


13 Pequisqueira Belmar

17.50€/pessoa - person 

Rua Almirante Cândido dos reis n.º 16 8800-318 Tavira

- Arroz de Polvo
Octopus rice
- Doce da Casa
Chef's special dessert
- Água / Copo de vinho / Sumo / Cerveja
Water/Wine glass / Juice / Beer

14 Polvaria João Belhi

19€/pessoa - person 

Largo José Pires Padinha n.º 96, 8800-346 Tavira

- Gamba da Costa ao Sol
Prawns from our coast
- Fetuccini à Polvaria
Octopus Fetuccini
- Copo de vinho ou sumo Laranja ou água
Wine glass or Orange juice or water

15 Queen's

20.50€/pessoa - person 

Rua Almirante Cândido Reis n.º117 8800-318 Tavira

- Pão, azeitona com cenoura cozida, azeite
Bread, olives, boiled carrots and olive oil
- Javali estufado com ervilhas
Wild boar stuffed with peas
- Copo de vinho da Casa
"Casa" Wine glass

16 Restaurante Vale D'el Rei

30€/pessoa - person 

Ald. Pedras D'el Rei Santa- Luzia 8800-531 Santa- Luzia

- Sopa de Peixe no Pão
Fish soup on bread
- Pataniscas de Polvo
Octopus fritters
- Copo de vinho "Paxa Sauvignon Blanc"
Wine glass "Paxa Sauvignon Blanc"

17 Rooftop Nomad AP Maria Nova Lounge Hotel

38€/pessoa - person 

Rua António Pinheiro n.º 17 8800-323 Tavira

- Ostras (2 Pessoas)
Oysters (for 2)
- O nosso Polvo com xarém de enchidos e pimentos padrão
Chef's octopus with sausage grits and pimientos padrón
- Copo de vinho " São Sebastião Branco"
Wine glass " São Sebastião Branco"

18 Tasca do Rato

24€/pessoa - person 

Rua José Pires Padinha 192 8800-354 Tavira

- Bife de Atum à Algarvia
Algarvian -s tyle tuna steak
- Dom Rodrigo
Dom Rodrigo
- Água
Water

Legenda • Key

-  Aberto: almoço *Open: lunch*
-  Aberto: jantar *Open: dinner*
-  Aberto: almoço e jantar *Open: lunch and dinner*



FEIRA INSTITUCIONAL TRADE FAIR

MERCADO DE PRODUTORES PRODUCERS MARKET

ARTESANATO HANDICRAFT

SAÚDE E NUTRIÇÃO HEALTH AND NUTRITION

AMBIENTE E JARDIM MEDITERRÂNICO

ENVIRONMENT AND MEDITERRANEAN GARDEN

GASTRONOMIA E PROVAS GASTRONOMY AND TASTING

ATIVIDADES E ESPAÇO PARA CRIANÇAS E JOVENS

ACTIVITIES AND PLAY AREA FOR CHILDREN AND YOUTH

EXPOSIÇÕES - ARTES E PATRIMÓNIO EXHIBITIONS

- ARTS AND HERITAGE

SEMINÁRIOS SEMINARS

MÚSICA, TEATRO, DANÇA, CINEMA E ARTE DIGITAL

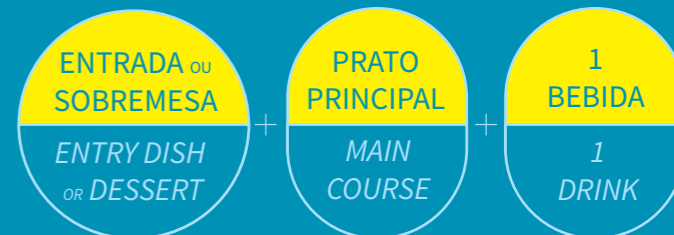
MUSIC, THEATRE, DANCE, CINEMA AND DIGITAL ART

ATIVIDADE FÍSICA PHYSICAL ACTIVITY

VISITAS GUIADAS E PASSEIOS GUIDED TOURS



RESTAURANTES ADERENTES
PARTICIPATING RESTAURANTS



IX FEIRA DA DIETA MEDITERRÂNICA

9TH MEDITERRANEAN DIET FAIR

TAVIRA



7 - 10 SETEMBRO | SEPTEMBER 2023

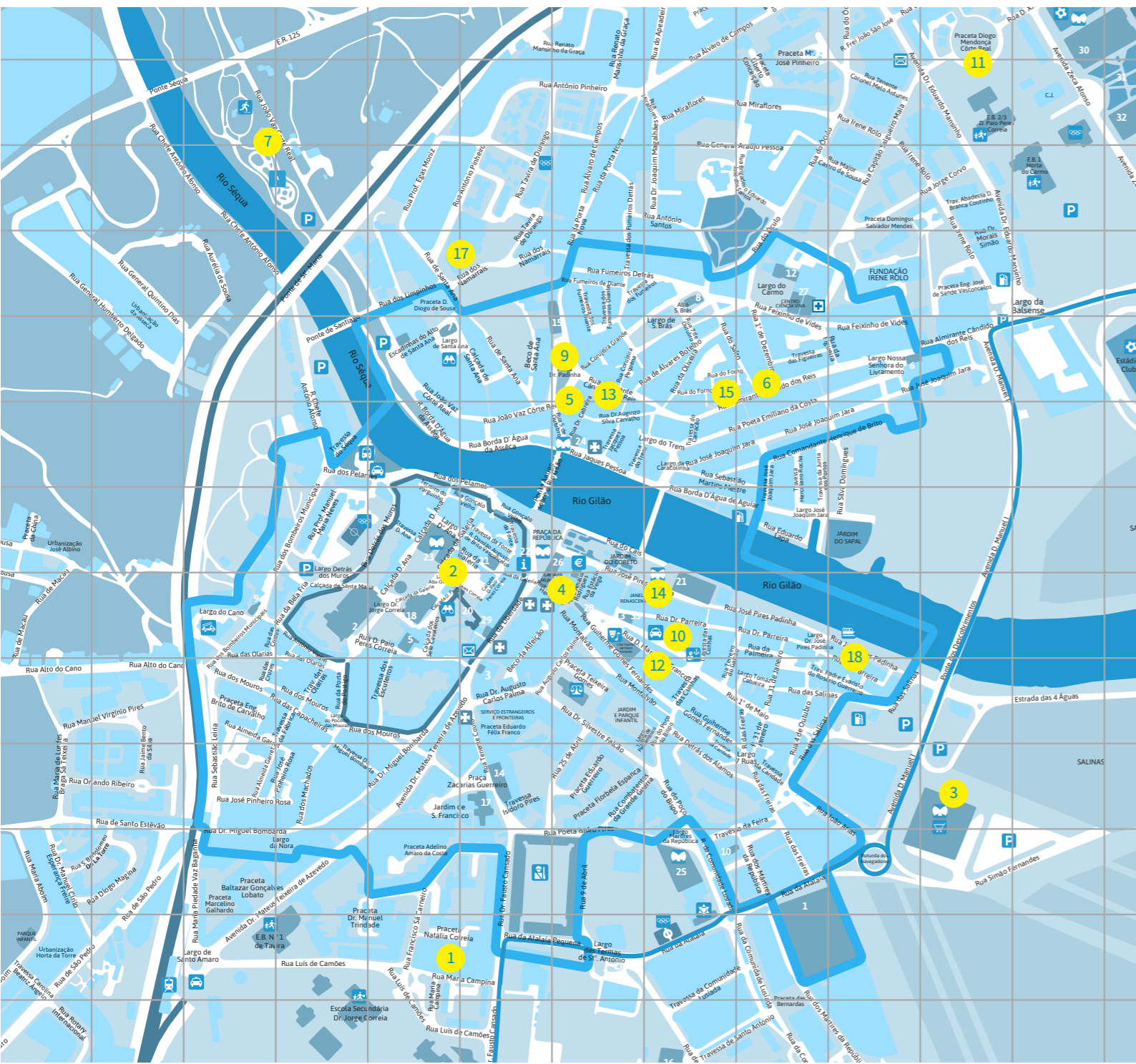
+ INFO TAVIRA.PT

organização organization



apoio support





1 À do Peixe – Restaurante de Grelhados

22€/pessoa · person **Segunda-feira | Monday**

Rua Maria Campina 14, 8800-418 Távira

- Muxama com queijo de Cabra
Muxama (dried salted tuna) with goat's cheese
- Barriga de Atum Grelhada com batata "A Murro"
Grilled tuna belly with "smashed" potatoes
- Copo de vinho "Monte da Ria"
Wine glass "Monte da Ria"

2 Restaurante "A Ver Távira"

215€/pessoa · person **Quarta e Quinta-feira | Wednesday and Thursday**

Largo Abu-Otmame, Calçada da Galeria, n.º13, 8800-306Távira

- Entre Momentos
Between moments
- Peixe Fresco, Algas, Bacalhau, Marisco, Harmonização de vinhos
Fresh fish, seaweed, scarlet prawns, shellfish, Wine pairing
- Harmonização de vinhos
Wine pairing

3 Água Salgada Marisqueira

19€/pessoa · person **Sempre aberto | Always open**

Mercado Municipal de Távira Loja 9, 8800-681 Távira

- Sopa de Peixe
Fish soup
- Atum à Portuguesa
Tuna "à Portuguesa" style
- Copo de vinho ou sumo Laranja ou água
Wine glass or Orange juice or water

4 Bruncheria

24.60€/pessoa · person **Sempre aberto | Always open**

Rua Alexandre Herculano n.º 13, 8800-394 Távira

- Panqueca Frutos Silvestres
Pancake with forest fruits
- Bruschetta Mix – Frango, bacon, queijo, salmão, queijo cabra e mel
Bruschetta Mix – chicken, bacon, cheese, salmon, goat's cheese and honey
- Água
Water

5 Filomena's Restaurante-Tapas-Bar

24.60€/pessoa · person **Sábado | Saturday**

Praça Dr. António Padinha n.º 47 8800-637 Távira

- Salada Mista
Mixed salad
- Polvo Assado à casa
Chef's roast octopus
- Água
Water

6 Franganário Restaurante Grill

23€/pessoa · person **Domingo | Sunday**

Rua Almirante Cândido Reis n.º139 8800-318 Távira

- Tarantello de Atum à algarvia
Algarvian-style tuna tarantello
- Torta de laranja com gelado de Baunilha
Orange pie with vanilla ice cream
- Copo de vinho "Barranco Longo Branco"
Barranco Longo Branco "Wine glass"

7 Guarda Rios Hamburgueria e Tapas

18€/pessoa · person **Segunda - Feira | Monday**

Rua João Vaz Corte Real, Cx Postal 105-Z, 8800-351 Távira

- Biqueirões alimados
Limed anchovies
- Hambúguer "Algarvio" (Bife de Atum Grelhado)
Burger Algarvio – Tuna Steak
- Copo de vinho "Monte da Ria"
Wine glass "Monte da Ria"

8 Hotel Rural Quinta do Marco

30€/pessoa · person **Sempre aberto | Always open**

Sítio do Marco, Caixa Postal 632 – A 8800-164 Santa Catarina da Fonte do Bispo

- Tomates fritos com ovos guarnecidos com tibornas de alho e orégãos
Fried tomatoes and eggs garnished with garlic in olive oil and organo
- Filete de cavala corada com açorda negra de berbigão
Cured mackerel fillet with black cockle açorda (stewed bread)
- Copo de vinho "Barranco Longo Colheita Seleccionada"
"Barranco Longo Colheita Seleccionada" Wine glass

9 La Dolce Vita - Távira Restaurante & Pizza

27.50€/pessoa · person **Terça - Feira | Tuesday**

Praça Dr. António Padinha n.º 14 8800-637 Távira

- Queijo Curado com doce de Abóbora
Mature cheese with pumpkin jam
- Caril de Camarão com arroz Basmati
Prawn curry with basmati rice
- Água
Water

10 Mira Tapas & Wine

17€/pessoa · person **Sempre aberto | Always open**

Rua Dr. Marcelino Franco n.º 27, 8800-669 Távira

- Muxama de Atum
Dry Tuna
- Choquinhos fritos à algarvia
Fried cuthefish
- Copo de vinho ou sumo Laranja ou água
Wine glass or Orange juice or water

11 O Cantinho Távira

15€/pessoa · person **Domingo | Sunday**

Praceta Diogo Mendonça Corte Real 8800-452 Távira

- Salada Mediterrânea com queijo de cabra
Mediterranean salad with goat's cheese
- Esparguete com tamboril, camarão e Ameijoas
Spaghetti with monkfish, prawns and mussels
- Copo de vinho Branco / Tinto "Encosta das Pipas"
Glass of Wine White / Red "Encosta das Pipas"

12 Pausa

24€/pessoa · person **Sábado ao almoço e domingo | Saturday lunch and Sunday**

Rua Dr. Marcelino Franco 32, 8800-347 Távira

- Pataniscas de bacalhau
Salt cod fritters
- Lombo de atum braseado
Braised tuna loin
- Copo de vinho "Al – Ria"
Wine glass "Al – Ria"