

XI FEIRA DA DIETA MEDITERRÂNICA

11TH MEDITERRANEAN DIET FAIR

TAVIRA

4 - 7 SETEMBRO | SEPTEMBER 2025

DEMONSTRAÇÕES GASTRONÓMICAS

MERCADO DA RIBEIRA

SHOWCOOKING

04 SET

QUINTA-FEIRA | THURSDAY

MARE NOSTRUM
SABORES QUE VÊM NAS ONDAS

18h00 - 19h30

AZUL & MARÉ

RISOTO DE CARANGUEJO AZUL COM ESPUMA DE BERBIGÃO

BLUE CRAB RISOTTO WITH COCKLE FOAM

Chef Jossara Martins

EHT VRSA | IN LOCO

20h00 - 21h30

ROLINHOS DE SARRAJÃO

COM LEGUMES DA ÉPOCA ACOMPANHADO COM COCKTAIL BELINMAR

SARRAJÃO ROLLS WITH FRESH SEASONAL VEGETABLES AND BELINMAR COCKTAIL

Chef Maria Colaço | Chef Mariline Pinguinha | Chef Abílio Guerreiro

EHTA | DOCAPESCA | IN LOCO

22h00 - 23h30

BOLO DE TACHO

PATRIMÓNIO CULTURAL IMATERIAL

INVENTÁRIO NACIONAL DO PATRIMÓNIO CULTURAL IMATERIAL (INPCI)

Ana Maria Duarte | Pastelaria Doce Arte

Junta de Freguesia de Monchique | IN LOCO

OFICINAS & PROVAS

WORKSHOPS & TASTINGS

MEL DO ALGARVE

ALGARVE'S EXQUISITE HONEY

MELGARBE

CEREAIS DE ANDALUZA

ANDALUSIAN CEREALS

Red Andaluza de Semillas

VARIEDADES TRADICIONAIS DE TOMATE: PORTUGAL E ESPANHA

TRADITIONAL TOMATO VARIETIES: PORTUGAL AND SPAIN

Colher para Semear | Red Andaluza de Semillas

19h00 - 20h00

EXTRAÇÃO DE SEMENTES - RED ANDALUZA DE SEMILHAS

SEED EXTRACTION

Teresa Munoz | Alonsi Navarro

19h30 - 20h00

VINHOS DO ALGARVE

ALGARVE WINES

Quintas dos Capinhas



RDM

ROTA DA DIETA
MEDITERRÂNICA
MEDITERRANEAN
DIET ROUTE

RDM@IN-LOCO.PT

ROTADIETAMEDITERRANICA.PT

ASSOCIAÇÃO IN LOCO

TELF (+351) 289 840 860

GERAL@IN-LOCO.PT

WWW.IN-LOCO.PT

f @ y in

Organização:

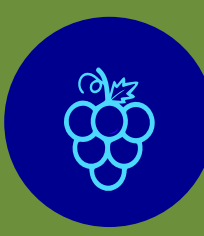
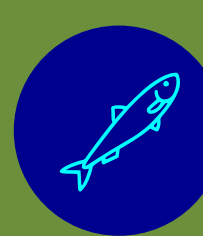


Apoio:



XI FEIRA DA **DIETA MEDITERRÂNICA**

11TH MEDITERRANEAN DIET FAIR

  T A V I R A  

4 - 7 SETEMBRO | SEPTEMBER 2025

MERCADO DA RIBEIRA

DEMONSTRAÇÕES GASTRONÓMICAS SHOWCOOKING

05 SET

SEXTA-FEIRA | FRIDAY

**DIETA MEDITERRÂNICA
É INOVAÇÃO!**

18h00 - 19h30

SLIDER DE PATO

COM KETCHUP DE CEREJA E COCKTAIL DE GIN COM MIRTILOS E FUNCHO

DUCK SLIDER WITH CHERRY KETCHUP AND GIN COCKTAIL WITH BLUEBERRIES AND FENNEL

Chef Rui Cerveira

Projeto PRR RedFruit4Health | IN LOCO

20h00 - 21h30

CONSERVAS DE PEIXE INOVADORAS | RAÍZ - CAVALA AGRIDOCE COM
PÊRA ROCHA, VINHO DO PORTO E JIDUNGO, STUGA - PUDIM DE SERICAIA COM TREMOÇO

INNOVATIVE CANNED FISH | RAÍZ - SWEET AND SOUR MACKEREL WITH PÊRA ROCHA,
PORT WINE AND JIDUNGO, STUGA - SERICAIA PUDDING WITH LUPIN BEANS

Chef Abílio Guerreiro | **Chef Maria Colaço** | **Chef Mariline Pinguinha**

Projeto Inovação GastroMAR - EHTA, Conserveira do Sul | DOCAPESCA | IN LOCO

22h00 - 23h30

MAR & MILHO - CAVALA CURADA EM SAL,
AÇUCAR E RASPA DE LARANJA COM POLENTA DE BERBIGÃO

MACKEREL CURED IN SALT, SUGAR AND ORANGE ZEST WITH COCKLE POLENTA

Chef Arnaldo Correia

EHT VRSA | DOCAPESCA | IN LOCO

OFICINAS & PROVAS WORKSHOPS & TASTINGS

MEL DO ALGARVE

ALGARVE'S EXQUISITE HONEY

MELGARBE

CEREAIS DE ANDALUZA

ANDALUSIAN CEREALS

Red Andaluza de Semillas

VARIEDADES TRADICIONAIS DE TOMATE: PORTUGAL E ESPANHA

TRADITIONAL TOMATO VARIETIES: PORTUGAL AND SPAIN

Colher para Semear | **Red Andaluza de Semillas**

19h00 - 20h00

EXTRAÇÃO DE SEMENTES - RED ANDALUZA DE SEMILHAS

SEED EXTRACTION

Teresa Munoz | Alonsi Navarro

19h30 - 20h00

VINHOS DO ALGARVE

21h30 - 22h00

ALGARVE WINES

Adega Sampaio Schleiss



RDM ROTA DA DIETA
MEDITERRÂNICA
MEDITERRANEAN
DIET ROUTE

RDM@IN-LOCO.PT

ROTADIETAMEDITERRANICA.PT

ASSOCIAÇÃO IN LOCO

TELF (+351) 289 840 860

GERAL@IN-LOCO.PT

WWW.IN-LOCO.PT

f @ y in

Organização:

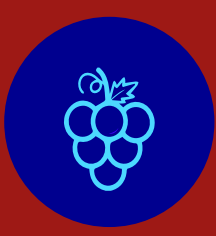
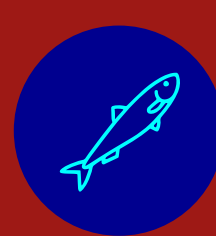


Apoio:



XI FEIRA DA **DIETA MEDITERRÂNICA**

11TH MEDITERRANEAN DIET FAIR

  TAVIRA  

4 - 7 SETEMBRO | SEPTEMBER 2025

MERCADO DA RIBEIRA

DEMONSTRAÇÕES GASTRONÓMICAS **SHOWCOOKING**

06 SET

SÁBADO | SATURDAY

**SABORES COM ROSTO
DA TERRA À MESA**

18h00 - 19h00

AQUI HÁ TOMATES

SABORES E CORES DAS VARIEDADES TRADICIONAIS DE PORTUGAL E ESPANHA
TOMATOES AROUND HERE

Bernardino Ramos | Alonsi Navarro | Pepe Verdugo

Colher para Semear | Red Andaluza de Semilhas | Universidad Rural Paulo Freire | CDR Montaña y Desarrollo | IN LOCO

19h00 - 19h30

MEDITOMATE

TÉCNICAS TRADICIONAIS DE CONSERVAÇÃO DE TOMATE
TRADITIONAL METHODS OF TOMATO PRESERVATION

Arturo | Alba - Conservas El Perol, Ronda

Colher para Semear | Red Andaluza de Semilhas | Universidad Rural Paulo Freire | CDR Montaña y Desarrollo | IN LOCO

20h00 - 21h30

CEVADINHA DA TERRA

LOCAL PEARL BARLEY

Chef Sara Nunes

EHT VRSA | IN LOCO

22h00 - 23h30

PÃO ANDALUZ COM TRIGO DE ANTANHO

ANDALUSIAN BREAD WITH HERITAGE WHEAT

Fali Galindo | Agustín

Harinas de Ronda Sociedad Cooperativa Andaluza | IN LOCO

OFICINAS & PROVAS **WORKSHOPS & TASTINGS**

MEL DO ALGARVE

ALGARVE'S EXQUISITE HONEY

MELGARBE

CEREAIS DE ANDALUZA

ANDALUSIAN CEREALS

Red Andaluza de Semillas

VARIEDADES TRADICIONAIS DE TOMATE: PORTUGAL E ESPANHA

TRADITIONAL TOMATO VARIETIES: PORTUGAL AND SPAIN

Colher para Semear | Red Andaluza de Semillas

19h30 - 20h00

VINHOS DO CONDADO DE HUELVA

WINE TASTING

CCDR ALGARVE



RDM ROTA DA DIETA
MEDITERRÂNICA
MEDITERRANEAN
DIET ROUTE

RDM@IN-LOCO.PT

ROTADIETAMEDITERRANICA.PT

ASSOCIAÇÃO IN LOCO

TELF (+351) 289 840 860

GERAL@IN-LOCO.PT

WWW.IN-LOCO.PT

f @ y in

Organização:

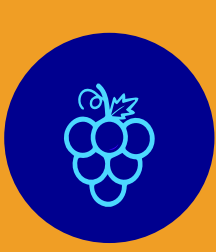
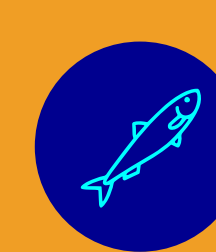


Apoio:



XI FEIRA DA **DIETA MEDITERRÂNICA**

11TH MEDITERRANEAN DIET FAIR

  **TAVIRA**  

4 - 7 SETEMBRO | SEPTEMBER 2025

MERCADO DA RIBEIRA

DEMONSTRAÇÕES GASTRONÓMICAS **SHOWCOOKING**

07 SET

DOMINGO | SUNDAY

**FAST
MED FOOD**

15h30 - 16h30

OSTRAS FORA DO PADRÃO

RECEITAS UTILIZANDO OSTRAS FORA DO TAMANHO COMERCIAL
OUT-OF-STANDARD OYSTERS

Chef Luís Nobre | Cátia Marques

S2AQUAcoLAB | IN LOCO

16h45 - 17h45

HAMBÚRGUER...

DE TUDO E MAIS ALGUMA COISA!

BURGER WITH EVERYTHING YOU CAN IMAGINE!

Elisa Nair | Bruna Simões

DESAFIO VEGETARIANO | Associação Aliança Animal | IN LOCO

18h00 - 19h30

MUXAMURGER

MINI HAMBÚRGER DE CAVALA CÍTRICA, COM CROCANTE DE MUXAMA EM BOLO DO CACO
MINI MACKEREL BURGER WITH CITRUS, MUXAMA CRISP AND BOLO DO CACO

Martim Lobito

EHT VRSA | IN LOCO

20h00 - 21h30

A BOA “VIBE” DAS LEGUMINOSAS!

THE FEEL-GOOD VIBES OF LEGUMES!

Chef Abílio Guerreiro

Rota da Dieta Mediterrânica | Prato Certo | IN LOCO

22h00 - 23h30

“LA BODEGA MÁS PEQUEÑA DEL MUNDO”

VINHOS E TAPAS DE ESPANHA COM O ESPÍRITO DAS TABERNAS IBÉRICAS

SPANISH WINES & TAPAS INSPIRED BY THE SPIRIT OF IBERIAN TAVERNS

Pepe Verdugo

Universidad Rural Paulo Freire | Cdr Montaña y Desarrollo | IN LOCO

OFICINAS & PROVAS **WORKSHOPS & TASTINGS**

MEL DO ALGARVE

ALGARVE'S EXQUISITE HONEY

MELGARBE

CEREAIS DE ANDALUZA

ANDALUSIAN CEREALS

Red Andaluza de Semillas

VARIEDADES TRADICIONAIS DE TOMATE: PORTUGAL E ESPANHA

TRADITIONAL TOMATO VARIETIES: PORTUGAL AND SPAIN

Colher para Semear | Red Andaluza de Semillas

17h00 - 18h00

COLOQUIO “PRESERVAR A BIODIVERSIDADE AGRÍCOLA”

COLLOQUIUM “PRESERVING AGRICULTURAL BIODIVERSITY”

Colher para Semear | Red Andaluza de Semillas



RDM

ROTA DA DIETA
MEDITERRÂNICA
MEDITERRANEAN
DIET ROUTE

RDM@IN-LOCO.PT

ROTADIETAMEDITERRANICA.PT

ASSOCIAÇÃO IN LOCO

TELF (+351) 289 840 860

GERAL@IN-LOCO.PT

WWW.IN-LOCO.PT

f @ y in

Organização:



Apoio:

