ぶらり食べ歩き

真夜中グルメで、胃も心も幸せいっぱい

遅メシ食堂

Ho Chi Minh City

Hanoi

Da Nang

まだ宵の口！　と意気込んだそばから、店はそわそわ片付けモード。ベトナムの夜は早い。でも、今から食べたい、食べ足りない！　そんなあなたの強い味方。21時からでもしっかり食事ができる、ローカル遅メシスポットへご招待！

撮影／大池直人（ホーチミン市）、勝恵美（ハノイ）、隅野史郎（ダナン）、ベトナムスケッチ編集部　　デザイン／田中可奈子

ホーチミン市 至福の遅メシ食堂

長年市民に親しまれ続けている老舗の遅メシ食堂がいっぱい

持ち帰り目当ての客も多い。ピークの20時過ぎはオートバイに気をつけて

創業約30年の同店で、長年スープを担当しているティ（Thi）さん

シメの麺は漢方スープでちょい健康に

ルーンキーミーヤー／ Luong Ky Mi Gia

汁麺も良いが、汁なし麺「ミーコー／ Mi Kho」と伝えて麺とスープを別々に注文するのがツウな食べ方

混雑時には道路の向かいにまで席が並ぶ繁盛店。名物は丼ぶりの上にドカンとアヒル肉がのった「煮込みあひる肉の中華麺／ Mi Vit Tiem」（８万2000VND ／約470円）。麺は歯ごたえ十分の中華麺。肉がほろほろと柔らかいのは、１度揚げた後、漢方スープでじっくり煮込んでいるから。さらに肉から染み出た油が、スープにコクを与えている。夕食にも夜食にも、酒のあとのシメにも最適の一品だ。

住 1 Huynh Man Dat St., Binh Thanh Dist.
電 (08) 6275 0963
営 15:00 ～ 23:00
休 なし

丑三つ時の幽霊をも魅了する味わい!?

コムタムフイン／ Com Tam Huyen

「コムタム」（２万5000VND ／約140円）。「目玉焼き」など、トッピングは各5000VND（約30円）

店名は、創業者である今の店主の姉の名前から

砕き米「コムタム／ Com Tam」の上に豚肉などをのせた料理は、ホーチミン市の朝の定番であると同時に夜食の定番でもある。中でも、夜遅くまで営業していることから、「幽霊が食べるコムタム」の異名を持つ有名店がここ。豚肉の炭火焼は肉厚でボリュームたっぷり。半熟の目玉焼き（Op La）は、黄身の味が濃厚。生きてる間に味わっておきたい。

住 127/9B Dinh Tien Hoang St., Binh Thanh Dist.
電 なし
営 17:00 ～翌 4:00
休 なし

惜しげなく豚骨を使った絶品フーティウ

店名なし

21時を境に場所を移動するので注意して

仕事を終えた深夜労働者の遅メシといえば、米麺「フーティウ／ Hu Tieu」。近頃は夜遊び中の間食としても人気だ。そんな歓楽街の一角で、20数年屋台を営むディン（Dinh）さん＆シン（Sinh）さん夫婦。ダシにたっぷり豚骨を使い、肉も大盛り。出し惜しみしない誠実さが作り出すフーティウは、夜の胃袋に染み入る。

住 【17:00 ～ 21:00】150 / 8 Nguyen Trai St., Dist. 1
【21:00 ～翌1:30】127 Le Thi Rieng St., Dist. 1
電 なし　営 17:00 ～翌 1:30　休 なし

（上）「深夜営業は大変だけど、１人でも多くの人に食べてほしい」と語るシンさん

（左）「フーティウ」２万 VND（約110円）

サイゴンっ子を虜にする夜だけハノイ食堂

フォーハー／ Pho Ha

（左）1989年創業。ビテクスコフィナンシャル（Bitexco Financial）タワーの向かいにある

（右）「鶏おこわ／ Xoi Ga」（５万 VND ／約290円）も人気

真夜中のサイゴンっ子を魅了してやまないハノイ料理店。「人気の秘密は？」と店員に尋ねれば、表情一つ崩さず「本物のハノイの味だからでしょう」。

フォーは南部特有の甘みのない、さっぱりとした本場風。もちろん、米が粒々でとろとろしたハノイ系お粥も食べられる。そして、そんな料理にさらなる味わいを加えているのは、中部やメコンデルタ地方の契約農家から仕入れた新鮮な鶏肉だ。中でもモツは、歯ごたえ良好、味濃厚。単品で注文できるので、フォーに入れても良し、酒の肴にするも良し。

ホーチミン市のど真ん中で、ハノイの味を満喫しよう！

住 31 Hai Trieu St., Dist. 1
電 (08) 3821 0339 / 091 394 4943
営 16:30 ～翌 6:00
休 なし

左「鶏肉フォー／ Pho Ga」（５万 VND ／約290円）。右下「鶏モツ＆たまひも／ Long Trung Non」（６万5000VND ／約370円）

遅い夜の胃袋に優しい米粒の幸福を

チャオチャンハンサイン／Chao Trang Hang Xanh

「お粥／ Chao」（5000VND ／約30円）。おかずは1万 VND（約60円）～

（上）すぐ隣に似た屋台があるので注意

（下）若い女性も安心して食べられる

夜中に小腹がすいた時は、あっさりめのものがいい！ 約40年、そんなサイゴンっ子の支持を得続けているお粥屋台。パンダンリーフ（La Dua）でほのかに香り付けされた薄味のお粥は、小皿にのった自家製おかずで味を調整しながら食べよう。中でも「塩玉子／ Trung Vit Muoi」は、客の大半が頼む人気の品。また、甘じょっぱい味付けの野菜や肉は、日本の煮付けを思わせ、お茶漬け感覚でさらさら喉を通る。

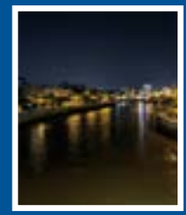
住 277 Xo Viet Nghe Tinh St., Binh Thanh Dist.
電 なし　営 17:00 ～翌 2:00　休 なし

「ニウロック運河」で夜風と夜食を

ホーチミン市を東西に流れるニウロック（Nhieu Loc）運河。かつて異臭が立ち込めたこの運河沿いも、2012年末の改修工事後、心地よい夜風の中でナイトライフを楽しめるエリアに様変わり。おしゃれな飲み屋やカフェが増えたので、散歩がてら気に入った店を見つけてみたり、路上のカフェに腰掛けて対岸の夜景を眺めるのもいいだろう。

また、チャンカンユー（Tran Khanh Du）橋周辺は、北岸のチュオンサー（Truong Sa）通りには老舗の居酒屋、南岸のホアンサー（Hoang Sa）通り側には若者向けの酒場が集中しており、飲み会には打ってつけだ。

住 Truong Sa St., Binh Thanh Dist. / Phu Nhuan Dist. / Tan Binh Dist.、Hoang Sa St., Dist. 1 / Dist. 3 / Tan Binh Dist.
営 店によって異なるが、17:00 ～翌 2:00 頃



（上）チャンカンユー橋周辺は客引きも多い
（右）チャンカンユー橋からの眺め

ハノイ 宝珠の遅メシ食堂

首都ハノイの夜は早いけれど、この土地ならではの夜食メニューがたくさん

夜更けのカリッ＆モチッは癖になる

フォークオンフンベン／ Pho Cuon Hung Ben

店内もあるが、夜風が気持ちいい屋外席がおすすめ！

シート状に重ねて四角く切り、揚げたフォーを使った「あんかけ揚げフォー／ Pho Chieu Phoug」（5万 VND ／約 290 円）が売り。外はカリッ、中はもっちりとして、噛むほどにジュワっと米の香ばしさが口いっぱいに広がる。あんかけの具は、牛肉、小松菜、トマトとシンプルだが、オイスターソースで豪快に炒めてあり、ビールが進むこと間違いなしだ。

ほかに、牛肉と香草をフォー生地で巻いた「フォークオン／ Pho Cuon」（５万 VND ／約 290 円／ 10 本）も看板料理の１つ。同店があるエリア一帯は、同様の店が集まり、毎晩遅くまで老若男女、多くの人でにぎわっている。

住 26-35 Nguyen Khac Hieu St., Ba Dinh Dist.
電 (04) 3829 2040 / 091 676 4141
営 9:00 ～ 23:00

「フォークオン」を注文する人も多い

あんかけがたっぷりのった「あんかけ揚げフォー」

満足度100％　夜の満腹おこわ食堂

ソイイエン／ Xoi Yen

（上）手前は「ソイセオの五目トッピング／ Xoi Xeo Thap Cam」５万 VND（約 290 円）

（左）席は３階まであり、常にほぼ満席状態

ハノイ風おこわの専門店で、夜遅くでも混みあう人気店。腹持ちがかなりよく、茶碗１杯でも満腹になる。ウコンで色付けしたおこわに、緑豆ペーストをのせたハノイ風おこわの定番「ソイセオ／ Xoi Xeo」、白おこわ「ソイチャン／ Xoi Trang」、トウモロコシ入りの「ソイゴー／ Xoi Ngo」の３種類のおこわをまず選び、煮卵や角煮、鶏肉など好きな具をトッピング。何の具にしようか迷ったら「五目／ Thap Cam」を選ぼう。パテ、煮卵、ベトナム風ハム、中華ハム、鶏肉、ポークフロスと、さまざまな具を一度に楽しめる。テイクアウトする人も多い。

住 35B Nguyen Huu Huan St., Hoan Kiem Dist.
電 (04) 3934 1950　営 6:00 ～翌 3:00

店頭でトッピングの具を見てから注文しよう。写真付きメニューもある

胃に優しいあったかスープの麺

ブンブン／ Bun Bung

つるりとした食感の米麺ブン(Bun) を使った、ハノイの名物五目麺「ブンタン／ Bun Tang」。朝食として食べられることが多いこの麺料理を、遅い時間に食べたくなったらこの店へ。鶏ガラベースのあっさりスープに、錦糸卵、鶏肉、ベトナム風ハム、シイタケ、豚肉の練り物など、とにかく具だくさん。美目麗しく華やかだが、さっぱりとした味わいなので、夜半のご飯にも、軽い夜食にもぴったり。心もほっこりするだろう。エビの発酵調味料「マムトム／ Mam Tom」を好みに応じて入れると、味に深みが増すので、ぜひ試してみて。

住 32 Cau Go St., Hoan Kiem Dist.
電 090 451 1556
営 8:00 ～ 23:30

慣れた手つきで具が盛られ、あっという間にテーブルに運ばれる

五目米麺「ブンタン／ Bun Thang」３万 5000VND（約 200 円）

柔らかく煮込まれたスペアリブ入り米麺「ブンスオン／ Bun Suon」４万 VND（約 230 円）

ヘルシーなので女性にも人気。もっとも混みあうのは 19 時と 24 時

スタミナ抜群！　夜の焼肉ならココ

スアンスアン／ Xuan Xuan

ガッツリ食べたい夜こそ選びたいのが、ベトナム風焼肉だ。アツアツに熱した丸い鉄板にたっぷりの油とバターを好みで入れ、甘めのタレに漬けた肉と野菜を一気にイン！ジュージューと音を立てながら、たちまち香ばしい匂いがあたりに立ち込め、食欲を存分に刺激してくれる。バターのコクと、甘めのタレが絶妙にマッチし、いくらでも食べられてしまう。

住 47 Ma May St., Hoan Kiem Dist.
電 093 499 9912
営 10:00 ～ 23:30

（上）「牛焼肉／ Bo Nuong」20 万 VND（約 1140 円）／２人前

（左）欧米人にも人気の店で、英語が通じる。２階には冷房の効いた部屋があり、１人 5000VND（約 30 円）で利用できる

ハノイの一大飲み屋街「ターヒエン通り」

早く閉まる飲食店が多いハノイの街にも、毎晩大勢の人でにぎわう飲み屋街がある。伝統的な家屋が建ち並ぶ通りで、旧市街の街並み保存地域に指定されているターヒエン（Ta Hien）通りだ。暗くなり始めると、通りに小さなプラスチックのイスが並び、欧米人、地元の若者たちでごった返す。ほとんどが小さな大衆酒場といった雰囲気で、フードメニューもスナックが中心だ。地元の人に人気なのは、「チーズスティックフライ／ Pho Mai Chien」や酸味のあるベトナム風ソーセージのフライ「ネムチュアザン／ Nem Chua Ran」や焼き鳥など。

住 Ta Hien St., Hoan Kiem Dist.
営 店によって異なるが、9:00 ～ 24:00 頃

（左）金～日曜の 19 ～ 24 時は、ターヒエン通りを含むエリアー帯が歩行者天国となり、より一層の賑わいをみせる

（右）左がチーズスティックフライ、右はベトナム風ソーセージフライ

ダナン 快楽の遅メシ食堂

Da Nang

早く閉まる店が圧倒的に多い中、しっかり市民に愛された名物店が奮闘している

こってりサラリでやみつきに

バヌー／ Ba Nu

ダナンで1、2を争う老舗夜食屋台で、牛骨スープに茹で牛肉と内臓系をトッピングして食べる「牛筋煮込みブン／ Bun Gan Bo」（3万 VND ／約170円）が一番人気。あっさり系のスープに柔らかく煮込まれたこってり牛筋のバランスが良く、深夜でもおかわりしたくなる。付け合わせの小タマネギの酢漬け（Cu Hanh Ngam Giam）をちょっと足すと、辛味がアクセントになって箸がさらに進む。

住 53 Phan Chu Trinh St., Hai Chau Dist.
電 なし　営 19:00 ～翌 2:00　休 なし

ダナン出身の有名歌手や DJ なども通う

「牛筋煮込みブン」

夜でもガッツリ食べたい！

ベーデン／ Be Den

「丸焼き鶏の鶏飯」。左手に鶏肉を持ってほおばりながら、右手のスプーンでご飯を食べるのがダナン流

住 49 Pham Hong Thai St., Hai Chau Dist.
電 なし　営 16:00 ～翌 2:00　休 なし

「ガック／ Gac（ナンバンキカラスウリ）」というウリで炒めた赤いご飯の上に、こんがりローストした骨付きの鶏肉がドドン！ ダナンのファストフードといえば、このダナン式「丸焼き鶏の鶏飯／ Com Ga Roti」（5万 VND ／約290円）だ。野菜スープとサラダも付いて、ボリューム満点。仕事が遅く終わった人たちの遅メシとして人気が高い。

夜遅くまで大にぎわいだ。ご飯ものや麺料理などメニューが豊富

飲んだ後は、やっぱ麺でしょ

ゴックアン／ Ngoc Anh

「鶏春雨麺／ Mien Ga」

40 年続く老舗の夜食食堂。様々な麺メニューがある中で、人気は「チャーシューワンタン麺／ Mi Hoanh Thanh Xa Xiu」。日本のラーメン感覚でつるつるといける。また、「鶏肉春雨／ Mien Ga」（各3万 VND ／約170 円）は、丸鶏ダシのあっさりスープで、飲んだ後にはぴったり。うま味調味料もほとんど使っていないので、夜に食べても胃もたれもしない。

住 49 Pham Hong Thai St., Hai Chau Dist.
電 (0121) 357 8656
営 16:00 ～ 23:30
休 なし

昨今、うま味調味料に慣れたベトナム人が離れているのが残念

市公認となった「ファムホンターイ通り」夜食街

昔から地元民に親しまれてきたが、2015 年４月、観光客も呼び込むことを目的に、政府公認の夜食街としてサービススキルの向上や食品の安全性の確保に取り組むことになった「ファムホンターイ通り」。各種ベトナム料理をはじめ、スナックやスイーツなど、様々な食品を扱う屋台や食堂が短い通りの両側にひしめいている。夜、お腹が空いたらとりあえずここへ。きっと食べたいものが見つかるはずだ。

住 Pham Hong Thai St., Hai Chau Dist.
営 店によって異なるが、15:00 ～翌 3:00 頃

市の公認後、通りが拡張されて周辺にも屋台が増えた

ホーチミン市

かた焼きそば／ Mi Xao Gion

夜中に油っぽい料理はあまり好まれないが、栄養価が高くておいしいこの麺料理は人気。見た目同様に味も日本のかた焼きそばだ。主に中華街である５区の食堂で提供される

ホーチミン市

牛肉団子フーティウ／ Hu Tieu Bo Vien

朝食の定番でもあるが、夜食として食べる時には、肉うどんのうどん抜き感覚でスープだけ注文する人も多いとか。屋台は市内のいたるところにあり、だいたい 17 時頃から営業

ホーチミン市

うずら肉のバター揚げ／ Chim Cut Chien Bo

特製ソースに浸けたうずらを、バターで揚げた香ばしい一品で、パンと一緒に食べる。10 区のドンナイ（Dong Nai）通りに夕方から屋台が立ち、夜中まで若者で大にぎわい

大好き！ 夜のこの味 三大都市 夜食アラカルト

ところ変われば嗜好も変わるのがベトナム。夜に好んで食べられるものも、地域によって違いがあり！　三大都市の個性が光った名物夜食をご紹介

ホーチミン市　ダナン

ホビロン／ Hot Vit Lon

夜のスタミナ源として好まれる孵化しかけのアヒルのゆで卵。売店のランプが小さいのは、光で殻を透かして孵化具合を確かめるためとも、グロテスクな中身を見えづらくするためともいわれる

ハノイ

鶏粥／ Chao Ga

ハノイのお粥は、米粒がなくなるまで煮込んだ、ドロっとしたタイプ。様々な種類があるが、夜に食べられるのは鶏肉入りが多いのだとか。ハノイ大教会近くに屋台が立つ

ダナン

黒ゴマのチェー／ Che Me Den

すり潰した黒ゴマを甘く仕立てた日本のぜんざいのような温かいスイーツ。夜に好んで食べられるのは、黒ゴマが持つ体を温める作用によって、安眠効果が期待できるからだという

ハノイ

ワンタン麺／ My Van Than

ワンタン（スイカオ／ Sui Cao）入りの中華麺。揚げたものと茹でたもの２種類のワンタンにチャーシュー、ニラなどがたっぷりと入る店も多い。旧市街に夜だけオープンする屋台が多い

ハノイ

焼き鳥／ Ga Nuong

「手羽／ Canh Ga」、「鶏もも／ Dui Ga」など様々な部位を串焼きにした焼き鳥。リーヴァンフー（Ly Van Phu）通りに専門店が集まるほか、ゴーガック（Ngo Gach）通りには屋台が立つ

ダナン　アヒル粥／ Chao Vit

お粥の中でもアヒル肉入りがダナンの夜の定番。軽い上に、中に入っているショウガが体温を上げ、快適な睡眠につながるといわれている。市内各所にある食堂や屋台でどうぞ