



## Hu Tieu (フーティウ) ～ベトナム南部の名物料理～

北陸銀行 国際部  
ホーチミン駐在員事務所  
グエン・ゴク・ビン・アン

### 1. はじめに

皆様は、ベトナムの麺料理と言えば何が思い浮かぶでしょうか。「フォー」の名前を耳にしたことがある方は多いのではないのでしょうか。

種類豊富な食材をバランスよく使い、異なる地域や民族の文化が混ざり合ったベトナム料理は、バラエティ豊かです。麺料理ひとつとってもさまざまなものがあります。本レポートでは、南部の代表的な麺料理「フーティウ」をご紹介します。

### 2. Hu Tieu (フーティウ) の起源

フーティウは、ベトナム南部発祥の麺料理で、主に南部の主要都市であるホーチミン市やその近郊でよく食べられています。もちもちとした米麺に、スープ、豚肉、エビ、もやし、ニンニク、タマネギ、香味野菜などの具材を混ぜた麺料理で、その独特な風味が評価され、人気を博しています。

フーティウの起源は、ベトナム南部のメコンデルタ地方だと言われています。豊かな水田や川・運河に恵まれた肥沃な土地で、農業、漁業が盛んなメコンデルタ地方の料理は、昔からさまざまな文化の影響を受けてきました。フーティウも元々は中国系住民が持ち込んだ料理に現地食材が組み合わせられ、時代とともに変化してきました。



フーティウは、スープなしがスープ有りが選べ、その時々で異なるテイストを楽しむことができます。また使用される米麺は、特別な種類のお米から作られていることから、その独特の食感が魅力です。同じく米粉で作られるベトナム北部発祥のフォーよりもコシがあり、しっかりとした歯ごたえがあるのが特徴です。



フォーティウ・ドライ【汁なし麺】(写真左)とフォーティウ【汁あり麺】(写真右)

### 3. フーティウの名店「フーティウ・ナム・ヴァン」

ホーチミン市で最も有名なフーティウレストランの一つが「フーティウ・ナム・ヴァン」です。当店で提供されるフーティウ・ナム・ヴァンは、カンボジアのプノンペンの郷土料理の味を再現したものです。先祖代々引き継がれたレシピで作られたフーティウは絶品です。スープの豊かな風味とたっぷりの具材が評判を呼び、今ではホーチミン市で1、2を争う人気店に成長しました。本場のフーティウを堪能したい方は、是非このレストランを訪れることをおすすめします。

### 4. おわりに

近年、フーティウは海外でも注目を集めています。世界中のベトナム料理レストランでフーティウが提供されており、食感はもちろんのこと、個々の食事の好みに合わせられる味付けの柔軟性が魅力です。

ぜひ一度、お近くのベトナムレストランをはじめ、機会があれば、ホーチミン市の賑やかなレストランやストリートでフーティウを味わってみてください。また、自宅でフーティウを料理してみるのも面白いと思います。そうすれば、きっとあなたにもフーティウがベトナム南部に住む人たちのソウルフードである理由が分かると思います。

<ご注意>文中意見は筆者の個人的見解であり、北陸銀行としての見解の反映ではありません。当レポートは作成時点の経済状況に基づき、情報提供のみを目的に作成したものです。

記載内容については利用者の判断と責任のもと、ご利用くださいますようお願いいたします。

**ほくりく長城会**

**長城メール**

発行：北陸銀行 ほくりく長城会事務局

〒920-0024 金沢市西念1-1-3 コンフィデンス4F

((株)人材情報センター内)

TEL: (076)254-6500 FAX: (076)254-6565

E-mail: info@chojo-hokugin.jp