ベトナム人
100人に聞きました！

コムビンザンの名店

大衆食堂

ハノイとホーチミン市に住むベトナム人、それぞれ50人の計100人に、日本人にすすめたいコムビンザン（大衆食堂／ Com Binh Dan）を聞き取り調査。地元民がぜひとも連れていきたいと太鼓判を押すコムビンザン店を、両市5店ずつ紹介する。

撮影地:コムフォーコー／ Com Pho Co

※記事の情報は2019年1月取材時点のものです　※店舗等の都合や現地情報により内容が異なる場合があります

コムビンザンって何？

コムビンザン（Com Binh Dan）とは、ベトナムの家庭料理が味わえる大衆食堂のことを指す。店頭に数十種類のおかずが大きなトレーに入って並べられており、そこから好きなおかずを選んでご飯と一緒に食べる。通常のレストランと比べて内装はとてもシンプルで、エアコンなどは設置されていない店が多い。価格は1人あたり約2万～10万VNDと安価なのが魅力だ。

オーダー方法は、料理の前に立ち、スタッフに自分が食べたいものを指でさして伝えるだけ。行列ができていたら並ぶのが常識だが、割り込まれる場合があるので注意。オーダーした皿を自分で受け取ったら席に着く、もしくは座る席を指しておけばスタッフがテーブルまで持ってきてくれる場合もある。食べ終わったら会計という流れが一般的だ。肉か魚から1つ、野菜から1つ、スープを1つの組み合わせが定番なので参考にしよう。

ベトナム人にとってコムビンザンは「味」と「安さ」が大切で、人気店になるほど早い時間から長い行列ができる。しかし近年、コムビンザンへ食べに行く人が少なくなってきているという。理由は「衛生面」で、「安いけど臭い」「おいしいけど汚い」のはNGなのだ。もちろん衛生管理が徹底されている店もあるので、事前の口コミや行列の出来具合を見てしっかりと判断しよう。

豆知識①

システムが異なる？北部と南部

北部では自分の希望金額を伝えてスタッフがそれに合わせておかずの量を調整してくれる。南部では料理ごとに値段が設定されていてその合計金額を支払う、という場合が多い。

豆知識②

ティッシュで食器を拭くのは当たり前

見た感じ問題はなさそうでも、実際に洗っているところまでは見えてこない。ほとんどの人がテーブルに置かれたティッシュなどを使って食器を拭いているので、気兼ねなく拭こう。

Hanoi編

10/50人が選びました！

清潔感があるので安心して食べられます！
参考価格：
1人約4万〜8万VND

老若男女問わず好評の家庭の味
外国人も多く訪れる行列店

コムフォーコー
Com Pho Co

住 16 Nguyen Sieu St., Hoan Kiem Dist.
☎ (024) 2216 4028
営 10:00 〜 21:30
✉ comphoco@gmail.com
f @comphoco

シンプルな佇まいのコムビンザン店とは異なり、レストランのような店構えが特徴。内装は清潔に保たれており、食材選びも新鮮なものを使うなどこだわりをもっている。味は誰もがおいしいと感じるベトナムの家庭料理を意識。コムビンザン料理以外にも、「鶏肉の唐辛子&レモングラス焼き／ Ga Nuong Xa Cay」（8万VND）をはじめとした単品メニューも揃えている。旧市街に位置していることもあり、観光客も多く訪れる。オーナーによるスタッフへの接客指導が徹底されており、全員フレンドリーな対応で迎えてくれる。一部は簡単な英会話が可能なので、日本人も気軽に訪れやすい。

肉は弾力があって、食べ応え十分！

ベストチョイス

茹で豚モモ肉
Chan Gio Luoc

豚のモモ肉を茹で、型崩れしないよう冷めてからカットしたもの。茹でただけなので味付けはなく、エビの発酵調味料マムトム（Mam Tom）に付けて食べる

シャキシャキとした食感がクセになります

みんなのおすすめ

野菜の漬物
Ca Muoi Dua

キャベツやニンジン、アフリカンエッグプラントなどを漬物のように発酵させた野菜。さっぱりとした味わいで濃い味の料理に合う

野菜が苦手な人でも食べやすい料理です

みんなのおすすめ

インゲンの炒め物
Do Xao

インゲンをニンニクと一緒に炒めたシンプルな料理。ニンニクの風味が芯までしっかりと浸透。炒め過ぎず、シャキッと感が残っている

みんなのおすすめ

豚の角煮
Thit Kho Tau

黒砂糖などを合わせたソースで長時間煮込んだ豚肉と卵。肉は甘味があって柔らかく、卵も中まで味が染み込み、濃い味わいだ

こってりとした味なのでご飯との相性が良いです

肉団子のロット葉巻き
Cha La Lot

みんなのおすすめ

一口サイズなのでパクパク食べられます

豚肉のミンチ肉をロット葉で巻いて揚げた肉団子。ロット葉はパリッと揚っており、ジューシーな肉の風味を引き立ててくれる

サバのトマト煮
Ca Sot Ca Chua

みんなのおすすめ

サバをパリッとするまで焼き上げ、トマトやハーブのディルを一緒に煮込んだソースを上からかけている。パクチーものって風味豊か

トマトの酸味が効いてさっぱりとした味わい

タニシとバナナと豆腐の煮込み
Oc Om Chuoi Dau

まだ熟していないバナナや揚げ豆腐、タニシなどを塩、コショウ、砂糖、魚醤ヌックマム（Nuoc Mam）などと一緒に煮込んだ料理

店員のトイマトライ

おかずの種類が豊富！

7/50人が選びました

モットガイモーイ Mot Ngay Moi

参考価格：1人約6万～17万VND

住 72 Ma May St., Hoan Kiem Dist.
電 (024) 3828 0315 営 10:00 ～ 22:30

ローカル店が多く集まる旧市街のマーマイ（Ma May）通りにある店。おかずが並んだカウンターと、食事をするテーブルフロアは壁で仕切られており、食事中は混雑具合を意識せずにゆっくりと食べられる。単品メニューも用意されている。

パリッとジューシーな味わいです

ベストチョイス

エビと肉の春巻き Nem Tom Thit

ミンチにした豚肉やエビ、シイタケなどを丸め、ライスペーパーで巻いて揚げた春巻き。中身がぎっしりと詰められているので食べ応えがある

店員のマストトライ

アナゴのガランガル焼き Ca Chinh Nuong Rieng

ショウガのガランガルと一緒に焼いたアナゴ。ウナギのかば焼きのように淡泊な味で、ワサビ醤油と提供され日本人の口に合う

見た目ほど味が濃すぎず食べやすいです

ベストチョイス

豚肉リブの甘酢炒め Suon Xao Chua Ngot

魚醤ヌックマム（Nuoc Mam）や酢、砂糖、ニンニクなどを合わせたソースと一緒に炒めた豚肉のリブ。まろやかな味に仕上がっている

タケノコの炒め物 Mang Xao

タケノコを油で炒めたシンプルな料理で、シャキッとした食感が特徴的。さっぱりとした味わいだが、パクチーを一緒に炒めているので風味が強い

店員のマストトライ

コムニエウトーウイェン Com Nieu To Uyen

住 101-C2 Pham Ngoc Thach St., Dong Da Dist.
電 (024) 3852 6662 営 10:30 ～ 14:00 / 17:30 ～ 21:00

ハノイの中心部から少し離れたところにあり、地元民で賑わっている店。コムビンザンとしては料理の価格が少々割高だが、その分、店内は清潔に保たれており、料理の見た目も味も上品さが漂う。

6/50人が選びました

参考価格：1人約6万VND～

小さい窯で炊いたご飯がおいしい！

店員のマストトライ

揚げ豆腐のトマト煮 Dau Sot Ca Chua

ネギやトマトのソースなどと一緒に煮込んだ揚げ豆腐。トマトの酸味が効いてさっぱりとした味わいなので、たくさん食べられる

これ1品だけでもご飯が進みます！

ベストチョイス

豚肉のレモングラス炒め Thit Lon Xao Sa

レモングラスやピーマン、ニンニクなどと一緒に炒めた豚肉。ニンニクが効いて濃い味わいだが、レモングラスの風味も強くさっぱりとした味わいだ

コムクエー Com Que

住 40 Dinh Liet St., Hoan Kiem Dist.
電 (024) 3926 0020 営 10:00 ～ 22:00

ホアンキエム（Hoan Kiem）湖北部の噴水広場から徒歩約1分のところにあるため、観光客も多く訪れる人気店。観光地ではあるが料理の価格は安く、かつ店内には数席しかないため、常に混雑している。

ホアンキエム湖近くの観光地なのに安い！

参考価格：1人約3万VND～

4/50人が選びました

価格が安く、気軽に通えます

参考価格：1人約3万VND～

3/50人が選びました

コムリー Com Ly

住 6 Le Van Huu St., Hoan Kiem Dist.
電 (024) 3822 9965 営 9:00 ～ 21:00 f @comly6levanhuu

在ハノイ日本人が多いハイバーチュン（Hai Ba Trung）区から徒歩圏内だが、観光客はほぼ見られず地元感の強い店。2階席があり、大人数で訪れて大いに盛り上がっているグループも見られる。

牛肉の煮込み Thit Bo Kho

ショウガなどと一緒に長時間煮込んだ牛肉。肉は固めだが、ショウガの味がしっかりと染み込んでおり、さっぱりとした味わいだ

店員のマストトライ

肉団子は弾力があり、風味も豊かです

ベストチョイス

ミートボールのトマト煮 Thit Vien Sot Ca Chua

豚肉やシイタケのミンチ、コショウなどを混ぜて肉団子にし、ネギやヌックマムを少々入れたトマトソースで煮込んだもの

HCMC 編

5/50人が選びました！

店内が清潔で利用しやすい！
参考価格：
1人約3万5000VND～

常連客で常時賑わう人気店
目移りするほど
豊富なメニューが自慢

バップカーイティム
Bap Cai Tim

住 18A/5 Nguyen Thi Minh Khai St., Dist. 1
☎ 091 413 8384 ⏰ 6:30～21:00

3年前に日本人や韓国人が多く住む現在のエリアへ移転後、周辺のオフィスや学校からだけでなく、外国人も多く訪れるようになった。同店のオーナーが「家庭料理のように強過ぎない味付けで、かつ多種多様の料理を用意しているので、毎日のように通う常連さんが増えた」と話す通り、常に賑わいを見せている。10時30分～14時のランチタイムは約12品のおかずを提供。ほかにも麻婆豆腐やオムライスといったアラカルトメニューも充実している。ランチ限定でサラダビュッフェ（6万5000VND）もあり、たくさん野菜を取りたい時や、ダイエット中の人にもうれしい。

南部独特の甘味と酸味が味わえます

ベストチョイス

揚げ豆腐のトマト煮
Dau Hu Sot Ca

揚げ豆腐をトマトとネギと一緒に煮込み、魚醤ヌックマム（Nuoc Mam）や塩、味の素などで味付け。砂糖が入っていて甘味が強い

外側はパリッと、中はふっくらジューシー！

みんなのおすすめ

焼き魚
Ca Chien

サバ科の「グルクマ／Ca Bac Ma」の塩焼きで、ニンニクと合わせて調理しているので臭みはあまりない。ニンニクを入れたヌックマムベースのタレに付けて食べる

えびの甘辛炒め煮
Tom Ram

ヌックマムや砂糖を入れて炒めた甘じょっぱい料理。水を使わず炒めている分、調味料の味が中までしっかりと染み込んでいる

少しピリ辛だが、辛いものが苦手な人でも食べやすい！

みんなのおすすめ

黒コショウの香りが豊かで、甘辛い味です

みんなのおすすめ

牛肉と野菜炒め
Thit Bo Xao

牛肉をオイスターソースやニンニクなどで炒めた後、タマネギ、ブロッコリー、ニンジン、チャイニーズセロリを加えて再度炒めている

ゴーヤスープ
Canh Kho Qua

ゴーヤの中にある種とワタをとり、豚肉のミンチやキクラゲなどを混ぜ合わせた生地を詰め込んでから煮込んだスープ。パクチーも入っている

みんなのおすすめ

コショウのピリ辛さはご飯との相性が抜群！

鶏肉のレモングラス＆唐辛子煮込み
Ga Kho Sa Ot

鶏肉と、みじん切りにしたレモングラスや唐辛子を一緒に煮込んだ料理。特にレモングラスの香りが強く、ピリッと酸っぱい味わいだ

店員のトマトライ

味付けはさっぱりでいくら食べても飽きない！

みんなのおすすめ

空心菜のニンニク炒め
Rau Muong Xao Toi

空心菜をニンニクやヌックマムなどの調味料と一緒に炒めたシンプルな料理。香ばしいニンニクの香りと、空心菜のシャキシャキとした食感が特徴

9/50人が選びました

価格は少し高めだがおかずは約50種類と豊富！

コムミンドゥック
Com Minh Duc

参考価格：1人約5万VND～

住 35 Ton That Tung St., Dist. 1
電 (028) 3839 2240 営 10:00 ～ 21:00

1区のトンタットトゥン（Ton That Tung）通りで長年営業している有名店。店内は広くて清潔感があり、2階はエアコンも完備。店の向かいには同店系列の魚やエビなど乾燥食品を販売する店もある。

濃厚なタレがご飯に合います！

ベストチョイス

豚の角煮と煮卵
Thit Kho Trung

ヌックマムや砂糖などと一緒にじっくり煮込んだ豚肉と、ゆでたあひるの卵。肉はとろけるように柔らかく、卵は弾力があり味が中まで浸透している

こってりとした味わいでご飯との相性が良い！

ベストチョイス

牛肉のショウガ煮
Bo Kho Gung

牛のすね肉をショウガで煮込んだ北部料理。ショウガの辛味で体が温まる1品。肉は歯ごたえがあり、噛むほど旨味が口の中に広がる

店員のトライ マストライ

イカの肉詰め
Muc Don Thit

トマトソースで煮込んだイカ。イカはカリカリッとした弾力があり、中には豚肉のミンチとキクラゲなどが詰められている。唐辛子も入って辛味もあり

コムバーカー（ドンニャン）
Com Ba Ca（Dong Nhan）

住 11 Ton That Thiep St., Dist. 1
電 (028) 822 5328 営 10:00 ～ 20:30

1961年に営業を開始した老舗で、チュオンディン（Truong Dinh）通りに2号店がある。南部風にアレンジされていない、北部の本格的な味が楽しめる。なお、注文後のスープや漬物は有料なので注意。

参考価格：1人約6万VND～

北部の味を堪能できるホーチミン市の有名な老舗

4/50人が選びました

店頭には鶏の丸揚げが置かれているが、オーダーすれば食べやすいサイズにカットしてくれる。皮はパリパリとして、肉は柔らかい

揚げ鶏肉
Ga Chien

店員のトライ マストライ

店員のトライ マストライ

豚肉と、細長く切ったブロッコリーやカリフラワー、インゲンなどを塩で炒めた料理。炒め過ぎていないので、野菜はシャキシャキ

豚肉の野菜炒め
Rau Xao Thit Heo

豚肉は同店オリジナルのタレを付けて焼いています

ベストチョイス

豚肉のリブと砕き米
Com Tam Suon

精米時に飛び散る細かい米を炊いた「コムタム Com Tam」と、豚肉のリブや魚醤と合わせて食べる。サイゴン定番の朝ごはん

コムトゥアンキエウ
Com Thuan Kieu

住 24-26 Ton That Tung St., Dist. 1 電 (028) 3925 0935
営 6:00 ～ 21:00 http://comtamthuankieu.com.vn

創業は1970年。現在は市内に7店を展開している人気チェーン店。外国人もよく訪れており、日本人が多いのは1区のディンティエンホアン（Dinh Tien Hoang）通りとトンタットトゥン通りの2店。

参考価格：1人約2万2000VND～

コムタムとコムビンザンが一緒に楽しめる！

3/50人が選びました

参考価格：1人約2万VND～

路地裏にあり隠れ屋的な雰囲気です

2/50人が選びました

コムフーヤー
Com Phu Gia

住 212B/D18B Nguyen Trai St., Dist. 1
電 090 872 5237
営 11:00 ～ 20:00

グエンチャイ（Nguyen Trai）通りの路地裏ヘム（Hem）の中にあり、場所は少々わかりにくいため事前に地図で調べて訪れよう。店内は狭くすぐ人で溢れるため、店外に座って食べる人の姿も見られる。

豆腐の肉詰め
Dau Hu Nhoi Thit

豆腐と豚肉のミンチ、トマトを一緒に煮込んだ料理。煮込み時間が短いため、豆腐やトマトは煮崩れし過ぎず、素材そのものの味を楽しめる

店員のトライ マストライ

魚はふっくらとホクホク柔らかい！

ナマズの土鍋煮
Ca Hu Kho To

ヌックマムや塩、砂糖などを入れ、土鍋で煮込んだナマズ料理。唐辛子も入れて煮込むため、川魚独特の臭みが抑えられている

ベストチョイス