

## Kinh Doanh “Thức Ăn Nhanh”

Tên: Mai Thanh Truy  
Số: 7913/Ba, 16 Tháng 3 Năm 2010 13:03

---

Kinh doanh thức ăn nhanh (fast food) đang là một kinh doanh phát triển rất mạnh mẽ ở Hoa Kỳ.

Hàng năm, có thêm trên dưới 10 ngàn tiệm mới được tung ra khắp nơi trên toàn quốc, trong đó khoai nhúng trong đó là một món thông dụng của kinh doanh này, chiếm số tiền gần 100 tỷ Mỹ kim hàng năm.



Khoai nhúng trong đó có nhiều tên gọi khác nhau như French Fries hay Fries ở Hoa Kỳ, Chips ở Anh Quốc và Liên hiệp Anh. Trong lúc đó chỉ Chips ở Bắc Mỹ dùng để chỉ những lát khoai cắt thành miếng, và món này ở bên Anh gọi là Crips. Quý vị nếu có đi du lịch qua Anh nên cẩn thận khi mua hàng.

Khoai nhúng trong đó là những que khoai được cắt theo nhiều kích thước khác nhau do đó mang những tên khác nhau tùy theo thị trường riêng của từng công ty.

### Lịch sử của khoai nhúng trong đó

Khoai nhúng trong đó thực ra được nghĩ ra bởi một người Viêt Nam là khoai chiên để chế các loại French Fries. Thức ăn khoai chiên này đã xuất hiện lần đầu tiên tại Bỉ (Belgium) vào thế kỷ thứ 18, và tên French Fries có từ thế kỷ 19, do được gọi “frire” của Pháp được đưa qua tiếng Anh là “fry” và có nghĩa

là “deep-fat frying”. Nh ng tên g i đúng nh t c a món n y là “pommes de terre frites” (deep-fried potatoes). Trong lúc đó, ch “French fried” đúng nghĩa là dùng đ ch nh ng cách n u nh gà chiên (fried- chicken), hành chiên (fried onion ring) v.v... ch không h n là món khoai chiên.

Khi th ng th c món n y l n đ u tiên trong lúc vi ng thăm Pháp Qu c, T ng th ng Hoa K Thomas Jefferson (1801- 1809) có đ l i th bút ghi l i tên c a món khoai chiên là “potatoes deep-fried while raw, in small slices”.

Vào ngày 11 tháng 3 năm 2003, Cty nhà hàng Beaufort, North Carolina, n i cung c p th c ăn cho các văn phòng c a H vi n Hoa K đã đ i tên French Fries thành tên Freedom Fries đ ph n đ i thái đ c a chính ph Pháp phê phán và k t án vi c t n công Iraq c a Hoa K . Mãi cho đ n ngày 2 tháng 8, 2006, tên French Fries m i đ c g i tr l i. Tuy nhiên, k t đó, trong dân gian (Hoa K ) danh t French ghép trong th c ăn đ c đ i l i là Freedom nh Freedom Bread thay vì bánh mì Pháp, ho c Freedom kiss (n hôn t do!) thay vì French Kiss.

Theo th ng kê vào năm 1960, m t ng i M trung bình hàng năm ăn 81 cân Anh khoai nhúng đ u làm b ng khoai t i, và ch đ 4 cân Anh, khoai đông l nh. Nh ng đ n năm 2004, h ch còn ăn 49 cân khoai t i và 34 cân khoai đông l nh.

### Cách làm khoai nhúng đ u (khoai chiên)

Tùy theo công ty th c ăn nhanh, nguyên li u khoai đ c chu n b khác nhau nh : Cty Mc Donalds và Burger King dùng khoai đã c t s n, đ đông l nh nhi u ngày; cũng nh m t s cty nh m i xu t hi n trong vòng 10 năm tr l i dùng nguyên li u khoai t i tr c khi nhúng vào ch o đ u sôi nh cty In-N-Out Burger.

Sau đó, khoai nhúng đ u đ c thêm mu i, b t b p, b t t i, b t hành, tiêu b t, b t paprika và nhi u mùi khác nhau đ sau cùng cho ra m t h ng v đ c bi t cho m i th ng hi u. Các ph gia n y cũng nh cân l ng c a chúng trong khi pha tr n là m t bí m t cho m i công ty. Tùy theo hình đ ng c a khoai nhúng đ u, chúng có tên khác nhau nh : khoai c t đ y (thick cut), khoai dây giày (shoestring) , khoai qu n (curly) v.v...

Tuy các ph gia đ ph n vào vi c gây ra h ng v đ c bi t cho t ng công ty, nh ng y u t đ u x đ ng (xem bài vi t Th c ăn chay: Đ u ăn trong maithanhtruyet. blogspot. com) trong vi c

## Kinh Nghi “Thức Ăn Nhanh”

T&#225;c Gi&#7843;: Mai Thanh Truyt  
Th&#7913; Ba, 16 Th&#225;ng 3 N&#259;m 2010 13:03

---

rau khoai là một yếu tố quy định nên mang lại hương vị đặc biệt cho khoai. Và chỉ hai yếu tố trên cũng mang lại nguy cơ ảnh hưởng lên sức khỏe của người tiêu dùng, đặc biệt là trẻ em và người già tuối đi vì đã sử dụng các thức ăn trẻ em có French Fries hay Chips trong thức ăn của nhà trẻ.

Trước năm 1990, Cty Mc Donalds dùng hơn nửa phần dầu gồm 7% dầu thực vật bông cải và 93% dầu trích từ các mô mỡ của bò (beef tallow); do đó, trong French Fries của Cty này chứa rất nhiều chất béo bão hòa của bò, nhiều hơn nửa chất béo trong chính món hamburger bò.

Vì vậy, Mc Donalds bắt đầu trích rất nhiều trên toàn quốc qua cung cách rau khoai nhúng dầu trên. Nhưng kể từ năm 1990 trở đi, Cty đã chuyển hẳn và dùng toàn dầu thực vật.

Nhưng vấn đề nảy sinh từ đây là làm thế nào để giữ được hương vị của khoai giống như trong thời gian dùng dầu mỡ bò! Do cần phải có hương vị đúng hương vị như đã quen thuộc kia là “hương vị tự nhiên” (natural flavor), Mc Donalds phải thêm một số phụ gia khác nữa để không làm thay đổi mùi vị khi thay thế dầu mỡ bò.

Chất phụ gia để thêm vào cho mỡ của cty là một bí mật, cho nên kinh nghiệm tạo mùi vị và màu khác nhau là một kinh nghiệm có thể hương vị cao trong kinh nghiệm thức ăn nhanh. Cty International Flavors & Fragrances (IFF) ở New Jersey là một cty sản xuất hương liệu lớn nhất thế giới. Do tính cách bí mật của hương vị, cho nên chỉ có cấp lãnh đạo của công ty mới có thể biết được tất cả giai đoạn để hương vị hợp một mùi vị đặc biệt do cty đặt hàng mà thôi.

Cty IFF sản xuất để một hương liệu cho thức phẩm, mang lại hương vị cho Hoa Kỳ lên đến 1,4 tỷ Mỹ kim hàng năm, gồm hương liệu cho bánh mì, khoai tây chiên, các loại bánh ăn giòn (cracker), ngũ cốc ăn sáng (cereal), thậm chí hương vị đặc biệt cho thức ăn chó, mèo nữa. IFF còn làm mùi đặc biệt cho cà phê, các loại bánh ngọt cookies, đèn sáp (nến), kem đánh răng, nước súc miệng, các dụng cụ dùng cho vệ sinh cá nhân như dầu gội đầu, thuốc giặt, thuốc rửa chén, hóa chất khử mùi (deodorant).

Trong kinh nghiệm nước giải khát như nước trà, trái cây, nước có hơi carbonic, sữa đậu nành, bia, các loại rượu (liquors) từ ngũ cốc v.v... cũng có sự hiện diện của Cty IFF. Nên nhớ, Cty IFF cũng là tác giả của một số hương liệu nổi tiếng trên thế giới là Estée Lander’s Beautiful, Clinique’s Happy, Lancôme’s Trésor, và Calvin Klein’s Eternity.

Trong loại các mùi cho thêm vào trong French Fries, chính hương vị này sẽ tạo ra hương vị đặc biệt cho hương thức ăn để có vị ngọt, vị chua, vị đắng, vị mặn, và vị tạo ra mùi tự nhiên của các mô thực vật (astringent). Và còn có một mùi đặc biệt nữa là mùi umami do các nghiên cứu gia người Nhật khám phá ra. Mùi này cho chúng ta có cảm giác ăn một thức ăn giàu protein và amino acid như nấm, sò, hàu, và các loại rong biển.

## Kinh Nghi “Thức Ăn Nhanh”

T&#225;c Gi&#7843;: Mai Thanh Truy t  
Th&#7913; Ba, 16 Th&#225;ng 3 N&#259;m 2010 13:03

---

### Ngũn gũc cũ a bũp trong thũc ăn nhanh

Ngoài mũt sũ nguy cũ vũ thũc ăn nhanh cũ trên, chúng ta cũn phũ i tìm hiũ u thêm vào phũn thũt gà hay thũt bò là thành phũn chính trong thũc ăn nhanh. Theo mũt nghiũn cũ u gũn đây cũ a Đũ i hũc Hawaii, TS Hope Jahren đã thũc hiũn mũt cũũc nghiũn cũ u sũu rũng vũ sũ liên quan giũ a hai thành phũn thũt trên và bũp.

Viũc trũng bũp trên mũnh đũt Hoa Kũ nũ y đã tũng bũ chũ trũch là không theo quy đũnh quũn lý môi trũng và đây là mũt sũ khai thác không bũn vũng, nghĩa là viũc trũng tũ a đũi hũ i quá nhiũ u năng lũũng so vũ i mũc lũ i ích cũ a thành phũm là bũp. Thêm nũ a, bũp đã đũũc chuyũn giũng pha trũn thêm nhiũ u hormone tăng trũũng, cùng sũ đũng quá nhiũ u phân bón và hoá chũt bũ o vũ thũc vũt.

TS Jahren đã phân tích Carbon và Nitrogen trong 500 mũu burger, fries, gà chiên. Bũp dùng đũ nuôi bò hay gà đũũc ghi đũ u đũng vũ cũ a carbon nhũm mũc đũch nhũn đũũn đũũc trong phân tích. Nitrogen trong phân bón và thuũc bũ o vũ thũc vũt cũng đũũc đũnh đũ u đũng vũ nhũ carbon.

Trong vòng hai năm nghiũn cũ u trên các tiũm Mac Donald’s, Burger King, và Wendy ũ Los Angeles, San Francisco, Detroit, Denver, Boston, và Baltimore, cũt quũ thu lũũm đũũc là 100% thũt gà và 93% thũt bò đũ u chũ a bũp đã đũũc ghi đũ u trong các tũ bào, cũng nhũ sũ hiũn đũũn cũ a Nitrogen tũ phân bón.

Các khám phá trên cho thũ y nguy cũ bũ nhiũ m đũc lâu dài do nhũng yũ u tũ đũc hũ i đũũn tũ viũc chũn nuôi và cung cách nũ u nũũc cũ a thũc ăn nhanh.

### ũnh hũũng cũ a mùi lên thũi quen ăn uũng

Hũ thũng thũn kinh khũ u giũc (olfactive system) cũ a con ngũũ i bũ kích thích khi cũ mũt mùi lũ qua hũũng vũ cũ a thũc ăn (hay nũũc hoa, hay mùi hũũng đũc biũt cũ a mũ i ngũũ i). Các hũũng vũ đũ là do hũ i bũc ra sau khi chúng ta cho thũc ăn vào miũng, và hũũng vũ nũ y đũ phũn đũn 90% trong mùi cũ a thũc ăn.

Khi chúng ta ăn uũng, mút cà rem, hay nhai cũ o, mùi hũũng thoát ra tũ mũ i đũng tác. Cũ u tũ o cũ a các mùi nũ y là nhũng chũt hũ u cũ nhũ, chúng bay ra tũ miũng, lên đũũn mũi, hay thoát ra tũ đũc vũng cũ a miũng (khi ũ ra). Mùi nũ y kích thích tũ bào biũ u bì thũn kinh khũ u giũc cũ tên là olfactive epithelium, nũm đũũ i mũi gũn mũt chúng ta. Ngay sau đũ, óc sũ tiũp nhũn nhũng tín hiũ u phũc tũ p tũ lũũ i và mũi; tũ đũ cho chúng ta biũt cũ phũ i là mùi vũ mà chúng ta muũn ăn hay không?

Mũt món ăn đũũc gũ i là thích khũ u thũũng thũũng đũũc xác đũnh tũ nhũng năm đũ u trong đũ i sũng cũ a con ngũũ i. Tũ đũ, con ngũũ i cũ thũ xác đũnh đũũc cá tính và cung cách hũ i nhũp vào xũ hũ i khi lũn lên, sau khi tiũp nhũn nhũng hũũng vũ khác nhau cũ a thũc phũm ũ nhũng giai

đoàn khác của đội sinh.

Thông thường trẻ con thích ngọt và không chấp nhận các vị đắng. Lên lên một chút, các em thích thức ăn nóng và cay, tùy thuộc vào cha mẹ hay những người cùng ăn trong gia đình. Bức của mẹ người trong chúng ta có những phần hoàn toàn không giống nhau trước cùng một mùi. Mùi thích hợp cho người này có thể gây đắng cho người khác và ngược lại. Số của mẹ nhận vị mùi rất phức tạp do nhiều yếu tố tâm lý và môi trường bên ngoài. (Chính vì vậy mẹ có những mùi đặc biệt từ ra từ người khác và người khác, từ đó đưa đến việc phân biệt thành vị chính, phân biệt không các bạn?)

Có những mùi hương làm chúng ta nhớ mãi, nhớ là khi đến tuổi trưởng thành. Do đó, trong kinh nghiệm thức ăn nhanh như fast food, mùi hương của đồ ăn nhanh khách lạ, vì, người trưởng thành hành, một khi đã trở thành thói quen, họ sẽ khó thay đổi đi qua các tiệm ăn khác. (Có thể hiểu này đúng với kinh nghiệm ăn uống, những người không đúng với phái nam. Vì bản chất của đa số phái nam là thích mùi hương lạ (?), từ đó đưa đến “của” là chẳng? Thích ăn Phở hơn ăn Cơm?). Một thí dụ là, khi còn nhỏ, các em được cha mẹ thưởng cho ăn Happy Meals của McDonalds. Hiểu này có nghĩa là (không phải tùy tiện) khi lên, các em này sẽ thưởng xuyên đi đến McDonalds. Trung bình một người Mỹ ăn bốn túi khoai nướng trong một tuần.

Cũng cần nên nói thêm là kinh nghiệm tạo mùi là một công nghệ sinh hóa cao cấp. Số hương hợp và cân bằng có thể được tính đến một phần từ của nhiều hóa chất hợp lại. Thí dụ như mùi dâu (strawberry) là mùi hương của trên 350 hóa chất xuất hiện cùng một lúc qua khứu giác của chúng ta. Do đó, kinh nghiệm này cũng cần có những người ngửi mùi đặc biệt gọi là flavorist để thử các mùi và hương phòng thí nghiệm xem có giống như mùi “tự nhiên” không. Từ đó mới có những danh xưng như “mũi một triệu” (million-dollar nose) trong việc thử mùi rượu chất. Tóm lại, chúng ta sẽ không ngạc nhiên khi thấy gà Mc Nuggets của McDonalds có mùi bò, cũng giống như sandwich gà của Wendy. Trong lúc đó mùi của gà của Burger King lại có mùi khói tự nhiên (natural smoke flavor).

### Ảnh hưởng lên sức khỏe của thức ăn nhanh

Như đã nói phần trên, việc chuyển biến và nhận những thức ăn trong các nhà hàng ăn nhanh hoàn toàn khác với cung cách nấu nướng của một nhà hàng thông thường. Nguyên liệu nấu nướng có thể là những nguyên liệu có thể đã được trữ trong phòng lạnh nhiều tháng trước đó. Việc pha chế đòi hỏi phải có thêm các phụ gia hay hương liệu phức tạp. Do đó, dù muộn dù không, một khi tiêu thụ những thức ăn này thưởng xuyên trong một thời gian dài, sức khỏe của người tiêu dùng có thể biến đổi những trong một thời gian dài sau đó.

Đi v i khoai chiên, có ch a nhi u ch t béo b o hòa đ i đ ng “trans” s làm tăng nguy c c a các b nh v tim m ch nhi u u l n h n so v i nh ng ng i ít ă fast food. Bác sĩ Walter Willert, Đ i h c Harvard đã c l ng hi n t ng ă th c ă fast food là nguyên nhân c a trên 30 ngàn tr em ch t thi u th ng (premature death) hàng năm.

Dĩ nhiên, m t s th c ă ch i khác cũng ch a ch t béo b o hòa nh khoai lát mỏng, các lo i bánh n ng (cookies), nh ng h u h t các nhà nghiên c u cùng đ a đ n m t k t lu n đ ng thu n là khoai tây nhúng đ u đã chuy n t i l ng ch t béo b o hòa vào c th nhi u nh t so v i các th c ă khác.

Vào cu i tháng sáu, 2002, C quan Y t Th gi i (WHO) đã tri u t t m t phiên h p kh n c p đ xem l i m c nh h ng lên s c kh e c a nh ng lo i th c ă nhanh nh khoai tây nhúng đ u, khoai lát mỏng, và m t s th c ă nhúng đ u hay n ng. Hai th c ă đ u tiên là hai món ă căn b n trong th c đ n c a các em h c sinh ti u h c. Theo các nhà dinh đ ng, th c ă trên cung c p r t nhi u ch t béo nh ng không t o ra năng l ng cho c th (calories).

Đ ng nh ai cũng thông hi u nh ng đ i u k trên, nh ng câu chuy n ă u ng cũng gi ng nh “câu chuy n th ng ngày huy n”, nghĩa là, bi t đ mà bi t, nh ng v n ti p t c ă và cho con cái ă nh th ng l vì đ m t thì gi n u n ng. Trong các h c khu tr ng h c ch ng h n, nhà tr ng v n ti p t c đ nhà th u cung c p th c ă ch ng nh ng không b đ ng mà còn đ c h i cho tr em.

Cũng nh h u nh m i ng i đ u bi t, đ u trong khi n u sôi, m t s phân t đ u đã bi n th và chuy n hóa thành hóa ch t acrylamide, m t hóa ch t đã đ c EPA ch ng minh là nguyên nhân gây nguy h i cho chu i DNA, nh h ng lên s sinh s n (có th t o ra đ t b m sinh) và nguy c gây ung th . Ch t n y hoàn toàn b c m hi n di n trong n c u ng, nh ng C quan Qu n Lý Th c ph m và Đ c ph m (FDA) v n không đ a ra gi i h n n ng đ c a hóa ch t trên trong th c ph m. Theo nhi u k t qu nghiên c u, acrylamide hi n di n trong khoai chiên có hàm l ng cao g p 500 l n h n đ nh m c cho phép c a hóa ch t n y có trong n c u ng.

Theo th ng kê, 30% trên t ng s b nh ung th là k t qu c a thói quen ă u ng hàng ngày. Có th acrylamide là tác nhân chính c a nh ng ch ng b nh ung th n y. Cũng t i h i ngh kh n c p c a LHQ v a nêu trên, các nhà nghiên c u c a phái đoàn Th y Đ i n, Na Uy, Anh, Đ c, và Hoa K đ u đ a ra nh ng nh t xét t ng t . H i đ ng cũng khuy n cáo r ng các nhà khoa h c c n nghiên c u thêm v nguy c c a hóa ch t acrylamide, m t chuy n hóa ch t trong đ u n u sôi, cũng nh nghiên c u thâm sâu và đ nh l ng m m móng ung th c a hóa ch t đó.

Đ ng th i, H i đ ng WHO cũng khuy n cáo các nhà s n xu t th c ă nhanh, đ c bi t là các th c ph m đ c ch bi n t ph ng pháp nhúng trong đ u sôi c n ph i c i t quy trình s n xu t đ h n ch s hi n di n c a acrylamide trong th c ă.

## Kinh Nghi “Thực Ăn Nhanh”

T&#225;c Gi&#7843;: Mai Thanh Truy&t  
Th&#7913; Ba, 16 Th&#225;ng 3 N&#259;m 2010 13:03

---

Qua nh&ng thông tin v&a k& trên, ng& i vi&t h&y v&ng t& đó, m&i ng& i trong chúng ta t& rút ra đ& c k&t lu&n trong vi&c ăn u&ng cho chính mình và nh&ng ng& i thân trong gia đ&nh, ngõ h&u có đ& c m&t c& th& không v&ng b&n nh&ng b&nh th&ng x&y ra cho tu&i già nh& cholesterol cao, áp huy&t cao, l&ng đ&ng trong máu cao có th& đ&a đ&n nh&ng ch&ng b&nh làm cho chúng ta đ& s&ng đ& ch&t trong nh&ng ngày cu&i c&a cu&c đ&i, và nh&t là không làm phi&n con cháu trong th&i gian còn l&i n&y.