

1. 多彩なベトナム料理 (Various cuisines in Vietnam)

ベトナム料理といえばフォー(Phở)、というのが日本人の一般的なイメージだろうか。そのイメージはあながち間違いでは無く、実際にハノイの街を歩くと数え切れないほどのフォー屋がある。しかし、フォーの他にもブン(Bún)、コム(Com)、バインセオ(Bánh xèo)など、ベトナムにはコメを原料とした料理が多いようである。コメ食に限らずフランス統治時代の影響もあって、フランスパンを使ったサンドイッチのバインミー(Bánh mì)の屋台もよく見かける。ベトナムに来る前にはフォーの印象しか無かったので、このように多彩な食文化があると知り感心した。東南アジアには料理に香辛料をふんだんに使う国が多く、辛い食べ物が大の苦手な筆者がベトナムへ行くことが決まった際にまず心配したのは食の味付けだった。予想に反してベトナム料理には辛い料理が少なく、辛さを好みで調整することがほとんどなので非常に食べやすいことが分かり安心したものだ。また、調味料としてよく使われているのか、スーパーに味の素が大量に陳列してあったことに大変驚いた。ベトナム人に聞いてみたところ、やはり頻繁に味の素を使う習慣があるようで、スーパーのほかにも、街の商店で小売りされておりベトナムではなじみ深い調味料となっているようだ。ベトナムの味の素は、キャッサバを原料として作られているとのことで、キャッサバが見えないところでベトナムの食卓に欠かせないものになっている。

(2016 年 10 月 14 日／高田亜由美)



フォーとコムラン(Com rang)。ベトナム料理はコメ食が基本。



スーパーの陳列棚に並ぶ大量の味の素。ベトナムでも一般的な調味料として使われている。



バインミーの屋台。何を挟むかを好みで注文し、その場で作ってもらう。