KHOA HỌC VÀ ĐỜI SỐNG

RAU RĂM, RAU CẢI

Võ Quang Yến*

Rau răm đất cứng dễ bứng khó trồng
Dẫu thương cho lắm cũng chừng người ta.
Ca dao

Một câu hát dân gian miền Nam về cây cải và rau răm nghe đã lâu, gần đây tôi mới được đọc một cách giải thích của hai tác giả Đinh Phong(5) và Nguyễn Phúc Liên Kỳ,(4) tóm lượt như sau:

Vào năm 1783 sau khi mất Gia Định lần thứ ba, Nguyễn Vương phải chạy ra đảo Phú Quốc. Nhưng lại bị thua trận, Nguyễn Vương phải trốn ở vùng đảo Côn Lôn. Ông lại thua tiếp một trận lớn khác ở vùng này, may mà vẫn thoát nguy và trốn lại được ở đây. Trong tình thế tuyệt vọng đó, Nguyễn Vương đã liên lạc được với Giám mục Bá Đa Lộc và đi đến quyết định cầu viện nước Pháp. Giám mục Bá Đa Lộc yêu cầu cho một hoàng tử đi theo phái đoàn cầu viện để cho việc thương thuyết dễ dàng hơn. Nguyễn Vương chọn hoàng tử Hiệp (sáu tuổi), con duy nhất của bà thứ phi Phi Yến. Bà Phi Yến cực lực phản đối ý định cầu viện người Pháp: "Việc đánh nhau với Tây Sơn là chuyện trong nhà, chúa công không nên nhờ vả ngoại bang. Nếu thắng Tây Sơn cũng chẳng vẻ vang gì mà còn nhiều điều rối rắm về sau".(5) Bà Phi Yến, sau việc năn nỉ cho con đừng đi không kết quả, có tiếng cãi lời Nguyễn Vương. Ông ra lệnh giam bà trong hang núi ở một đảo nhỏ khác. Hoàng tử Hiệp khóc và cũng không chịu tuân lệnh đi theo phái đoàn. Trong lúc ấy quân Tây Sơn đang vây vùng này và đang truy lùng Nguyễn Vương. Ông ra lệnh quăng hoàng tử Hiệp xuống biển và thoát chạy. Sau khi tìm được nơi trú ẩn an toàn, ông cho hoàng tử Cảnh, người con của bà nguyên phi (sau này được tôn làm Cao Hoàng hậu Tống Thị) theo Giám mục Bá Đa Lộc đi Tây. Năm 1793, ở tuổi 13, Cảnh được lập làm Đông cung Thái tử nhưng ông rủi ro chết vì bệnh đậu mùa khi lên 21 tuổi, một năm trước khi cha mình toàn thắng và lên ngôi hoàng đế. Sau khi vua Minh Mạng lên ngôi, nhân chuyện lộn xộn trong cung cấm, con cháu Đông cung Cảnh bị gạch tên trong sổ hoàng tộc, đồng thời bị giáng làm thứ dân,(**) để lại một hậu duệ khá nổi tiếng là Kỳ Ngoại hầu Cường Để, cháu 6 đời của vua Gia Long.

---

* Sceaux, Pháp.

** Theo *Nguyễn Phúc tộc thế phả*, Thừa Thiên Cao Hoàng Hậu Tống Thị Lan sinh được 2 người con, trưởng là Nguyễn Phúc Chiêu (mất sớm), con thứ là Nguyễn Phúc Cảnh (1780-1801). Đông cung Cảnh có 2 con trai, trưởng là Nguyễn Phúc Mỹ Đường, thứ là Nguyễn Phúc Mỹ Thùy. Năm 1824 Mỹ Đường phạm lỗi nặng, bắt phải nộp ấn thụ giáng làm thứ dân. Con của Mỹ Đường là Lệ Chung vẫn được giữ lại trong Hoàng tộc và đến đời Tự Đức được phong Cẩm Hóa quận công. BBT.

Hoàng tử Hiệp có biệt danh là ông *Hoàng Cải* và bà Phi Yến có biệt danh là bà *Phi Răm*. Theo một dị bản thì không có tên Hiệp, hoàng tử Hiệp chính là hoàng tử Cải; hai hoàng tử Cải và Cảnh chơi rất thân với nhau, khi vua chọn Cảnh đi theo phái đoàn, Cải buồn rầu khóc lóc, Nguyễn Vương tức giận nghĩ Cải dám ngăn cản ý định của mình nên cho quăng Cải xuống sông![3] Có tác giả cho rằng Răm là tên con sông chảy vào hạ lưu sông Tiền Giang rồi có câu ca dao được sáng tác để đời, khéo "vật hóa" hoàng tử Cải là "cây cải" (câu trên) để đối rất chỉnh với "rau răm" (câu dưới - một địa điểm lịch sử "mồ chôn xác giặc").[7] Dân chúng vớt xác ông Hoàng Cải và chôn cất, xây mộ đàng hoàng và gọi ngôi mộ ông Hoàng Cải là Mả Cậu. Về phần bà Phi Yến, sau khi bị Nguyễn Vương giam vào một hang sâu ở phía nam Côn Đảo, dân địa phương cất nhà cho bà cư trú ở xóm An Hải vùng Cỏ Ống. Bà đã sống một đời đau khổ vì mất con trong khi trông chờ sự trở về của Nguyễn Vương.

Vì câu chuyện trên, sau khi bà chết, dân chúng đã đặt ra hai câu hát:

Ầu ơ...
Gió đưa cây cải về trời,
Rau răm ở lại chịu lời (đời ?) đắng cay.

Cái chết của bà Phi Yến lại là một chuyện thương tâm khác. Sau này, trong một đêm, sau buổi lễ cúng đình, một tên cường hào vào chỗ ngủ tạm của bà định cưỡng hiếp. Hắn ta chỉ nắm trúng một tay của bà. Bà chống cự, dân làng bắt được tên đó. Sáng hôm sau, sau khi cảm ơn dân chúng đã cứu mình, trước mặt dân làng, bà dùng dao chặt cánh tay đã bị tên vô lại vấy bẩn đêm qua; và để tỏ lòng trong sạch cao quý của một hoàng phi, bà đã rút cây trâm cài đầu mà Nguyễn Vương tặng năm xưa đâm vào cổ tự sát. Dân chúng địa phương chôn cất bà bên cạnh Mả Cậu, và họ thờ cúng bà ở An Sơn Miếu, thuộc đảo Côn Lôn Nhỏ, nơi bà bị giam giữ khi xưa, ngày giỗ vào ngày 18 tháng 10 âm lịch hàng năm. Do đó, đảo Côn Lôn Nhỏ nay có tên là Hòn Bà.

Đây là một truyền thuyết, tất nhiên có nhiều dị bản, thêm thắt ít nhiều. Gần đây, tác giả Đinh Văn Hạnh[6] bỏ công sưu tầm thì không thấy bà Phi Yến, tên thật Lê Thị Răm, sinh hoàng tử Cải, trong lịch sử cũng như trong *Nguyễn Phúc tộc thế phả*. Ông cũng nghi ngờ sự kiện chúa Nguyễn Ánh có thuyền bè, binh lực để vượt biển ra Côn Lôn/Côn Đảo; có thể đó là đảo Cổ Long (chuyển chữ Koh Kong) nằm phía biển Campuchia.[*] Còn An Sơn Miếu với bức hoành phi sơn son thếp vàng, những câu đối ca ngợi đức bà có thể là nơi thờ Bà Chúa Tiên, hoặc Bà Chúa Ngọc là vị thần bảo trợ dân cư miền biển và hải đảo, hay là đền thờ Thủy Long Thánh Phi, một nữ thần sông nước, có hai người con là Cậu và Bà Cậu... Dù sao, câu hát luôn còn đó, thể hiện một di sản văn hóa phi vật thể, gắn với ngôi đền, một di sản văn hóa vật thể: một căn cứ để được xếp hạng trong quần thể di tích lịch sử cách mạng nhà tù Côn Đảo!

---

* Xin tham khảo thêm bài: "Năm 1783 Nguyễn Ánh có chạy ra Côn Đảo hay không?" của tác giả Nguyễn Đắc Xuân, tạp chí *Nghiên cứu và Phát triển*, số 3 (74). 2009. BBT.

Hoa cải (*Nguồn*: VQY)

Rau cải còn được gọi cải dưa, cải canh,[1] bẹ xanh,[2] từ 1859 mang tên khoa học *Brassica juncea* (L.) Czern. (có khi thêm Coss.[7]), thuộc họ Chữ thập[1] hay Thập tự[2] Cruciferae hay Brassicaceae. Rau cải cũng còn mang tên *Sinapsis juncea* L., nên giới tử tức là hạt phơi hay sấy khô lấy từ trái chín được gọi *Sinapsis* hay *Semen sinapsis*: hắc giới tử lấy từ *Brassica nigra*, bạch giới tử từ *Brassica alba*, vân đài tử từ *Brassica campestris*. Nguồn gốc Trung Á và Đông Á, người Tàu thường gọi rau cải là zhacai,[14] người Nhật takana,[11] còn Anh Mỹ thì có tên mustard[10,15] tức là moutarde của Pháp, nổi tiếng với nhãn hiệu gia vị Moutarde de Dijon[8] trong một số các mù tạt khác. Thật ra, mù tạt này được chế biến nhiều hơn từ cây *Brassica nigra* hay *Sinapsis nigra* ứng dụng tinh dầu allyl sevenol. Trong thế chiến thứ hai, và gần đây trong cuộc xung đột Iran-Irak, người ta có sử dụng một loại khí tác chiến cốt yếu là dichlorethyl sulfid, tác dụng lên mặt da, màng mắt, xơ phổi, tủy xương gây nốt phỏng, chấn thương, ngạt thở, hen suyễn, viêm phế quản, suy thoái xương dẫn tới tử vong, mang tên ypérite (từ tên thành phố Ypres, bên nước Bỉ, nơi bị nếm mùi đầu tiên), nhưng cũng còn nôm na được gọi khí mù tạt vì cho toát ra cùng một mùi hắc. Rau cải là một loài cỏ mọc một năm hay hai năm, có thể cao tới 1m hay 1m50. Lá phía dưới rãnh sâu, phiến lá lượn sóng, mép có răng cưa to thô, hoa mọc ở đầu cành hoặc kẽ lá, màu vàng, quả hình trụ, có mỏ ngắn, hạt hình cầu. Hạt khô không có mùi, vị như có dầu lúc đầu, nhưng sau có vị cay nóng, tán nhỏ với nước sẽ có tinh dầu mùi hắc xông lên.[1] Hoa màu vàng, họp thành cụm cuối ngọn. Có nhiều loại cải khác như cải bẹ trắng *B. chinensis* L., cải tùa sại *B. rapa* L., nhưng gần giống rau cải nhất là cải ngọt *B. integrifolia* (West.) O.B. Schultz, hoa vàng tươi, chỉ cao 0,5-1m.[2]

Mùi thơm của rau cải là do các chất dễ bốc hơi mà lại. Qua máy sắc ký khí, 41 chất đã được xác định trong cải zhacai Tứ Xuyên mà những chất chính là những nitril (buteno, phenylaceto, phenylpropiono), isothiocyanat (allyl, phenylethyl), benzen (allylmethoxy, propenyl) cùng methoxybenzofuran, dimethyltrisulfid.[14] Lá cải tanaka Nhật Bản *B. juncea integrifolia* thì cống hiến, ngoài 4 nitril, 8 isothiocyanat, 2 sulfid, 11 acid, 9 phenol, 8 este, 4 rượu, 2 carbonyl, 8 hydrocarbon.[11] Bên xứ ấy, dầu chiết xuất từ cải đem chưng, chứa 55 chất từ hột,[9] 34 chất từ lá, hoa, cành, rễ mà phần lớn là những isothiocyanat (allyl, butyl, butenyl, phenylethyl) trong hột, những nitril (phenyl, phenylpropio) trong hoa, lá, rễ. Dưới dạng dẫn xuất allyl (AITC),[13] nếu cho tác dụng isothiocyanat với hydrogen sulfid thì hỗn hợp AITC-SO_3 làm dịu mùi hắc của mù tạt.[15] Trong hột cải, những thành phần

erucic acid, tocopherol, glucosinolat thay đổi với khí hậu.[10] Những acid béo không bão hòa có nhiều trong hột cải ở Ai Cập dưới dạng methyl este bên cạnh bêta-amyrin và bêta-sitosterol. 15 acid amin phát hiện ở thể tự do trong lá cải Ấn Độ: alanin, arginin, aspartic acid, cystin, glutamic acid, histidin, isoleucin, leucin, lysin, prolin serin, threonin, tryptophan, tyrosin và valin hầu hết, trừ lysin, tìm ra được trong cơ thể con sâu *Lipaphis erysimi* ăn lá cải. Hột cải vàng ở Pháp, dùng để làm mù tạt, chứa nhiều lipid, protein, sinigrin, đường, ít thớ sợi, hemicellulôt và khoáng chất trong hột vàng so với hột nâu.[8]

Trái với estradiol độc hại cho tế bào, chất estramustin trong cải tác dụng lên sườn tế bào gây hỗn loạn trong cuộc phân giải những tế bào khối u ở tiền liệt tuyến[12] từ đấy có thể trở nên một liều thuốc. Như vậy cũng dễ hiểu thấy cây cải là thành phần những liều thuốc chữa trị ung thư đủ loại, từ phổi, gan, vú, xương qua dạ dày, thực quản, bạch cầu. Cây cải cũng có mặt trong nhiều thang thuốc được đăng ghi thành văn bằng sáng chế chữa trị những chứng như ho hen, hen suyễn, viêm phế quản, viêm mũi, viêm mạch, đau khớp, thấp khớp, đau lưng, đau kinh, đau đầu, khó ngủ, chóng mặt, bệnh trĩ. Cây cải còn là một chất giảm đau có hiệu lực nên được cho vào thuốc xoa bóp bên ngoài không gây phụ thuộc, chịu bất cứ thuốc nào khác. Ngoài ra, giới tử, tức là hạt cây cải phơi hay sấy khô, còn có khả năng chống hói đầu nên được cho vào liều thuốc xức hay uống làm tóc chóng mọc.[17] Sau cùng, hỗn hợp với những cây thuốc khác như ngải cứu *Artemisia vulgaris*, đinh hương *Eugenia caryophyllata*, viễn chí *Polygala tenuifolia*, bách diệp *Thuja orientalis*, táo nhân *Ziziphus jujuba*..., trong glycerol và xi-rô tinh bột, cây cải được quấn làm điếu thuốc hay xì gà không nicotin qua một văn bằng sáng chế Hàn Quốc.[16] Ở nước ta, giới tử được dùng làm thuốc chữa ho, viêm khí quản, ra mồ hôi, dùng ngoài dưới dạng cao dán, trị đau dây thần kinh, ngày uống 3-6g, dưới dạng thuốc sắc, thuốc bột.[1]

Cây rau răm (*Nguồn*: Internet)

Rau răm còn được gọi thủy liễu, mang tên khoa học *Polygonum odoratum* Lour., sau nầy còn mang tên *Persicaria odorata,*[26] thuộc họ Rau răm[1] hay họ Răm[2] Polygonaceae, thường hay bị lầm tên với *Polygonatum odoratum* là cây ngọc trúc thuộc họ Hành tỏi Liliaceae. Rất được thông dụng trong các món ăn ở Á Đông, nó được gọi Daun Laksa bên Mã Lai, Pak paw bên Thái Lan[23] hay Sojak.[26] Còn

người Mỹ, từ ngày thấy người Việt và người Hmông sử dụng nhiều loại rau này[22] thì cũng để ý đến và thường gọi rau răm là bạc hà (mint) hay ngò (coriander) Việt Nam.[23, 26] Rau răm sống hàng năm, toàn thân, rễ và lá vỏ đều có mùi thơm đặc biệt dễ chịu. Thân mọc bò, từ mỗi đốt mọc ra rất nhiều rễ, có từng phần thân mọc thẳng đứng lên cao chừng 35-40cm. Lá đơn mọc so le, bẹ chìa ngắn, trên mặt có những gân chạy song song. Hoa hường dợt[2] mọc thành bông hẹp, gầy, đơn độc hoặc xếp đôi hay thành chùm có ít nhánh. Quả nhỏ, ba cạnh, hai đầu nhọn, bóng nhẵn.[1]

Cống hiến mùi vị rau răm là những aldehyd trong thân cây, đặc biệt hexanal, decanal, undecanal, dodecanal, sulfanylhexanal, polygodial và những chất rượu như hexenol, sulfanylhexenol.[26] Ở Trung tâm Khảo cứu Vân Nam, 52 chất đã được xác định, nhiều nhất là decanal, dodecanal, dodecanol bên cạnh decen, benzen, decanol, caryophyllen oxid.[25] Những thành phần trong rau răm miền nam nước Úc cũng tương tự (%): decanal (27,73), dodecanal (44,05), decanol (10,88).[19] Dùng sắc phân ký khí phối hợp với phối ký, những nhà khảo cứu ở Trung tâm Giáo dục và Phát triển Sắc phân ký Hà Nội đã rà ra được 50 hợp chất và xác định được 28, nhiều nhất là (%): bêta-caryophyllen (36,5), dodecanal (11,4) và caryophyllen oxid (8,2).[18] Bên phần những nhà khảo cứu Hoa Kỳ ở Viện Đại học Illinois, nhân tìm kiếm những hương vị tương tự mùi thơm của cây ngò (cilantro, *Coriandrum sativum*), đã xác định ra trong rau răm, mà họ gọi là cây ngò Việt Nam, dodecanal và những alkanal nhưng không tìm ra những alkenal như dodecenal thấy trong cây ngò.[23] Ở Viện Đại học California thì họ đã tìm ra được những khoáng chất Ca, Mg, Mn.[22] Như cây dền (amaranth), hột mè trắng hoặc đen, rau răm ở Thái Lan chứa khoáng chất Ca (2-7%) ít thấm tách với một mức oxalat khá cao (680-2.620mg/100g), mức oxalat này có thể giới hạn sự hấp thu Ca của cây rau trong thức ăn.[24]

Từ rễ rau răm, nhiều chất homoisoflavonoid đã được chiết xuất, làm ròng và xác định cấu tạo. Chất dihydro hydroxyphenolmethyl dihydroxy methyl methoxy benzopyranon được dùng để phòng ngừa và chữa trị ung thư tế bào nhờ có khả năng gây ra trong tế bào phản ứng bcl-2 photpho hóa với những hiệu ứng của paclitaxel là một tác nhân điều trị hóa học đã từng được biết.[20] Nhóm khảo cứu ở Viện Đại học Rutgers ở New Brunswick, tác giả văn bằng sáng chế vừa thấy, còn khảo cứu trên hai chất dihydro hydroxyphenylmethyl dihydroxy methyl methoxy benzopyranon và hydroxyphenylmethyl dihydroxy dimethyl benzopyranon chiết xuất từ rễ rau răm. Khác nhau chút ít trong cấu tạo, chỉ chất thứ nhì có hiệu nghiệm trên tế bào vú và tiền liệt tuyến.[21] Mức bcl-2 photpho hóa tế bào chỉ định độ hiệu nghiệm của thuốc muốn thử. Kết quả cuộc khảo cứu nầy là một tiến bộ trong một ngành khảo cứu mới về "hiện tượng chết của các tế bào theo chương trình" hay "cuộc tự vẫn của tế bào" apoptose, từ danh từ Hy Lạp apoptosis (apo = xa, ptosis = rơi) trong một bài thơ tả lá rụng mùa thu. Hiện tượng này rất quan trọng vì nó giữ thế cân bằng thường xuyên với việc nảy nở tế bào, từ đấy rất cần thiết cho cuộc sống còn của

những cơ thể đa bào. Bên ta, hoặc ở Campuchia, trong dân gian, rau răm được dùng làm thuốc thông tiểu, chữa sốt, chống nôn, kích thích tiêu hóa, kém ăn, giảm cơn bốc dục, chữa rắn cắn. Thường rau răm được giã nát vắt lấy nước uống, bã đắp vào nơi rắn cắn.(1) Riêng phần tôi, nghe nói rau răm là nghĩ tới món trứng vịt lộn độc đáo, ngon lành đánh dấu cả thời trẻ nơi quê nhà.

Xô thành, mùa xuân 2012

V Q Y

TÀI LIỆU THAM KHẢO

1. Đỗ Tất Lợi, *Những cây thuốc và vị thuốc Việt Nam*, Nxb Khoa học và Kỹ thuật, Hà Nội (1986), tr. 710-3.
2. Phạm Hoàng Hộ, *Cây cỏ Việt Nam*, Mekong ấn quán, Santa Ana (1991), I 761, I 940.
3. Hứa Hoành, "Năm con dê, nói chuyện thê thiếp của các vua nhà Nguyễn", *Phụ nữ diễn đàn* 84, Xuân Tân Mùi (1991).
4. Nguyễn Hữu Phước, "Chúa Nguyễn Ánh và Bến Tre", tuyển tập *Nhớ Huế*, Westminster, 17 (2006), tr. 99-105, dẫn Nguyễn Phúc Liên Kỳ, *Chúa Nguyễn Phúc Ánh và mối tình trung trinh đất Côn Đảo* (2004).
5. Đinh Phong, "Phi Yến, người yêu nước đầu tiên nằm trên Côn Đảo", *Nhớ Huế* 35, *Đêm Hoàng Cung*, Nxb Trẻ (2007), tr. 91-2.
6. Đinh Văn Hạnh, "Miếu Bà ở Côn Đảo thờ ai?", *www.vannghesongcuulong.org*, 27/01/2008.
7. Nguyễn Hữu Hiệp, "Gió đưa cây cải về trời", *www.baocantho.com.vn*, 23/10/2010.

Tài liệu về rau cải (*Brassica juncea*)

8. G. Vangheesdaele, N. Fournier, **Chemical composition of Brassica juncea seeds used to prepare the mustard of Dijon (France)**, *Rev. Franc. Corps Gras,* (1) 27 (1980), pp. 15-22.
9. H. Kameoka, S. Hashimoto, **Constituents of steam volatile oils from seeds of various varieties of Brassicae of various districts**, *Nippon Nogei Kagaku Kaishi* (7) 54 (1980), pp. 535-9.
10. R. Marquard, **Changes of seed ingredients of the following types of mustard: Sinapsis alba, Brassica juncea and Brassica nigra under different climate variations in a phytotron**, *Fette, Seifen, Anstrichmittel* (2) 85 (1983), pp. 77-86.
11. Y. Uda, H. Ikawa, O. Ishibashi, Y. Maeda, **Studies on the flavor of salted cruciferous vegetables. I. Volatile constituents of processed Takana (Takana-Zuke) and their changes during cold storage**, *Nippon Shokuhin Kogyo Gakkaishi* (6) 31, (1984), pp. 371-8.
12. M.E. Stearns, K.D. Tew, T. Vincent, **Antimicrotubule effects of estramustine, an antiprostatic tumor drug**, *Cancer Res.*(8) 45 (1985), pp. 3.891-7.
13. S.J. Borghoff, L.S. Birnbaum, **Age-related changes in the metabolism and excretion of allyl isothiocyanate. A model compound for glutathione conjugaison**, *Drug Metab. Dispos.* (4) 14 (1986), pp. 417-22.
14. Z. Lin, Y. Hua, **A study of the volatile flavor constituents of Sichuan zhacai (Brassica juncea)**, *Zhiwu Xuebao* (3) 28 (1986), pp. 299-306.
15. K. Cejpek, J. Urban, J. Velisek, H. Hrabcova, **Effect of sulphite treatment on allyl isothiocyanate in mustard paste**, *Food Chem.* (1) 62 (1998), pp. 53-7.
16. O.S. Bae, **Alternative cigar/cigarette and method for preparing the same**, *Brit. UK Pat. Appl.* GB 2330515 (1999), 18 trang.
17. T. Li, **A chinese medicinal composition for treating alopecia and promoting hair growth**, *Faming Zhuanli Shenqing Gongkai Shuomingshu* CN 1927364 (2007).

Tài liệu về rau răm (*Polygonum odoratum*)

18. Nguyen Xuan Dung, Le Van Hac, P.A. Leclercq, **Volatile constituents of the aerial parts of Vietnamese Polygonum odoratum L.***, Cent. Edu.Dev. Chrom. EDC Vietnam, Hanoi* (3) 7 (1995), pp. 339-40.
19. M.V. Hunter, J.J. Brophy, B.J. Ralph, F.E. Bienvenu, **Composition of Polygonum odoratum Lour. from southern Australia***, J. Ess.Oil Res.*(5) 9 (1997), pp. 603-4.
20. R.T. Rosen, C.T. Ho, R.S. DiPaola, M. Rafi, G. Ghai, B.C. Vastano, **Polygonum odoratum extracts for prevention and treatment of cancer***, PCT Int. Appl.* WO 2001056580 (2001) 15 trang.
21. M.Rafi, B.C. Vastano, C.T. Ho, R.S. DiPaola, R.T. Rosen, **Bcl-2 phosphorylating molecule from Vietnamese coriander***, Abs. Pap. 223rd ACS Nat. Meet. Orlando USA* April 7-11 (2002).
22. J.L. Corlett, M.S. Clegg, C.L. Keen, L.E. Grivetti, **Mineral content of culinary and medicinal plants cultivated by Hmong refugees living in Sacramento California***, Int. J. Food Sci. Nutr.* (2) 5 (2002), pp. 117-28.
23. K.R. Cadwallader, S. Pojjanapimol, **Characteristic aroma components of the cilantro mimics***, Abs. Pap. 226rd ACS Nat. Meet. New York USA* September 7-11 (2003).
24. A. Kamchan, P. Puwastien, P.P. Sirichakwal, R. Kongkachuichai, **In vitro calcium biovailability of vegetables, legumes, and seeds***, J. Food. Comp. Anal.*(3-4) 17 (2004), pp. 311-20.
25. L. Zhou, T. Zhou, **Analysis of two samples of Polygonum odoratum Lour. produced in different places**, *Xiangliao Xiangjing Huazhuangpin* (3) (2005), pp. 5-7.
26. C. Starkenmann, L. Luca, Y. Niclass, E. Praz, D. Roguet, **Comparison of volatile constituents of Persicaria odorata (Lour.) Sojak (Polygonum odoratum Lour.) and Persicaria hydropiper L. Spach (Polygonum hydropiper L.)***, J. Agri. Food. Chem.*(8) 54 (2006), pp. 3.067-71.

TÓM TẮT

Tục truyền khi Nguyễn Vương nhờ Giám mục Bá Đa Lộc qua Pháp cầu viện đã chỉ định hoàng tử Hiệp, con của mình và thứ phi Phi Yến, đi theo. Thấy thứ phi không đồng ý, Nguyễn Vương ra lệnh giam bà trong một hang núi, quăng hoàng tử xuống biển và cho hoàng tử Cảnh đi thay. Hoàng tử Hiệp có biệt danh ông Hoàng Cải và bà thứ phi có biệt danh bà Phi Răm. Vì vậy trong dân gian có câu hát *Gió đưa cây cải về trời, rau răm ở lại chịu lời đắng cay*.

Cây cải là thành phần của nhiều liều thuốc chữa ung thư đủ loại, có mặt trong những thang thuốc xông chữa trị những chứng ho, hen suyễn, đau lưng, đau kinh, khó ngủ, chóng mặt, bệnh trĩ, nhiều loại viêm... Còn rau răm thì được dùng làm thuốc thông tiểu, chữa sốt, chống nôn, kích thích tiêu hóa, kém ăn, giảm cơn bốc dục, chữa rắn cắn... và là một loại rau thơm rất được ưa chuộng trong nhiều món ăn của người Á Đông.

ABSTRACT

VIETNAMESE CORIANDER AND MUSTARD

Legend has it that when Lord Nguyễn Ánh asked Bishop Pigneau de Behaine to travel back to France in order to seek reinforcements, he wanted Prince Hiệp, his young son with Royal Concubine Phi Yến, to go with the Bishop. Due to the opposition of the prince's mother, Nguyễn Ánh confined her in a cavern and, threw the prince into the river and replaced him by Crown Prince Cảnh. Because Prince Hiệp was nicknamed Prince Cải (Mustard) and his mother's real name was Răm (Coriander), there was a folk song expressing the fate of the mother and the son: *The wind carries the Mustard to the sky, leaving the Coriander alone to suffer bitter words*. Mustard is used as a composition in remedies treating various cancers, cough, bronchitis, arthropathy, haemorrhoids, relieving pain, etc...; meanwhile, coriander is used for diuretic, temperature, appetite stimulation, sexual desire decrease, curing snakebite, etc..., besides, it is very common in Asian cuisine.