



~牛乳ができるまで~

牛乳の名産地 バヴィの農場に潜入!

ハノイ中心部から北西へ約70km、車で約1時間半のバヴィ (Ba Vi) 高原。1年を通して涼しい気候が乳牛の飼育に適しており、牛乳の産地として有名だ。 農場が連なり"牛乳ストリート"と呼ばれる通りにある乳牛の研究機関「バヴィ牛・牧草研究センター/ Ba Vi Cattle & Forage Research Center」のタン・スアン・ルー (Tang Xuan Luu)さんに話を聞いた。

ベトナムのミルク事情

きっかけはフランス人 ベトナムの酪農歴は100年ほど

乳牛が存在しなかったフランス統治時代。在住のフランス人向けに牛乳を作るため、1920~1923年頃にフランス人がレッドシンディ (Red Sindhi)種の乳牛を持ち込み、ベトナムの酪農の歴史が幕を開けた。1930年以降には乳牛の飼育を主として行う農場の数が増え始めた。

1954年にはジュネーヴ協定により、北ベトナム(ベトナム 民主共和国)がフランス統治から解放される。国の復興手 段として酪農に注目した政府は、バヴィやモックチャウ(Moc Chau)などで国営農場や乳牛研究センターを立ち上げ、海 外から乳牛の輸入を開始。1975年のベトナム独立以降は、 全国で酪農が発展していった。(バヴィ牛・牧草研究セン ター調べ)

乳業の発展はこれから! まだまだ追いつかない国内生産

地場メディアによると、年間の1人あたりの牛乳消費量は世界平均80ℓに対し、ベトナムは20ℓにとどまる。需要は年々増え続けるものの、国内生産される牛乳は消費ニーズの30%以下というのが現状だ。

2020年の生乳生産量は108万6300tで、2019年比で10.2%増となった。ベトナム商工省のデータによると、前年比3.7倍増となる10億USD相当の牛乳・乳製品を海外から輸入しており、市場においては牛乳・乳製品の価格が高い理由の1つとなっている。今後は、国内生産で需要をカバーできるよう、さらなる発展が求められている。





30年以上も愛され続ける 飾り気ない素朴な味わい

Sua Tuoi Huong Chanh スアトゥオイフーンチャン

クチ (Cu Chi) 県の契約農場から毎朝届く生乳を、店内で 殺菌処理して販売。色鮮やかなフレーバー牛乳は、見た目に 反して甘さはそこそこ。どこか懐かしい味わいで、1度飲んだら やみつきになる。飲食スペースがなく、バイクに跨ったまま購入 していく客が多い。宅配アプリ「ナウ/ Now」で注文できる。



106 Tran Dinh Xu St., Dist. 1, HCMC **3**094 731 3123





(左から) 「ヨーグルト/ Yoghurt」 (90ml) 1万5000VND、「ヤギのミルク/ Sua De」 (250ml) 3万VND、「Sua Tuoi」 (250ml) 2万5000VND。ヤギのミルクは好みの量の砂糖を追加して飲む

癖のないあっさりミルク 外国人でも気軽に入れる人気店

Kim Thanh キムタイン

1990年の創業以来、甘さ控えめのプリンがベトナム人の みならず観光客にも人気な有名店。その秘密は、ホックモン (Hoc Mon) 県にある提携農場から毎日約30ℓを仕入れて いる牛乳だ。同じ農場からヤギのミルクも仕入れており、濃 厚で癖のない味わいが楽しめる。牛乳はあっさり風味で砂 糖入りとなしがあり、ヤギのミルクは砂糖なしの販売のみ。



1 4 Le Van Huu St., Dist. 1,

(028) 3829 3926 ☎ (月~金曜) 6:30 ~ 16:30、 (土・日曜) 6:30 ~ 14:00

バヴィの新鮮ミルクが飲める 乳製品販売の老舗店

Huong Son Milk フオンソンミルク

「バヴィ牛・牧草研究センター」に勤めていた店主が、乳製品にな じみの薄いハノイの人々に「ミルクを広めたい」と約30年前に開 業した。定番商品は、研究センター直属の農場から仕入れる「フ レッシュミルク」(3万VND ~)。 臭みがなく爽やかな味わいながら、 旨味がしっかりと感じられる。

■ 2 Tran Huy Lieu St., Ba Dinh Dist. Hanoi

- **(024)** 3994 6608
- **2** 7:30 ~ 22:30
- @suadehuongson ※ほか市内に1店舗





ヤギのミルクから作 Caramen」(1万 VND)も人気

MILK



牛乳愛がたっぷり詰まった

MILK 一歩先のおしゃれミルク専門店

信頼できる契約農場から仕入れ、フレッシュなうちに手元へ届けてくれる安心・安全の専門店も外せない。思わず写真を撮りたくなる "映え" パッケージにも注目だ。



1番の売れ筋は、フレッシュミルクの上に同じ牛乳から作った生クリームを加えた濃厚な味わいの「クリームラインミルク/ Creamline Milk」。よく振ってから飲むのがポイント。 (250ml) 2万5000VND、(500ml) 3万8000VND



なめらかでほんのり甘い「ナチュラルスムーズヨーグルト/ Natural Smooth Yogurt」は、(100ml) 2万VND、(200ml) 3万VND。「ギリシャヨーグルト/ Greek Yogurt」は(200g) 4万6000VND



店内では、フルーツやジャムなどでアレンジを加えたオリジナルメニューも充実。商品はウェブサイトからも購入できる。品揃えは日によって変わるので、事前に問い合わせよう

牛乳で、環境を守る 地球にやさしいパッケージ

Hanimi Chef's Kitchen ハニミシェフズキッチン

100%カナダ産の純血種乳牛を飼育するタイニン(Tay Ninh)省の「エムディー農場/Trang Trai MD」と契約し、1日約100kgの牛乳を生産する「ハニミ/Hanimi」。搾乳して7時間以内に72℃で殺菌・瓶詰めを完了させて鮮度を保っている。年々深刻化しているホーチミン市のプラスティック廃棄量の削減を目的に、パッケージはペットボトルではなくガラス瓶を使用。飲み終わった後は、返却すると1L瓶は1万VND、500ml瓶は5000VNDがキャッシュバックされる。











65 Ha Huy Tap St., Phu My Hung Ward, Dist. 7, HCMC
1090 816 3882 / [宅配] 090 819 8148
7:30 ~ 21:00 / [配達] 8:00 ~ 21:00
I Hanimi Chef' Kitchen www.hanimidairy.com



た「ホールミルグ/ Whole Milk」。 別や香料、添加物は 一切使用していない。 (950ml) 6万VND

③ 090 566 9366 ❸ 7:00 ~ 17:00 ❷ info@familk.vn ∰ @familk.vn www.familk.vn

牛乳以外の "ミルク"も揃う。「黒 ごま豆乳 / Black Sesame Soymilk」 (250ml) 2 万 7000VND、「アーモンドキノアミ ルク / Almond Quinoa Milk」 (250ml) 2万7000VNDなど

家族の健康のために 毎日飲みたい栄養満点牛乳

Familk ファミルク

「家族みんなで毎日飲んでほしい」。そんな思いを込めて名付けられ2012年に誕生した「ファミルク」では、乳タンパク質のホエイ(乳清)を取り除かず、低温殺菌処方で丁寧に仕上げた牛乳を販売する。製品は全て「パスツール研究所」にて検査され、安心がしっかり保証されているのも特徴だ。毎週決まった曜日に届けてくれる定期宅配にも対応しており、ウェブサイトで簡単に申し込める。



食べたい逸品

自然を近くに感じられるように 子どもたちに本来の味と栄養を

Detrang Farm ゼーチャンファーム

動物や野菜などの"自然にあるもの"を「子どもたちにもっと知ってほしい」との思いでバヴィに作られた「ゼーチャンファーム/ DeTrang Farm」。牛乳本来の自然な味と栄養素をそのまま届けるため、香料や保存料などは一切使っていない。ハノイ市内は、一部を除いて宅配に対応。子どもをターゲットにした、乳搾りが体験できる農場見学ツアーも実施している。



自然に触れ合う見学ツアーは家 族で参加したい。詳細や予約は ホットラインまで問い合わせを

閏 [事務所] 26, Ngo 31, Xuan Dieu St., Tay Ho Dist., Hanoi **②** (024) 2242 6868 / 093 116 0099

■ 8:00 ~ 17:00■ detrangfarm@gmail.com https://detrangfarm.vn





定番のヤギのミルク のほか、「フレッシュ牛 乳/Sua Bo Thanh Trung」(4万VND)な ど新鮮な搾りたてを販 売している

スーパーやコンビニで買えるミルク ₹好みを発見! 牛乳チャート

店頭にずらりと並ぶ牛乳の数々。ベトナムならではの「砂糖入り」牛乳を間違って買ったこともあるだろう。 砂糖入り以外に、フレーバーミルクも豊富にある。どれを買えばよいのか迷ったときの参考にぜひ。

🗬 砂糖入り牛乳が多いワケ

牛乳が飲まれるようになってからまだ日が浅いベトナムで は、牛乳独特の味わいに飲みづらさを感じる人が多い。砂 糖を加えることで、口当たりをまろやかにした牛乳が販売さ れている。「ドゥオン/ Đường (砂糖) |ありは「コードゥオン / Có Đường」、少な目は「イットドゥオン/ Ít Đường」、なし は「ホンドゥオン/ Không Đường」と記載されているので、 購入前にパッケージをよく確認しよう。

ロングライフ牛乳って何?

冷蔵エリアではなく、常温棚に陳列されている牛 乳。これはベトナムでは一般的な「ロングライフ 牛乳 | で、牛乳を140℃程度の高温で2~5秒 殺菌するUHT法 (Ultra-High Temperature Processing)で処理したもの。無菌状態で包装 され、常温で2ヶ月ほど長期保存ができる。開封 後は冷蔵庫で保存しよう。



Vinamilk ヴィナミルク

ホーチミン市7区に本社を構えるベトナム 乳製品業界きっての大手メーカー。1995年 以降、毎年「ベトナム高品質製品トップ10 / Top 10 Vietnamese High Quality Product」を受賞し続けている。

TH true Milk

ティーエイチトゥルーミルク

2008年に設立され、2010年よりブラン ドとして始動したゲアン(Nghe An)省に 自社農場を持つ大手メーカー。アメリカ、 オーストラリア、ニュージーランド、カナダ から輸入した乳牛を飼育している。

Dalatmilk ダラットミルク

標高1000m以上、平均気温15~ 25℃のダラット高原に自社農場を 持つ。シェラトンやパークハイアット、 プルマンなどの有名5つ星ホテルで も愛用されている。

Lothamilk

ロタミルク

本社はドンナイ (Dong Nai) 省にあり、消 費者の健康を第一に考えて、自然の味が 楽しめる低温殺菌処方にこだわった商品 を主に販売している。2017年にISOの食 品安全管理システムの認証を受けた。

CP-Meiii シーピー・メイジ

1989年、タイ大手のジャルーン・ ポーカパン (Charoen Pokphand) と明治ホールディングスによる合 弁会社として設立。2019年よりべ トナム市場に進出した。

Farm milk ファームミルク

100%オーガニック飼料のみで乳 牛を飼育。防腐剤を使用せず、ビタ ミンA、D、B12などの栄養素やタン パク質、天然のミネラルを豊富に含 んだ牛乳を販売している。

Môc Châu Milk モックチャウミルク

ソンラー(Son La)省を拠点に、主にベトナ ム北部で乳製品を販売。2017年に「高品 質ベトナム製品 | を受賞、2019年よりビナ ミルクの傘下となった。ベトナム北部に専門

フレッシュミルク 砂糖なし

容量 階肪分 一カロリー

※表示のカロリーは、100mlあたり





64.6kcal



950ml 3.5%





3.8%

64.6kcal



900ml





880ml

880ml



946ml

2.8%



3.5%



店を20店舗以上展開している。

3.6%

880ml

63.6kcal

880ml 3.4%

1 250ml 3.4%

63.6kcal

フレッシュミルク 砂糖あり



900ml

3.6% 75.6kcal



950ml 3.4%

73kcal



3.6%

78.4kcal



(Ong Tho /寿老人)

946ml

73kcal



76.6kcal

76.6kcal

ロングライフミルク 砂糖なし



1000ml 3.5% 60.3kcal



______220ml 3.5%

60.3kcal







1000ml



3.8%

65kcal

使い切りサイズ (40gx6個) は2万5000VND、 チューブタイプ (165g) は1万6000VND、缶

(380g)2万3500VNDは(※コープマート調べ)

ベトナムの必需品!? コンデンスミルク

あま~いコンデンスミルク (加糖練乳)は、 牛乳に糖分を加えて濃縮させたもの。缶を 買っても使い切れない…という人は、使い 切りサイズやチューブタイプをぜひ。これで 自宅で簡単にベトナムコーヒーが作れる!



220ml

3.6% 63.6kcal

ロングライフミルク

砂糖あり



1000ml 3.5%

75.1kcal



3.2% 73.2kcal

______220ml 3.2% 73.2kcal



3.6% 78.4kcal

______220ml

😭 How to Drink 紙パウチ牛乳

紙製パウチに入った牛乳は、ハサミで角を少し切り落と し、そのまま口を付けて飲む派と、切り落としたスキマに ストローを刺して飲む派がいる。ちなみに、ロングライフ 牛乳のためスーパーでは常温コーナーに置かれること が多いが、コンビニでは冷やして販売されている。



220ml 3.5%

77.5kcal

フレーバーミルク



○ 30

220ml 3.1%



7 220ml 🤼 3.0% 76.8kcal





180ml 3.2% 80kcal



3.5%

63.5kcal







3.6% 85.2kcal





82kcal



メロン味 ______200ml 4.4% 86.5kcal 80.5kcal



______200ml 4.5%





110ml

3.5%

110ml 3.5% 33.5kcal

110ml 3.5%

110ml

34.3kcal

3.5%

🚮 87.1 kcal