

朝・昼・晩メシ旧市街

庶民グルメを 食べ尽くせ!

おすすめ屋台を一挙30店紹介!

ハノイ旧市街は庶民グルメのワンダーランド。歩道の片隅、細い路地奥、時には道路の真ん中で、様々な屋台が食の祭典を繰り広げる。同じ通りでも朝昼晩で露店が変わり、時間帯でメニューも異なる。そんな食の一大迷宮を徹底紹介。

①ズン / Dung

📍38 Ma May St., Hoan Kiem Dist.

☎090 441 2557🕒10:00 ~ 翌4:00

牛肉高菜炒めが付いた「炒めご飯 / Com Rang」(4万5000VND / 約180円)

で有名な店。昼食時に最も混み合う。

※記事中のデータについて

・2012年4月5日(木)現在の情報。露店は移動の可能性も低くはないのでご注意ください。

・価格は参考価格。写真キャプションで【 】内に記載した数字は特集内で取り上げた店の番号を表す。

ハノイ旧市街中心部マップ

胃袋もウォーミングアップ!

朝メシ



疲れたからだに栄養補給!

昼メシ



大勢でわいわいストレス発散!

晩メシ



一周するだけで、あらゆるハノイ料理に出会える街

旅行者が多いハノイ旧市街は観光客向けの飲食店ばかり、と思う人もいるかもしれない。実際は周辺オフィス街から、ランチにディナーにと地元っ子たちが集結する一大グルメエリアだ。

その多くは露店で、朝に昼に晩にと入れ替わり立ち代わり様々な食べ物を並べて客を呼び込む。食事になると、歩道はプラスチックの風呂椅子に腰かけて仲間や家族と料理を囲む人びとや彼らのオートバイであふれ返り、通りは肉を焼く香ばしい煙や鶏ガラスープの濃厚な香りで満ちる。

旧市街は端から端まで歩いていけるコンパクトなエリアだから、お気に入りを探して歩き回ってもさほど疲れない。真のハノイ庶民料理を味わいたいなら、あらゆる美味がぎゅっと凝縮した旧市街を食べ歩こう。

- ・①～③⑩は記事で紹介した店舗のおおよその位置。
- ・数種類の料理を扱う店は、看板に最も大きく書かれた料理に分類。
- ・調査期間は2012年3月5日(月)～9日(金)。週末は出店状況が大きく変わるため、土・日曜はこれら地図とは異なる。
- ・移動しながら販売する担ぎ売りは、調査時点で留まっていた場所に記載。そのため、複数回カウントされている場合もある。

- 具少なめ系汁入り麺 (フォーボー、フォーガー、ブンソックムンなど)
- 具たくさん系汁入り麺 (バインダードー、ミーヴァンタンなど)
- 具材のせ汁なし麺 (バインダードーチョン、ブンポーナムボなど)
- 具材別汁なし麺 (ブンダウマムトム、ブンチャー、ブンガンなど)
- おこわ
- バインミー、チュンヴィットロン
- 粥

- バインクオン
- コムビンザン
- 焼き飯、炒めフォー
- 焼き料理 (焼肉、シーフードバーベキュー、焼き鳥など)
- 鍋料理
- その他 (ノム、ネムターイ、揚げソーセージ、焼きスルメなど)



昼メシ

昼はおかず
たっぷり
しっかりと
栄養摂取

好きな惣菜を選んでごはんのせてもらう定食屋「コムビンザン」は、ほとんどが昼食時に営業を開始。麺や粥も、昼は具材の多いタイプが売れ筋だ。そのため揚げ豆腐や野菜などを山盛りにのせるバインダードーや春雨のミエンが人気。ブンも、おかずをメインに食べる汁なしブンの店が混雑する。

これぞ正統派大衆食堂！

Com Binh Dan コムビンザン

日本のオフィス街でも昼食時は定食の注文が多いように、ハノイでも時間とお金を効率よく使って栄養が摂れる定食屋「コムビンザン」が大繁盛。皿に盛ったご飯に惣菜を3、4品のせて3万～5万VND（約120～200円）。



ビュッフェ形式のコムビンザン。食べたい惣菜を自分で皿に盛る。2万5000VND～（約100円）【⑩】

⑨（店名なし）

📍12 Ngo Phat

Loc St., Hoan

Kiem Dist. 📞なし

🕒11:00～14:00

小ぢんまりした店だ

が惣菜の種類が多い。

⑩ ハンガー／Hang Nga

📍41 Cau Dong St.,

Hoan Kiem Dist.

📞090 430 0017

🕒10:30～15:30

ビュッフェ形式なので言葉が

通じなくてもOK。

昼は汁なし麺ワールド！

昼になると、朝はあまり開いていなかった汁なしブンの店が次々とオープンする。短めに切られたブンは、いわぼご飯代わり。メインの焼肉や揚げ豆腐、鴨などの引き立て役となる。これは、朝から肉や魚などをたくさん食べるのは身体に悪い、と考えるベトナム人が多いからのようだ。

代表的昼麺は炭火が目印

Bun Cha/Bun Nem ブンチャー／ブンネム

炭火の煙が漂ってきたら、火元にはブンチャー屋がある。焼いた豚のバラ肉とつくねを入れた甘酸っぱいタレに、ブンと香草をひたして食べる料理だ。揚げ春巻き「ネム／Nem」を追加注文できるが、肉を入れずにカニの身入り揚げ春巻き「ネムクアペー／Nem Cua Be」とブンだけで食べる「ブンネム」もある。



【⑪】

⑪（店名なし）

📍1 Ngo Phat Loc St., Hoan Kiem Dist.

📞なし 🕒11:00～13:00

肉を竹に刺して焼くため香りが一層良い。

⑫ ネムヴオンフォーコー／Nem Vuong Pho Co

📍62 Dao Duy Tu St., Hoan Kiem Dist.

📞091 468 6162 🕒9:00～14:30

大きなネムだが、芯までカリッと揚がっている。



「ブンチャー」（3万5000VND／約140円）のタレには肉などが入っている【⑪】

「ブンネム」3万5000VND（約140円）【⑫】



【⑫】



これが好きならベトナム通

Bun Dau Mam Tom



団子のようにぎゅっと固めたブンと揚げ豆腐を、エビを発酵させたタレにつけて食べる「ブンダウマムトム」。汁なし麺なので昼食に食べる人が多いが、添えられるのが肉ではなく豆腐のためか、朝から開いている店もある。

⑬ (店名なし)

📍5 Dong Thai St., Hoan Kiem Dist.
☎097 600 5738🕒10:00 ~ 17:00
ボリュームのわりに安いのが人気の秘密。

⑭ フオンブンダウ / Huong Bun Dau

📍55 Phat Loc St., Hoan Kiem Dist. 📍(04)
3926 4785 / 093 238 5858🕒8:30 ~ 17:30
クセが強くない甘みのあるマムトムが美味。



「薩摩揚げ / Cha Ca」付「ブンダウマムトム / Bun Dau Mam Tom」
2万5000VND (約100円) ⑬



「タケノコと鴨の血プディングのスープ / Canh Mang Tiet」2万5000VND (約100円)、「茹で鴨 / Ngan Luoc」8万VND (約320円) / 半羽 ⑮

何故か他よりおいしいカモ

Bun Ngan

鴨の血のプディング「ティエットルオック / Tiet Luoc」が秀逸。きめ細かい舌触りで、臭いも全くない。鴨肉も甘味があって柔らかい。

⑮ (店名なし)

📍115 Phung Hung St., Hoan Kiem Dist. 📍なし 🕒10:30 ~ 14:00
遠くから食べに来る人たちが賑わう。

具たくさんでお腹いっぱい

Banh Da Do Tron

同じ汁麺でも、昼食には具材の多いタイプが好まれる。茶色い平麺「バンダードー」は、タレで食べる汁なしの「バンダードーチョン」が昼時の売れ筋。

⑯ (店名なし)

📍17 Hang Chinh St., Hoan Kiem Dist.
📍なし 🕒11:00 ~ 15:00
濃い目の味付けのタレが具たくさんさんの麺に合う。



「バンダードーチョン」2万5000VND (約100円) ⑯

お粥を超えたお粥料理

Chao Long

朝の粥はほとんど具材が入っていないものが好まれるが、昼食に人気なのは、粥メインというより「粥をからめたホルモンを食べる」タイプ。素材が新鮮だと全く臭いがない。ホルモン炒めも注文し、がっつり食べる人が多い。

⑰ ダックサンチャオ
Dac San Chao

📍4 Dao Duy Tu St., Hoan Kiem Dist. 📍(04) 3828 1152🕒6:00 ~ 22:00
混雑時はベトナム語不可の客を拒否することも。



「ホルモン粥」15万VND (約600円 / 3~4人前)、「ホルモン炒め / Long Xao」12万VND (約480円) ⑰

甘い食べ物だけにあらず

おやつ

夕食までにちょっと小腹がすいたらおやつタイム。甘い煮豆の入ったデザート「チャー / Che」や団子などを売る屋台もたくさんあるが、放課後の学生に意外と人気なのがおかず系おやつ。日本人には酒の肴に思える小皿料理を、お茶や炭酸飲料を飲みながらつまむカップルも目に付く。低カロリーなのでダイエット中の人にもおすすめだ。

ヘルシーおやつならこれ

Nom ノム

屋台のノムは青パイヤの千切りにピーナッツをのせた物が主流。葛餅に似た皮でキクラゲとエビを包んだ「ポットロック / Bot Loc」(2万5000VND / 約100円)と一緒に食べるのがハノイ風。



「牛肉ノム / Nom Bo」
3万VND (約120円) ⑱

⑱ ロンヴィーズン / Long Vi Dung

📍23 Ho Hoan Kiem St., Hoan Kiem Dist.
☎090 465 6708🕒9:00 ~ 23:00
放課後は中高生で満席になることも。

ビールのつまみにも最適

Nem Tai ネムターイ

炒った米粉を豚の耳の千切りにまぶした「ネムターイ」。香草と共にライスペーパーに包んで食べる。酒の肴のようだが、おやつとして食べる人が多い。酸味のあるソーセージ「ネムチュア / Nem Chua」(5000VND / 約20円 / 1本)もおすすめ。



「ネムターイ」6万VND (約240円) ⑲

⑲ ネムターイバーホン / Nem Tai Ba Hong

📍35 Cau Go St., Hoan Kiem Dist. ☎093 602 3691 / 098 659 1010🕒5:00 ~ 23:00
早朝から深夜まで開いてるが、夕方が最も混む。



朝食の基本 朝メシ

胃に負担を
かけない
軽いものが
朝食の基本

おこわ「ソイ」や米粉クレープ「バインクオン」、ベトナム風サンドイッチ「バインミー」が朝の定番。麺料理も軽めが好まれ、具材をあまりのせない汁麺のフォーやブンが人気だ。オフィスで朝食をとる人も少なくないため、出勤途中にオートバイに乗ったままテイクアウトする姿がよく見られる。

このモチモチ感が堪らない!

Banh Cuon バインクオン

米粉を水で溶いて薄く蒸し焼きにし、豚肉やキクラゲのそぼろ煮を巻いて出来上がり。ハノイ郊外・タインチー (Thanh Tri) 地域のもは、生地を作るタネに具材を混ぜて蒸し上げ、巻かずに平たく切って食べる。ハムを添えることが多い。



(左)「ハム付きバインクオン」2万 VND (約 80 円) ③
(右)「タインチー風バインクオン」2万 VND (約 80 円)



② タインヴァン / Thanh Van

☎14 Hang Ga St., Hoan Kiem Dist. ☎(04) 3828 0108

🕒7:00 ~ 13:00 / 17:00 ~ 22:00

薄味のタレは好みができるが、プリプリした舌触りが◎。

③ (店名なし)

☎49 Hang Dieu St., Hoan Kiem Dist. ☎なし 🕒6:00 ~ 14:30

上にかける豚そぼろ&玉ねぎ炒めが美味。

ハノイ風は高カロリー?

Banh My バインミー

ハノイでは、溶き卵を油で揚げたオムレツかパテのみを挟むことが多い。ヘルシーとはいえないが、噛んだ時にじゅっと脂が染み出る感じの虜になる人も。

④ (店名なし)

☎18E Cua Dong St., Hoan Kiem Dist. ☎なし 🕒6:00 ~ 14:00

「チュンヴィットロン」も売っている。

見た目敬遠せず、ぜひ味見を

Trung Vit Lon チュンヴィットロン

孵化しかけたアヒルの卵を茹でたもので、朝食として好まれている。少々グロテスクだが、その味にはまる日本在住者も多い。通によると、鍋で温めながら売られているものの方が柔らかくておいしいとか。

「チュンヴィットロン」6000VND (約 20 円) / 1個



「豆乳 / Dau Sua」
6000VND (約 20 円)

「ヨモギオムレツ入りバインミー / Banh My Trung Rau La Ngai」1万 VND (約 40 円) ④



茶碗1杯でも腹もち抜群

Xoi おこわ

お腹にたまるので、学生やサラリーマンに人気が高い。お好みで煮卵やソーセージ、豚の角煮などをのせ、甘辛い汁をかける。バインミー同様、テイクアウトする人も多い。

⑤ (店名なし)

📍43 Hang Ma St., Hoan Kiem Dist.

🕒なし 🕒6:00 ~ 9:00

隣に豆乳屋台があり、両方同時に楽しめる。



「卵&豚肉のせおこわ」

1万5000VND(約60円) [③]

定番中の定番

Pho/Bun フォー/ブン



レア牛肉のフォー「フォーポータイ / Pho Bo Tai」3万5000VND(約140円) [⑥]

⑥ (店名なし)

📍48 Hang Vai St., Hoan Kiem Dist.

🕒なし 🕒6:00 ~ 10:30

牛骨をたっぷり使ったスープが自慢。

⑦ ザーチュエン / Gia Truyen

📍49 Bat Dan St., Hoan Kiem Dist.

🕒なし 🕒6:00 ~ 10:00 / 17:00 ~ 22:00

列を作らないベトナム人でさえが並んで待つ人気店。

⑧ フォーガーダックビエット / Pho Ga Dac Biet

📍1 Hang Dieu St., Hoan Kiem Dist.

🕒なし 🕒5:00 ~ 25:00

あっさりスープが胃に優しい。

軽めの汁麺で胃に優しく

ベトナムの朝食といえば米麺。たっぷりの野菜やスパイスでとったスープの味を楽しむフォーは具材が少なめで、特に朝食に人気がある。それに対し、麺自体の香りにちょっとクセのある押し出し麺ブンは、いろいろな具材と組み合わせることが多い。朝は胃にやさしいズイキ入りの「ブンゾックムン」やタニシ入り「ブンオック / Bun Oc」、キクラゲと豚ひき肉の団子がのった「ブンモック」などが好まれている。

鶏肉のフォー「フォーガー / Pho Ga」4万VND(約160円) [⑧]

「ブンモック / Bun Moc」
2万5000VND(約100円)



「ブンゾックムン / Bun Doc Mung」
2万5000VND
(約100円)



南部料理を食べたいなら

ドンスアン (Dong Xuan) 市場南のドンスアン小路 (Ngo Dong Xuan) は食堂街。小さな屋台がずらっと並び、たいいていのが食べられる。南部から来る商人も多いため、ベトナム風お好み焼き「バインセオ / Banh Xeo」のような南部料理を出す店もいくつかある。



誰でもどこでも店を出せる?

露店には、プラスチックのテーブルと椅子を歩道に並べる簡易店舗タイプと、天秤棒に道具一式をのせて移動しながら、客の求めに応じてその場に腰を下ろし、料理を提供するタイプの2通りがある。前者の場合、歩道前の店舗や家の持ち主に場所代を払う。場所や広さにもよるが、旧市街だと夕食時のみの使用で20万VND(約800円) / 1日~が相場だという。

ここ数年、屋台の出店が禁止された道路が増えてきており、ハノイ名物の露店文化も、そう遠くない将来消えてしまうかもしれない。

晩 メシ

みんなで
ガヤガヤ、
鍋や鉄板を
囲む

仕事帰りの仲間や、家族と連れ立って食べることが多い夕食は、鍋やバーベキューが人気。昼は汁麺を出していた店も、夜は牛や豚のホルモン、鳥の臓物などを出すところも多い。一杯ひっかけるとラーメンを食べたくなるのは万国共通なのか、ベトナム風ワンタン麺「ミーヴァンタン」の店も多い。



海の幸を内陸のハノイで

Hai San 海鮮 ⑳



色とりどり、選り取りみどり

Xien 串 ㉑



牛と山羊の競演

Thit 肉 ㉒

㉑ (店名なし)

〒45 Hang Thung St., Hoan Kiem Dist.

☎なし ㊟17:00 ~ 22:00

近辺に似たような店が何軒か並ぶ。

㉑ タイダット / Thai Dat

〒66 Hang Bong St., Hoan Kiem Dist.

☎なし ㊟17:00 ~ 23:00

串焼きを指差しで注文できるため、外国人に人気。

㉒ スアンスアン / Xuan Xuan

〒47 Ma May St., Hoan Kiem Dist.

☎なし ㊟17:00 ~ 23:30

ヤギのおっぱい肉 (Nam De) のコリコリ感が絶品。

焼く、とにかく焼く

夜になると、旧市街のあちこちに焼き物料理の屋台が出る。中には同じような店で埋まる通りも。ハントウン (Hang Thung) 通りからカウゴー (Cau Go) 通りにかけての海鮮焼き、マーマイ (Ma May) 通りやガムカウ (Gam Cau) 通りの焼肉、ゴーガック (Ngo Gach) 通りの焼き鶏など。店によっては鉄板焼きと鍋がセットになっていることもある。

大勢でテーブルを囲んでバーベキューをつつく人びとの嬌声が、旧市街の夜をいっそう盛り上げてくれる。

小さいながら味は実力派

Chim Cut 鶉

鶏よりも肉が少ないが、ぷりっと締まっていて歯応えが良い。こちらも甘めのタレをつけて焼いている。さっぱりしたクズイモ (Cu Dau) と合わせるのがハノイ流。



㉓

ベトナム風はちよっぴり甘め

Ga 鶏

地元っ子に人気なのは「鶏の足 / Chan Ga」だが、日本人には「手羽先 / Canh Ga」が食べやすい。全て炭火焼きでとても香ばしく、蜂蜜を塗って甘く仕上げるのが特徴。

㉓ クアンカイダー / Quan Cay Da

〒12 Ngo Gach St., Hoan Kiem Dist.

☎(04) 3825 8562 / 091 323 1308

㊟17:30 ~ 24:00

向かいにも同じような店がある。

(左)「鶏足」1万2000VND (約50円)、(右)「手羽先」2万VND (約80円) ㉓



㉔

㉔ (店名なし)

〒7 Ta Hien St., Hoan Kiem Dist.

☎なし ㊟14:00 ~ 20:00

店頭にうず高く積まれた鶏の開きが圧巻。

「焼き鶏 / Chim Cut Nuong」

5万VND (約200円) / 4羽

(クズイモ付き) ㉔



玉ヒモや豚ホルモンで一杯

Bun Long Me ホルモンブン

ハノイっ子はホルモンが大好き。日中は汁入りブンを扱い、夜は茹でた豚の尾や舌といったホルモンや、鶏の玉ヒモなどを売る露店も多い。地酒で杯を傾ける中年グループも目に付く。机の上に並んだ料理の中から指差して注文できるので便利。

㉕ (店名なし)

📍16D Hang Ga St., Hoan Kiem Dist.

🕒なし 🕒17:00 ~ 23:00

鶏と豚のホルモンの店。汁麺ブンを食べる人も多い。



丼いっぱい何種類かのホルモンを入れてもらい、ズイキの煮物とブンがついて 12 万 VND (約 480 円) ㉕

夜は汁なし。肉と野菜もたっぷり

Pho Xao 炒めフォー



「炒めフォー」の店は昼以降のオープンが多い。裸電球の下、豪快にフォーを炒めるジュージュという音が食欲をそそる。スジ肉を柔らかく煮込んだ薄味スープ「バップチャン」も一緒にオーダーしよう。

㉖ (店名なし)

📍11 Hang Buom St., Hoan Kiem

Dist. 🕒なし 🕒17:00 ~ 22:30

同店はしっかり煮込まれた「バップチャン」も人気。



(手前)「炒めフォー／Pho Xao」
5 万 VND (約 200 円)、(奥)
「バップチャン／Bap Tran」5
万 VND (約 200 円) ㉖

飲んだ人も飲んでない人も1日のめはラーメンで

My Van Than/Sui Cao ワンタン麺／ワンタンスープ

ワンタン(スイカオ/Sui Cao)には茹でたものと揚げたものがある。朝から開いている店もあるが、夜だけオープンする屋台が多い。エビやチャーシューなどがのったワンタン麺、ニラたっぷりのワンタンスープのほか、揚げワンタンのみを香草と一緒に食べることも。



「ワンタンスープ
／Sui Cao」3
万 2000VND
(約 130 円) ㉗

㉘ (店名なし)

📍14 Hang Bo St., Hoan Kiem

Dist. 🕒なし 🕒17:30 ~ 24:00

麺入りもあるが、スープのみの注文が人気。

㉗ 福建麺／My Gia Phuc Kien

📍19 Hang Chieu St., Hoan Kiem

Dist. 🕒なし 🕒17:30 ~ 23:30

福建出身だったオーナーの祖母の味だとか。

「ワンタン麺／
Sui Cao + My」
4 万 3000VND
(約 170 円) ㉘



旧市街の屋台は眠らない

夜食

旧市街の東に隣接するロンビエン(Long Bien)市場は、夜中の1時頃から始まり、夜が明ける5時頃には終了する。深夜でも旧市街の人は絶えないため、深夜のみ営業する麺屋台もある。これらが店仕舞いを始める早朝になると、今度は朝食屋台が準備を始める。旧市街は24時間途切れることなく、どこかで誰かの胃袋を満たしているのだ。

㉙ (店名なし)

📍1 Hang Duong St., Hoan

Kiem Dist. 🕒なし 🕒4:00 ~ 7:00

トロトロになるまで肉を煮込んだ「フォーソットヴァン」が人気。

㉚ (店名なし)

📍142 Hang Bac St., Hoan

Kiem Dist. 🕒なし 🕒3:00 ~ 5:30

深夜に2、3時間だけ営業する幻のフォー店。



「フォーソットヴァン
／Pho Sot Vang」
3 万 5000VND (約
140 円) ㉙



㉚