối đậu không cần mỡ. Múc thành phẩm ra tô và thưởng thức ngay nhé!

Hy vọng với những thông tin chúng tôi cung cấp sẽ hỗ trợ bạn trở tài bếp núc với món ốc chuối đậu thơm ngon tuyệt hảo. Chúc các bạn thành công.