海外レポート	**ベトナム　ハノイ**

「ベトナムの米と食文化」

中川　良一

2021 年ベトナムの米の輸出量は 620 万トンで、輸出総額は 32 億米ドル、インドそしてタイに次いで世界第３位の米輸出国で、世界の米輸出量の約 12.5%を占めています。

これまで栽培された米の品種は 600 以上あり、最近では、ベトナムで開発された品種「ST24」は、2017 年国際コメコンクールで第 2 位を獲得し、2019 年には「ST25」 がベトナム初の国際コンクールで最優秀賞を獲得しました。これによりベトナム米は、「世界で一番おいしい米」と評価されるようなりました。

＜米を利用した伝統料理＞

ベトナムはご存じのように南北に長く、面積は九州を除いた日本の面積に等しく、54 の民族が暮らす人口 9,800 万人の国家です。稲作は、南部は三期作、北部は二期作中心に行われています。そのため各地には、米を利用した伝統料理が数多くあります。

例えば、毎年お正月には欠かせない米料理は、パインチュン(Banh Chung)と呼ばれるもち米料理です。豚肉と緑豆あんこを、緑に着色されたもち米で包んだ四角い形の正月料理です。またホーチミン市を含む南部都市では、同様の料理をバンテト（Banh Tet）と呼びますが、最後にバナナ葉で包みます。

麺類なら、ベトナムの代表料理の１つであるフォーです。豚骨、鶏骨、牛骨を長時間煮詰めたスープに、肉や鶏肉が一緒に盛られています。通常３万～15 万ドン（約 176 円～881 円）で食べることができ、最もポピュラーなベトナムフードです。

【お正月に欠かせない米料理「パインチュン」】

【ベトナムの代表料理「フォー」】

＜さまざまな商品開発が進行中＞

米はベトナムで最もポピュラーな食材ですが、現在さまざまな商品開発が行われています。一例として、2019 年に米粉を用いて作られた、使い捨てストローです。

ストロー開発を行った村は、元来米粉から様々な麺類を生産する 100 年以上の歴史がある村です。この米粉ストローは、他の環境に配慮した紙や竹ストローと比較し、大きな優位性があります。EC サイトで販売価格を比較すると、竹は １本あたり５千ドン（約 30 円）ですが、米粉ストローは 550 ドン（1 本約３円）と手ごろな価格で販売されています。18 カ月間も保存可能だそうです。利用後は、食べるのも良し。廃棄しても数カ月後には分解され土に戻ります。400 年以上分解されないプラスチックストローと比較しても、環境に配慮された優れた材料であることがわかります。少し硬めですが、紙のストローのように味が移ることもなく、使用感は抜群です。

また抗がん剤の原料として、薬効性の高い稲の品種改良も進んでいます。医療分野にベトナム米が使われる日もそんなに遠くないかもしれません。

【最優秀賞を獲得した「ST25」】

【米粉ストロー】

こちらの記事は、昨年 11 月末に執筆し、中国新聞 SELECT「最前線ビジネスサポーター発」にも一部、掲載されました。