



【ベトナムのおやつ】

ベトナムにはおやつがたくさん売っています。「種類が多すぎてどれを選んでいいのか分からない」という方のために、スーパーマーケットなどで気軽に購入することができる「ベトナムおやつ」を紹介します。

① Banh Dau Xanh / バインダウサイン

緑豆ケーキとしてハノイ人に愛される茶菓子。古くからベトナムにあり、旧正月でよく食べられるベトナムの代表的なお菓子のひとつです。緑豆粉を固めた落雁のようなこのお菓子はきなきに似ていて、どこか懐かしい優しい味わい。ふわふわな食感、お茶うけにぴったりです。現在では多くのメーカーから販売されているため、スーパーマーケットなど比較的どこでも購入することができます。



② O Mai / オーマイ

街を歩いていると出会う色とりどりのフルーツ。せっかくの美味しいフルーツをお土産にしたい！そんなときにぴったりのベトナム風ドライフルーツ「O Mai / オーマイ」。梅や桃、ライチ、マンゴーなどのフルーツを砂糖や塩、唐辛子などと一緒に乾燥させたこのオーマイは、古くからベトナムで愛されているおやつです。果物の種類や味付けは、ショップにもよりますが、30種類以上に上ることも。好きなフルーツを購入してみましょう。



③ Banh Com / バインコム (北部でのみ購入可能)

バインコムは緑色の早稲のもち米で作られたお菓子。どこか懐かしい草餅の香りがし、中には緑豆の黄色い餡が入っています。結婚式でも配られるお菓子で、日本の紅白まんじゅうのような位置付け。一口食べてみると、草餅の中に白餡が入った和菓子のようなです。餡の中にはココナッツが入っているので、サクサクの食感も楽しめます。見た目は緑色の不思議な食べ物ですが、食べてみたら絶品です。



④ Keo Thap Cam / ケオ タップカム

子どもから大人まで幅広い世代に愛されている国民のお菓子です。わかりやすく言うとキャラメルウエハースで、それにゴマやナッツがサンドされています。どこか懐かしさを感じるベトナムの伝統お菓子。お茶請けにもぴったりで、ご友人とのティータイムにもおすすめです。スーパーマーケットでは、箱入りから小売りまでさまざまなニーズに応えられるよう、所せましと並べられています。



⑤ Mit Say / ミットサイ

世界最大フルーツ「ジャックフルーツ」。世界最大と言われているだけあって、重さは30キロを超えることも多々ある果物。をフライしたお菓子。少し独特な匂いにはじめは戸惑うかもしれませんが、バナナやリンゴっぽいような甘酸っぱい味がします。バナナのようなちょっと濃厚なまったりしたところもあり、ヤミツキになる味です。食感はサクサクバリバリ。フライですが、重たくないのもうれしいところです。ベトナム駐在外国人が帰国時に持ち帰るお土産リストには、必ず入るといわれている、ベトナム人だけでなく外国人にも大変人気のあるお菓子です。

