



Malta

Tourism Authority

Gårdsupplevelser och genuina smaker – agroturismen växer på Malta

Maltas matkultur präglas av småskaligt jordbruk, lokala råvaror och en tradition där landsbygdens rytm och smaker tar plats vid matbordet. Genom agroturism och satsningar på från-jord-till-bord ges möjlighet att uppleva ögruppens kulinariska arv och vardagsliv på nära håll.

Från historiska influenser till lokala specialiteter

På Malta står de lokala råvarorna i centrum. Klimatet gynnar tomater, persikor, blodapelsiner och potatis, medan havet bidrar med säsongsfångad fisk som den milda, magra *lampuki*, särskilt uppskattad under hösten. Århundraden av historiska influenser har format ett eklektiskt kök, där många traditionella rätter har provensalska inslag, bland annat genom att vin ofta används som smaksättare. Samtidigt är det italienska köket påtagligt i restaurangutbudet, med både pizza och pasta i maltesisk tappning.

Bland de mest välkända specialiteterna finns *pastizzi* – frasiga bakverk fyllda med ricottaost eller ärtpuré – och det rustika, ringformade brödet *ftira*, som fylls med tonfisk, tomat, kapris, oliver och färska örter. Ofta tillkommer lokala ostar och röror, till exempel bönröran *bigilla*. Den maltesiska vardagsmaten rymmer även varma soppor med grönsaker och ost, matiga pastarätter bakade i ugn samt olika former av fyllda grönsaker.

Tuta Agrotourism – hållbar innovation på Gozos landsbygd

På Gozo, med utsikt över kustorten Xlendi, ligger Tuta Agrotourism – en modern gårdsanläggning där hållbarhet och närproducerad mat står i centrum. Verksamheten drivs av bröderna Jochen och Stephan Tabone, som tillsammans med andra familjemedlemmar har skapat blomstrande odlingar trots Gozos torra klimat, tack vare en godkänd underjordisk källa. Gäster bor i fristående rum omgivna av trädgårdar och serveras måltider lagade på råvaror från gården, producerade bara några hundra meter bort. Den mjölkgård och det växthus som deras farbror driver i närheten går också att besöka.

Ta' Ġingel – familjetraditioner och genuina smaker nära St Paul's Bay

En annan uppskattad agroturism är Ta' Ġingel i närheten av St Paul's Bay. Med rötter i flera generationers jordbruk har Mark Micallef och hans familj utvecklat ett B&B med fokus på familjetraditioner och närproducerad mat. Gårdens egen tillverkning av *gbejna* – de små ostarna som är typiska för Malta – är central, och större delen av Ta' Ġingels meny bygger på produkter från den egna marken och närliggande odlare. Måltiderna serveras med nybakat bröd, färska grönsaker, oliver och lokala viner, och på gården finns även en butik som säljer gårdens och traktens delikatesser. Ta' Ġingel Bed & Breakfast är utformat för att ge gäster omedelbar närhet till såväl lantliv som det maltesiska kökets smaker, i en miljö präglad av lugn och autenticitet.

Kontakt (media):

Visit Malta i Skandinavien och Finland

E-post: VisitMalta.Nordic@aviareps.com