

## MALTE

Première Bac pro restauration

Dans ce cours :

- Carte et ressources
- Les spécialités culinaires et recettes
- Les bonnes tables et Les chefs connus
- Les sites internet

### Présentation et gastronomie



**Capitale** : La Vallette

**Superficie** : 316 Km<sup>2</sup>

**Principales villes** : Mosta, Senglea, Victoria, Rabat, Vittoriosa, Cospicua, Birkirkara...

Ile de méditerranée située au sud de l'Italie et au nord-ouest de la Tunisie. Malte souffre d'un manque d'eau, l'agriculture peu développée, ne couvre que 20 % des besoins alimentaires. Son relief calcaire est peu élevé. La cuisine Maltaise est un mélange de celles du Maghreb et de l'Italie.

### La carte



### Les produits Marqueurs

#### Produits de l'élevage et de la chasse

- Lapins, chèvres, moutons.

#### Produits de l'agriculture et du maraichage :

- Artichauts, tomates cœur de bœuf, pommes de terre, oignons, herbes aromatiques, choux, courgettes, aubergines, fèves, pois frais, poivron, olives, raisins, melon, figue, pastèques, pêches, prunes, oranges, citron...

#### Produits de la pêche

- Daurade, calamar, poulpe, oursin, langouste, rascasses, rougets, mérrou, étrilles, coquillages...

#### Produit de l'agro alimentaire

- Huiles d'olives, miels de Gozo, de Mellieha, sel de mer...

#### Produits laitiers

Fromages de chèvre ou de brebis en forme de boulettes.

## Les spécialités et les recettes

### **Makku frits**

Petites friture locale

### **Polpetti**

Galette de pommes de terre et makku

### **Tadam mimli**

Tomates farcie d'anchois, oignon, câpres et parmesan.

### **Sopa aljotta**

Soupe de poissons au riz

### **Sopa tal grotli**

Bisque de crabes de roche

### **Sopa ta l'armla**

Soupe de choux au fromage de chèvre ou de brebis

### **Kusku**

Soupe tomatée aux fèves et pois frais agrémentée de petites pâtes et parmesan

### **Pastizzi**

Sorte de ravioles à la ricotta

### **Arzell bil bajd**

Clams farcis sauce au beurre

### **Stuffat**

Ragout de poulpe et d'escargots aux artichauts et olives noires

### **Bragjoli**

Paupiette de bœuf braisée au vin rouge, farcie de bacon, pain, œuf dur et fines herbes

### **Gelat bil gobon**

Glace au parmesan et miel dont la recette remonte au XVIII<sup>e</sup> siècle

### **Mqaret**

Petits gâteaux frits fourrés de figues

Pudding chocolaté au fruits confits

Biscuits à l'anis et à l'orange

Beignets parfumés à la fleur d'oranger, puis passés au miel.

## Les bonnes tables

Il re Del Pesce à Marsascala

## Produits avec sigles officiels

## Menu

**Sopa ta l'armla**  
Soupe de différents choux au fromage de chèvre ou de brebis

**Arzell bil bajd**  
Clams farcis sauce à l'œuf

**Fenek moqli**  
Ragout de lapin au vin blanc

**Gbjniet de Gozo**  
Boulette de fromage de chèvre ou de brebis

**Mqaret**  
Petits gâteaux frits fourrés à la figue