ĐẶC TRƯNG CỦA DU LỊCH ẨM THỰC TẠI HÀ NỘI: DI SẢN VĂN HÓA VÀ CƠ HỘI PHÁT TRIỂN BỀN VỮNG

Phạm Thị Thanh
Trường Đại học Thủ đô Hà Nội
Đặng Thị Phương Anh
Trường Đại học Khoa học Xã hội và Nhân văn
Đỗ Diệu Linh
Trường Đại học Phenikaa

***Tóm* tắt:** *Du lịch ẩm thực tại Hà Nội là một phần quan trọng của di sản văn hóa, phản ánh lịch sử, truyền thống và bản sắc dân tộc. Ẩm thực Hà Nội nổi tiếng với sự đa dạng, tinh tế và hương vị độc đáo, từ các món truyền thống như phở, bún chả đến các món ăn đường phố. Du lịch ẩm thực không chỉ thu hút du khách mà còn góp phần bảo tồn và quảng bá văn hóa ẩm thực địa phương. Tuy nhiên, để phát triển bền vững, cần có sự kết hợp giữa bảo tồn di sản và khai thác hiệu quả, đảm bảo chất lượng dịch vụ và môi trường. Đồng thời, cần nâng cao nhận thức của cộng đồng và du khách về giá trị văn hóa ẩm thực, tạo cơ hội việc làm và thúc đẩy kinh tế địa phương. Bài viết phân tích đặc trưng của du lịch ẩm thực tại Hà Nội, khẳng định vai trò của ẩm thực như một di sản văn hóa quan trọng, đồng thời đề xuất các giải pháp phát triển bền vững.*
Từ khoá: *Du lịch ẩm thực, di sản văn hoá, tinh tế, bảo tồn, phát triển bền vững.*

Nhận bài ngày 25.12.2024; gửi phản biện, chỉnh sửa, duyệt đăng ngày 20.03.2025
Liên hệ tác giả: Phạm Thị Thanh; email: ptthanh@daihocthudo.edu.vn

1. ĐẶT VẤN ĐỀ

Hà Nội – trái tim văn hóa nghìn năm của Việt Nam – không chỉ được biết đến qua những di sản kiến trúc cổ kính hay bề dày lịch sử, mà còn là điểm đến của những hành trình khám phá ẩm thực đầy mê hoặc. Nơi đây lưu giữ các "di sản vị giác" độc đáo, hình thành từ sự giao thoa của nhiều vùng miền và tinh hoa ẩm thực qua hàng thế kỷ. Từ phở thơm nồng, bún chả đậm đà đến bánh cuốn thanh nhẹ hay nem rán giòn tan, mỗi món ăn đều là một câu chuyện về văn hóa, lịch sử và con người. Chính điều này đã biến Hà Nội thành "thiên đường ẩm thực" thu hút du khách khắp thế giới, đồng thời đặt ra bài toán về việc bảo tồn và phát huy giá trị di sản ẩm thực trong bối cảnh hiện đại.

Du lịch ẩm thực tại Hà Nội không dừng lại ở việc thưởng thức món ngon, mà còn là hành trình trải nghiệm đa chiều: từ những gánh hàng rong trên phố cổ đến không gian ẩm thực cao cấp, từ lớp học nấu ăn truyền thống đến những câu chuyện về nguyên liệu địa phương như rau làng Võng, cốm làng Vòng. Đây chính là nét đặc trưng hiếm có, kết nối quá khứ với hiện tại, tạo nên sức hút riêng cho du lịch Thủ đô.

Tuy nhiên, sự phát triển du lịch ồ ạt cũng đặt di sản ẩm thực Hà Nội trước nhiều thách thức: nguy cơ thương mại hóa làm mai một hương vị gốc, sự thiếu bền vững trong khai thác nguyên liệu, hay áp lực từ xu hướng ẩm thực toàn cầu. Vì vậy, việc nghiên cứu đặc trưng của du lịch ẩm thực Hà Nội không chỉ nhằm tôn vinh giá trị văn hóa, mà còn là cơ sở để đề xuất giải pháp phát triển cân bằng – nơi di sản được bảo tồn nguyên bản, cộng đồng được thụ hưởng, và du khách có trải nghiệm chân thực. Bài viết đi sâu phân tích những yếu tố

làm nên bản sắc ẩm thực Hà Nội, vai trò của di sản trong việc thúc đẩy du lịch có trách nhiệm, từ đó gợi mở hướng tiếp cận bền vững cho tương lai.

2. NỘI DUNG

2.1. Ẩm thực truyền thống Hà Nội được gìn giữ và truyền thừa từ quá khứ đến hiện tại

Ẩm thực Hà Nội không chỉ là sự kết tinh của hương vị mà còn là biểu tượng văn hóa, thể hiện sự tinh tế, khéo léo và tâm huyết của người dân Thủ đô. Từ những món ăn gia đình giản dị đến những mâm cỗ cầu kỳ trong dịp lễ Tết, người Hà Nội luôn chú trọng đến từng chi tiết, từ khâu chọn nguyên liệu đến cách chế biến và trình bày. Điều này không chỉ làm nên nét đặc trưng của ẩm thực Hà Nội mà còn góp phần tạo nên di sản văn hóa ẩm thực độc đáo của Việt Nam. Đặc biệt, nhiều món ăn như phở, bún chả, bánh cuốn không chỉ mang hương vị truyền thống mà còn là kết quả của quá trình gìn giữ và truyền thừa qua nhiều thế hệ, thể hiện rõ tính chất di sản văn hóa phi vật thể. Bộ Văn hóa, Thể thao và Du lịch (2024) đã công nhận phở Hà Nội là di sản văn hóa phi vật thể quốc gia, điều này càng khẳng định vai trò của ẩm thực như một phần không thể tách rời trong bản sắc văn hóa Thủ đô [1].

Nghệ nhân Ánh Tuyết, một trong những người gìn giữ và phát huy tinh hoa ẩm thực Hà Nội, đã dành cả cuộc đời để bảo tồn và lan tỏa những giá trị ẩm thực truyền thống. Từ năm lên 9 tuổi, bà đã theo bà ngoại đi chợ và đã học cách nấu chả cá Lã Vọng bằng chảo gang truyền thống từ bà ngoại – một nghệ nhân ẩm thực triều Nguyễn. Ngày nay, cơ sở ẩm thực Ánh Tuyết do bà sáng lập đã hoạt động hơn 20 năm của bà sử dụng công thức gia truyền 4 đời, từ khâu ướp gia vị (mắm tôm Phú Quốc, mật mía Hoài Đức) đến kỹ thuật ninh nhừ bằng bếp củi, tạo nên hương vị "đậm chất phố cổ". Những món như cá kho làng Vũ Đại (kho trong nồi đất 8 tiếng), chả rươi mùa thu hay mâm cỗ Trạng nguyên (gồm 12 món tượng trưng cho 4 mùa),... Không chỉ phục vụ ẩm thực, nơi đây còn là không gian văn hóa, nơi du khách được trải nghiệm cách thưởng thức món ăn theo phong cách của người Hà Nội xưa. Nghệ nhân Ánh Tuyết cũng đang truyền lại những tri thức, kỹ năng chế biến món ăn cho thế hệ con cháu, góp phần bảo tồn và phát huy di sản ẩm thực Hà Nội. Không gian nhà hàng Ánh Tuyết được thiết kế theo kiến trúc nhà cổ Hà Nội, mang đến cho thực khách không chỉ trải nghiệm ẩm thực mà còn là hành trình khám phá văn hóa và lịch sử của Thủ đô. Đây là nơi lưu giữ những nét đẹp truyền thống, từ cách bài trí đến cách phục vụ, tạo nên một không gian văn hóa độc đáo.

Bên cạnh những món ăn cầu kỳ, ẩm thực Hà Nội còn nổi tiếng với những món ăn đường phố giản dị nhưng đậm đà hương vị. Bún chả, một món ăn quen thuộc, đã trở thành biểu tượng của ẩm thực Hà Nội, in sâu vào tiềm thức của bao người. Nhà văn Thạch Lam đã từng viết về bún chả trong tác phẩm "Hà Nội băm sáu phố phường" với sự trân trọng và tự hào: "…Có một ông đồ cuồng chữ ở nhà quê, một hôm khăn gói lên Hà Nội đã ứng khẩu đọc hai câu thơ khi ngửi thấy mùi khói chả:

Ngàn năm bửu vật đất Thăng Long.
Bún chả là đây có phải không?…" [2]

Ẩm thực Hà Nội không chỉ nuôi dưỡng cơ thể mà còn là cầu nối văn hóa, kết nối quá khứ với hiện tại. Những món ăn như phở, bún chả, bánh cuốn, chả cá Lã Vọng... không chỉ là niềm tự hào của người Hà Nội mà còn là điểm nhấn thu hút du khách quốc tế. Qua ẩm thực, văn hóa và tinh hoa của Hà Nội được lan tỏa rộng rãi, góp phần quảng bá hình ảnh Việt Nam ra thế giới.

Tóm lại, ẩm thực Hà Nội không chỉ là sự kết hợp tinh tế giữa hương vị và nghệ thuật chế biến mà còn là sự gìn giữ và phát huy những giá trị văn hóa truyền thống. Những món ăn của Hà Nội không chỉ làm say lòng người thưởng thức mà còn là minh chứng cho sự

sáng tạo, tâm huyết và tình yêu của người dân Thủ đô dành cho ẩm thực và văn hóa dân tộc.

2.2. Cầu nối văn hóa và du lịch thông qua di sản ẩm thực Hà Nội

Giá trị lịch sử của ẩm thực Hà Nội không chỉ là yếu tố văn hóa mà còn là cầu nối quan trọng để liên kết du lịch, giúp du khách hiểu sâu hơn về bản sắc và quá khứ của một vùng đất. Gắn liền với quá trình phát triển của Thăng Long - Hà Nội, các món như phở, bún chả, nem rán... không chỉ là đặc sản mà còn là "sử liệu sống" kể câu chuyện về sự giao thoa văn hóa Đông - Tây. Chúng ta học được nhưng bài học lịch sử qua các món ăn bởi các món ăn truyền thống đều mang trong mình câu chuyện lịch sử, phản ánh quá trình hình thành và phát triển của vùng đất kinh kỳ. Những món ăn này không chỉ nuôi dưỡng cơ thể mà còn làm giàu tâm hồn, giúp du khách hiểu sâu hơn về bản sắc và lịch sử của Hà Nội.

Biểu tượng của sự giao thoa văn hoá, *Phở*, món ăn đã trở thành biểu tượng của ẩm thực Việt Nam, là kết quả của sự giao thoa văn hóa Việt - Pháp. Xuất hiện từ đầu thế kỷ 20, phở mang trong mình câu chuyện lịch sử phức tạp. Theo nhà nghiên cứu Nguyễn Ngọc Tiến, phở ra đời trong bối cảnh đô thị Hà Nội phát triển, từ những gánh hàng rong của người Hà Nội gốc Nam Định. Ông dẫn chứng từ các tài liệu báo chí thời Pháp thuộc (như tờ *L'Annam nouveau* những năm 1920) để chứng minh phở bắt đầu xuất hiện ở khu vực phố cổ Hà Nội [3]. Phở là sự biến tấu tinh tế từ món "pot-au-feu" (hầm bò) của Pháp, kết hợp với bánh phở và gia vị truyền thống của người Việt. Erica J. Peters, nhà nghiên cứu về ẩm thực, cũng nhấn mạnh rằng phở là biểu tượng của sự lai tạo văn hóa thời thuộc địa, phản ánh quá trình chủ động tiếp biến của người Việt. Bà chỉ ra rằng việc người Pháp đưa bò vào Việt Nam (trước đây ít tiêu thụ thịt bò) đã tạo điều kiện cho sự ra đời của nước dùng phở (Erica J. Peters, 2011). Phở không chỉ là món ăn mà còn là bản tuyên ngôn về sự sáng tạo và khả năng "Việt hóa" những ảnh hưởng ngoại lai [4].

Tinh hoa ẩm thực đường phố, Bún chả, món ăn dân dã nhưng tinh tế, cũng là một phần không thể thiếu trong văn hóa ẩm thực Hà Nội. Theo giáo sư Trần Quốc Vượng (1998), bún chả bắt nguồn từ những gánh hàng rong trên phố cổ Hà Nội, nơi người bán kết hợp bún, thịt nướng và nước chấm để tạo nên hương vị độc đáo. Nhà nghiên cứu Nguyễn Nhã cũng cho rằng bún chả có nguồn gốc từ các món ăn truyền thống của miền Bắc Việt Nam, được phát triển và hoàn thiện qua thời gian. Bún chả trở nên phổ biến vào những năm 1950-1960, khi Hà Nội trải qua nhiều biến động lịch sử nhưng vẫn giữ được nét ẩm thực đặc trưng [5]. Bún chả không chỉ là món ăn đường phố mà còn trở thành một phần của văn hóa ẩm thực Hà Nội. Bún chả được coi là món ăn "dân dã nhưng tinh tế", phản ánh sự khéo léo và sáng tạo của người Hà Nội trong việc chế biến thực phẩm [6]. Sự kiện Tổng thống Mỹ Barack Obama thưởng thức bún chả cùng đầu bếp Anthony Bourdain năm 2016 đã đưa món ăn này lên tầm quốc tế, trở thành biểu tượng của ẩm thực Việt Nam.

Ẩm thưc gắn liền với lễ hội và tín ngưỡng, Hà Nội là nơi hội tụ tinh hoa ẩm thực Bắc Bộ, chịu ảnh hưởng sâu sắc của văn hóa nông nghiệp lúa nước và tín ngưỡng thờ cúng tổ tiên. GS. Trần Quốc Vượng cũng đã từng nhận định ẩm thực Hà Nội phản ánh "tính cách của người Kinh Kỳ" – tinh tế, cầu kỳ nhưng vẫn giữ nét thanh lịch. Các món ăn thường gắn như xôi, bánh chưng, bánh giày không chỉ là lễ vật dâng cúng mà còn là biểu tượng của sự no đủ, hòa hợp âm dương. Trong các lễ hội làng nghề, ẩm thực trở thành phương tiện kết nối con người với thần linh, thể hiện lòng biết ơn và sự tôn kính. Bánh cuốn Thanh Trì, cốm làng Vòng, giò lụa làng Ước Lễ... đều là những di sản ẩm thực gắn liền với lịch sử và văn hóa của Hà Nội. Nhà nghiên cứu Nguyễn Văn Huy cũng nhấn mạnh rằng vai trò của ẩm thực trong lễ hội đình làng là "phương tiện kết nối con người với thần linh". Di sản ẩm thực Hà Nội gắn liền với lễ hội và tín ngưỡng là minh chứng cho sự sáng tạo và tâm linh