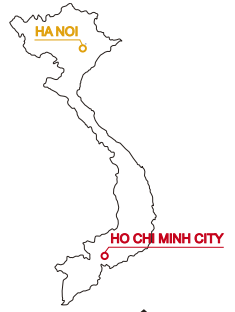




ハノイ/フォー・ボー Phở Bò



二都 麵類学 ベトナム

ベトナムの二大都市、北部ハノイと南部ホーチミン。何かと比較され、ライバル関係にあるようなこれら二つの都市は、気候、言葉、人、習慣が異なる。そして、「麵」においても独自の文化を持つ。ハノイのご存知フォーに対し、ホーチミンを代表するフーティウ。その起源から現在にいたるまでの歴史を辿り、さらに現地人が語る麵への愛着に耳を傾けてみると……ここに、ベトナム南北麵対決の火蓋が切って落とされる。

ホーチミン/フーティウ・ナムヴァン Hủ Tiếu Nam Vang



[取材・文] 田村崇史 時澤圭一
大久保民 Nhan Phuong
[写真] ハノイ/勝恵美
ホーチミン/井口和歌子

ハノイ

郷土料理？ フレンチ？ 国民食フォーの本場



もう一つの有力な説は、今から約100年前、フランス統治時代にナムディン省の繊維工場で働くフランス人の好みに合う料理として、つくられたというもの。牛肉と野菜を煮込んでスープをつくるフォーは、フランスの家庭料理ポトフの調理方法を受け継いでいるとされる。

牛肉を味わうための料理
フォーは牛肉を食べる料理といわれ、スープは牛ベース、具も牛肉の

れ、スープは牛ベース、具も牛肉のフォー・ポーターが定番。半生と十分に茹でた牛肉両方入りのフォー・ポーター・チキン(Phở Bò Tả Chín)が一番人気だ。フォーの種類もさまざま、50年代にはすでに、掟破りともいわれる鶏肉入りフォー・ガーが登場している。その後もビーフシチューにフォーを入れたようなフォー・ソットヴァン、牛肉と野菜のあんかけを載せたこつてり系フォー・アップチャオ(Phở Ấp Cháo)、さらにフォーを炒めて牛肉と野菜のあんかけを載せたフォー・サオテムといった変り種も出てきた。このようにフォーは、時代とともに変化し、人々の生活の中における位置も変ってきた。

フォーはハノイから南へ100キロほど下ったナムディン省が発祥の地とされる。しかし、どのように生まれたかについては諸説ある。一つは、同地で昔から親しまれていた麺料理のカイン・バインダー(Cánh Bành Dại)から生まれたという説。バインダーは米からつくる麺で、カニ、エビ、タニシなどと野菜をベースにしたスープと食べる。この「正月バージョン」として牛肉・牛骨を煮込んだのが、フォーの始まりという。

フォーの語源は、フランス語で炎を意味するフォー(Feu)といわれる。その昔、行商人がフォーを売り歩いていった。彼らが天秤棒で担ぐ調理火鉢、すなわち「炎の容器」という意味のフランス語コッフルフォー(Coffre Feu)、あるいは料理名のポトフ(Pot au Feu)がやがてフォーと呼ばれるようになったという。

フォーはもともと朝に食べられるもので、朝だけ営業する専門店が少なくない。だが、外国人旅行者が増えた影響か、今では1日中食べることもできる。最近では海外のファストフード店も進出し、外食の選択肢が増えてきた。だが、庶民的なフォー屋は、相変わらずにぎわっている。やはりハノイの人たちはフォーから離れられない。フォーはハノイを代表する食文化であり続けるのだろう。

フォーはフランス語？

ベトナム料理と聞いて、真っ先に思い浮かべるのが、フォーではないだろうか。確かにフォーはベトナム全土で食べられる国民食といえるのだが、本場は北部のハノイである。

フォーはハノイから南へ100キロほど下ったナムディン省が発祥の地とされる。しかし、どのように生まれたかについては諸説ある。一つは、同地で昔から親しまれていた麺料理のカイン・バインダー(Cánh Bành Dại)から生まれたという説。バインダーは米からつくる麺で、カニ、エビ、タニシなどと野菜をベースにしたスープと食べる。この「正月バージョン」として牛肉・牛骨を煮込んだのが、フォーの始まりという。

フォーの語源は、フランス語で炎を意味するフォー(Feu)といわれる。その昔、行商人がフォーを売り歩いていった。彼らが天秤棒で担ぐ調理火鉢、すなわち「炎の容器」という意味のフランス語コッフルフォー(Coffre Feu)、あるいは料理名のポトフ(Pot au Feu)がやがてフォーと呼ばれるようになったという。

フォーの語源は、フランス語で炎を意味するフォー(Feu)といわれる。その昔、行商人がフォーを売り歩いていった。彼らが天秤棒で担ぐ調理火鉢、すなわち「炎の容器」という意味のフランス語コッフルフォー(Coffre Feu)、あるいは料理名のポトフ(Pot au Feu)がやがてフォーと呼ばれるようになったという。



A フォー・ソットヴァン(Phở Sốt Vang) : とろけるような煮込み牛肉入りのフォー B フォーの製麺所。米を砕いて粉にし、水を加えて薄く延ばす。ふたをして数十秒蒸すとプルプルの生地に C フォー・サオテム(Phở Xào Mềm) : 炒めた麺に牛肉と野菜のあんかけを載せた汁なしフォー D 円形の生地を冷まし、長方形に切ってから製麺機にかけ細くする。生麺は日持ちしないため、製造当日に使い切る E 人気店では臨時屋外席も登場 F フォー・ガー(Phở Gà) : ベトナムの地鶏は美味。鶏肉入りあっさり味のフォーも人気



ホーチミン

中華の伝統を引き継ぐ フーティウ揺籃の地



中国発カンボジア経由の人気麵

ハノイがフォーなら、南部ホーチミンはフーティウ (Hu Tieu) である。国際的知名度はフォーに劣るが、ホーチミン在住日本人の間では、フーティウファンの方が多いのではないかと?

その理由は、麵のコシ、食感だ。フーティウもフォーも原料は米だが、蒸した麵の状態では調理されるフォーはコシがなく滑らかで、ツルリと食べるのがよいとされる。一方、フーティウは米の生地を完全には乾かさないうどんやラーメンなど、コシが強い麵に慣れている日本人にとっては、フーティウの方が親しみやすいと思うのだ。

フーティウのルーツは、中国広東省潮州地方の麵、粿條といわれ、潮州語あるいは広東語の貴グアイヲヤオをベトナム語読みにしたのが由来とされる。タイでクイティアオ、シンガポールやマレーシアでクイティアウとして、今も東南アジアでよく食べられている麵だ。17世紀後期、中国南部からベトナム南部へ移住してきた中国人によって広められたという。そのこ

ろは、クエティオウのような幅広の麵に豚骨スープ、具は豚肉のみというシンプルなものだったようだ。

ベトナムでのフーティウ発祥の地は定かではないが、ホーチミンの中華街・チョロン地区には、今も昔ながらの幅広麵を使った中華風フーティウを売る店が多い。フーティウの特長に矛盾するようだが、なぜか中華風フーティウには一般に生麵が使われてコシがなく、フォーのようだ。

後に中国人はカンボジアにフーティウを持ち込み、新しいフーティウが誕生する。麵は幅1ミリほどの細さでコシがあり、具は一般にエビ、豚の臓物、うずらの卵の3種類。これは、海〓湿生、陸〓胎生、空〓卵生の生命をいただくという意味が込められている。このフーティウは、今もカンボジアでクイティアウの名前で朝食のメニューとなっている。

1970年代、カンボジアのポル・ポト政権時代に中国人がこのフーティウをベトナムへ持ち込んだ。これがフーティウ・ナムヴァンと呼ばれるようになった。ナムヴァンとは、ベトナム語でカンボジアの首都プノンペンの意味。フーティウ・ナムヴァ

ンには中華風フーティウよりも人気があり、フーティウといえは一般にフーティウ・ナムヴァンのことを指すといつても過言ではない。

神出鬼没の夜鳴きフーティウ

フーティウは、現在約50種類あるという。その中でも、フーティウ麵と黄色い中華麵を混ぜたフーティウ・ミー、ビーフシチューにフーティウ麵を入れたフーティウ・ボーコー、汁なしのフーティウ・コー (Hu Tieu No Sauce)、野菜や海鮮と炒めたフーティウ・サオがポピュラーといえる。

ホーチミンには至るところにフーティウの屋台や食堂がある。ユニークなのは、フーティウ・ゴー (Hu Tieu Go) という出前専門店。夜、自転車に乗り、小さな木の棒を叩いてカチカチと音を鳴らしながらやってくる。注文すると別の場所にいる屋台から運んできてくれる。フーティウは通常2万ドン(約100円)はするが、フーティウ・ゴーは約5000ドンと安い。日本の夜鳴きそばのようで懐かしく、食欲を掻き立てられる。

D

A 土曜日の朝、家族連れでにぎわう食堂街。漢字の看板は中華街チョロンならではの B 調理前のフーティウ麵。日持ちがする乾麵を使う店も多い C フーティウ・サオ (Hu Tieu Xao) : 炒めた幅広麵に絡む醤油味が香ばしい D フーティウ・ミー (Hu Tieu Mi) : コシのある白いフーティウと黄色の中華麵がミックスされていて2種類の麵を一度に味わえる E 中華風フーティウ: 平たい麵はコシがなく滑らか。具は豚肉のみとシンプル F フーティウ・ボーコー (Hu Tieu Bo Kho) : スパイスが効いたベトナム風ビーフシチューとフーティウの合作。意外にさっぱりした味

C

E

F

B

A

ホーチミン

フォーアン・チョロン Phố Ẩn Chợ Lớn

Phạm Đôn, Dist.5, Ho Chi Minh City
営業時間 5:00~20:00 (店によって異なる)
ローカルな屋台が並ぶ食堂街。中華風
フォーティウをはじめ、フォーティウ・サオ、
フォーティウ・ポーコーを出す店がある



タイン・タイ (成泰) Thành Thái

3 Nguyễn Ấn, Dist.5, Ho Chi Minh City
営業時間 5:00~12:00
中華街チョロンにあり、フォーティウは昔
ながらの幅広麺を使った中華風。店頭には
『三国志』桃園三結義の絵が



フォーティウ・ナムヴァン・クイン Hủ Tiếu Nam Vang Quỳnh

A65 Nguyễn Trãi, Dist.1, Ho Chi Minh City
営業時間 24時間
旅行者が多いエリアの近くにあり、地元
客と外国人客で賑わう。汁なしで具だく
さんのフォーティウ・コーが人気



フォーティウ・ナムヴァン・ソーチン Hủ Tiếu Nam Vang Số 9

9 Nguyễn Ấn, Dist.5, Ho Chi Minh City
営業時間 6:00~11:00
中華街チョロンの老舗。フォーティウ・ナム
ヴァンは細麺でコシが強い。フォーティウ・
ミーもある



ハノイのニュン (Nhưng) さん
「フォーは週3回は食べています。朝、
昼、晚いつ食べてもおいしいですよ。ハ
ノイに比べてホーチミンのフォーは辛
味が足りないと思いますね」

フォーは牛肉・牛骨からとったスープ
に具も牛肉という「牛尽くしの麺」。半
生肉と固ゆで肉の両方載ったのがハノ
イの定番。薬味はネギのみ

南北麺対決

似て非なる二つのフォー

北部ハノイが本場のフォーは、南
部のホーチミンでも食べられている。
フォーが南部でも食べられるよう
になったのは、1954年のフラン
スとの戦争「ディエンビエンフーの
戦い」でベトナムが南北に分断され
て以降のこと。北部から約100万
人が南部に移ってきて広めたとい
う。しかし、両地のフォーは味も食べ方
もずいぶん違う。

ハノイのフォーは透き通った塩味の
スープで、肉と薬味はネギのみ。ラ
イムを搾り、好んで唐辛子やにん
じくの酢漬けを加える。ホーチミンの
スープは、まろやかな甘口。ライム
を搾り、ネギ、もやし、香草をたっ
ぷり載せる。そして、ハノイのフォー
よりも碗が大きくボリュームがある。
ハノイとホーチミンの人々はお互
いのフォーをどのように思っている



ホーチミンのフォー



ハノイのフォー

のだろうか。まず、ハノイの店で
地元客に聞いてみると、「ハノイの
フォーは、酸味、辛味、甘味、塩味
が絶妙に組み合わせる。ホーチミンは具
でスープのバランスを壊す」「ホ
ーチミンのは甘くて嫌い」と手厳しい。
一方、ホーチミンでは、「南部は香
草のトッピングを楽しめる。北部は
土地がやせていて、野菜がないから

具も少ない」と負けていない。さら
に「フォーは世界的に有名」という
ハノイに対して、ホーチミンは「海
外展開するチェーン店『Phở24』は
南部スタイル。国際的なのは南部の
フォー」とこちらも譲らない。

麺が違えば人も違う

続いてハノイで、ホーチミンのフ
ォーについて聞いてみると、「知っ
てはいるけど食べたことがない」と、
にべもない。一方、ホーチミンでフ

ティウとフォーとどちらが好きかと
聞くと、「どちらも好き」という声
が多かった。フォーにこだわる保守
的なハノイに対し、ホーチミンはど
ちらが本場だろうが気にしない。お
おらかな南部気質といったところか。
この点は日本で関西の人が「関東の
だしは、真っ黒で飲めない」と突き
放すのに対し、東京ではそばにこだ
わりを持ちつつも、関西のうどんも
おいしいと認めるのに似ている気が
する。お堅い気質のハノイの人が愛
するのはコシがなく、ふにやふにや
のフォー、何事にもゆるいホーチミ
ンを代表する麺は、コシがあるフ
ォーティウというのもおもしろい。麺質
と人の気質は相反するようである。

麺を食べる頻度を聞くと、ハノイ
で多いのは「週2、3回は必ず」と
いう答え。ホーチミンでもフォーティ
ウは週3回という人が多く、中には
朝に汁あり、夜に汁なしフォーティウ
を食べるといふ猛者も。どちらの都
市も「麺好き」は互角のようだ。

さて、この両者伯仲の南北麺対決
機会があれば、ご当地麺を味わって、
皆さんの舌で二つの都市の異なる文
化を確かめていただきたい。



ホーチミンのガー (Nga) さん
「フォーとフォーティウどちらも食べま
すが、私はフォーを食べ続けると飽き
てしまいます。でも、フォーティウは毎日
食べても飽きません」

ホーチミンでフォーを注文すると、香
草ともやしがいっしょに出てくるの
で、好みに応じて入れて食べる。香草を
スープにひたすと、いい香りが漂う

ハンフォー・アウチュウ Hàng Phở Ấu Triệu

34 Ấu Triệu, Hoàn Kiếm Dist., Hanoi
営業時間 6:30~11:00
ハノイ大教会の近くにあり、看板はないが
人気のフォー・ポー専門店。フォー・ポー
は牛肉たっぷり、スープはあっさり味



ハンフォー・クアンタイン Hàng Phở Quán Thánh

42 Quán Thánh, Ba Đình Dist., Hanoi
営業時間 6:00~23:00
フォー・ガー専門店。まろやかなスープ、
やわらかい鶏肉、シャキッとしたネギ入り
フォー・ガーはヘルシーな感覚



ニャーハン・フーミー Nhà Hàng Phú Mỹ

45B Bát Đàn, Hoàn Kiếm Dist., Hanoi
営業時間 7:00~13:30/17:00~22:00
フォー・サオムは、牛肉と野菜のあん
かけがたっぷりで麺が隠れて見えな
いほど。こってり系



ティエム・フォーライン Tiệm Phở Lành

18 Núi Trúc, Ba Đình Dist., Hanoi
営業時間 5:30~23:30
フォー・ポーをはじめフォー・ソットヴァン(煮
込み牛肉入りフォー)やフォー・アップチャオ
(牛肉あんかけフォー)などメニューが豊富



ハノイ