






 Algarve / Portugal
 Comunidade Representativa Tavira






 PROGRAMA OPERACIONAL QUADRO DE REFERÊNCIA ESTRATÉGICO NACIONAL FEDER



2015

Receitas dos Chefes

1º FESTIVAL DE GASTRONOMIA – DIETA MEDITERRÂNICA



1º FESTIVAL DE GASTRONOMIA
DIETA MEDITERRÂNICA

Receitas dos Chefes





O projeto TASA e as suas criações mais recentes inspiradas na Dieta Mediterrânica.

ÍNDICE

Prefácio	04
Júri	07
Receitas do Júri	12
Receitas das Equipas	
Restaurante L14, Salgados Dunas Suite Hotel, Nau Hotels & Resorts	23
Restaurante MÊM	33
Restaurante O Convento	43
Restaurante Galeria dos Sentidos	53
Restaurante O Pescador, Hotel Sheraton Algarve	63
Restaurante À Terra, Vila Monte Farm House	73
Restaurante Ria Formosa, Hotel Faro	83
Agradecimentos	95

Livro cofinanciado pelo Programa Operacional Regional do Algarve - PO Algarve 21, no âmbito da candidatura "Articular para Intervir - 2ª fase" promovida pela CCDR Algarve.



A Comissão de Coordenação e Desenvolvimento Regional do Algarve tem vindo a promover a gastronomia algarvia, tesouro inquestionavelmente valioso. Em maio de 2015 esta CCDR associou-se ao evento anual promovido pela Escola de Hotelaria e Turismo do Algarve: “Sentidos & Tradições” e organizou a [1ª Edição do FESTIVAL DE GASTRONOMIA - DIETA MEDITERRÂNICA](#).

Durante este Festival tivemos o prazer de apreciar a grande diversidade, qualidade e riqueza gastronómica das receitas apresentadas, quer no concurso, quer na cozinha inovadora, e que fazem parte da história, da cultura e da tradição da nossa região.

Em concurso estiveram sete equipas, cada uma liderada por um chefe de cozinha de restaurantes conceituados do Algarve: Restaurante L14, Salgados Dunas, Restaurante MÊM, Restaurante O Convento, Restaurante Galeria

dos Sentidos, Restaurante O Pescador - Hotel Sheraton Algarve, Restaurante À TERRA - Hotel Vila Monte Farm House e do Restaurante Ria Formosa - Hotel Faro, que submeteram os seus menus para degustação e apreciação técnica pelos cinco membros do júri, entre eles dois chefes de cozinha com estrela Michelin.

Um livro representa sempre um valioso instrumento para o conhecimento e a promoção do seu conteúdo. Neste caso, a presente publicação é mais do que isso, é uma ferramenta útil e prática para divulgar o que de melhor se confeccionou, prestigiando a cozinha do Algarve, cuja riqueza reside na especificidade e na diversidade de produtos que utiliza, alguns deles inovadores, bem como na forma original como absorveu sabores e técnicas de preparação, denunciando a herança cultural dos povos do mediterrâneo que por cá viveram. Foi esta herança,

que advém da conjugação de vários ingredientes aliando sempre à alimentação uma vida descontraída e saudável, baseada no respeito pela terra, numa dieta simples, na celebração da natureza e dos seus frutos e na partilha da alegria e saberes que contribuiu para que o Algarve/Portugal integrassem a candidatura da Dieta Mediterrânica como Património Cultural Imaterial da Humanidade da UNESCO, desde Dezembro de 2013, e que nos deixou a todos muito orgulhosos.

Para terminar, um agradecimento especial ao júri que, de forma dedicada, aceitou colaborar neste projeto, bem como às sete equipas a concurso pelo empenho e arte na confeção dos pratos apresentados, cujas receitas fazem parte deste livro.

David Santos, Presidente da CCDR Algarve



A Escola de Hotelaria e Turismo do Algarve - EHTA tem como propósito que a formação nas áreas de hotelaria e turismo, possa ser o garante de um futuro de qualidade num setor primordial para a economia do País.

Para além da componente teórica, é de todo imprescindível dotar os jovens de ferramentas práticas munindo-os de uma melhor preparação para enfrentar a realidade competitiva deste setor.

Para tal, a EHTA contempla atividades práticas no seu calendário escolar, em formato de eventos pedagógicos, que são palco de experiências para os nossos alunos nas diferentes áreas de atuação: Turismo, Cozinha, Pastelaria, Restaurante, Bar, Receção e Andares.

Aliado a este objetivo, está também a responsabilidade de enaltecer os produtos

regionais que devem ser amplamente conhecidos e utilizados pelos jovens sob pena de caírem no esquecimento geracional.

Surge assim o evento “Sentidos & Tradições” que oferece aos alunos a possibilidade de demonstrarem plena autonomia e poderem colocar em prática o que aprenderam ao longo do ano letivo. É uma montra viva de produtores algarvios (de vinhos, licores, flor de sal, mel, doçaria, enchidos, azeite, entre outros) para além da apresentação de ícones musicais, de artesanato e outras peculiaridades regionais.

Este encontro de gerações e tradições reveste-se da maior importância ao nível pedagógico pois traz à Escola o que de melhor se produz na região do Algarve, para além de formar os jovens para ofícios e saberes antigos que são renovados diariamente e que devem ser sabidos

pelos futuros profissionais da Hotelaria e Turismo.

É aqui que se destaca a relação da EHTA com os stakeholders que direta ou indiretamente influenciam a identidade turística da região e que é o garante do sucesso deste tipo de eventos, sendo uma montra das diversas parcerias, acordos e protocolos desenvolvidos ao longo dos tempos.

Foi desta junção de sinergias que surgiu a realização do “1º Festival de Gastronomia da Dieta Mediterrânica”, que em parceria com a CCDR Algarve muito nos honrou dinamizar conjuntamente diversas atividades destacando de entre as quais, o “1º Concurso de Gastrostomia da Dieta Mediterrânica”, bem como o “Espaço Inovação”, de onde surgiram as mais variadas confeções inovadoras, num tributo aos produtos, usos, costumes e métodos de confeção mediterrânicos, sem esquecer os excelentes

vinhos algarvios presentes no certame. São estes os “ingredientes” que na sua génese constituem a espinha dorsal do estilo de vida associado à **Dieta Mediterrânica** que, cada vez mais deve ser valorizado e adaptado aos nossos tempos. Num contexto em que Portugal lança a discussão acerca de uma nova estratégia para o Turismo no horizonte 2016-2020 assente em cinco princípios (a Pessoa, a Liberdade, a Abertura, o Conhecimento e a Colaboração) e cuja ambição é “**TORNAR PORTUGAL O DESTINO TURÍSTICO MAIS ÁGIL E DINÂMICO DA EUROPA**”, estamos cientes que o caminho passa por promover a criatividade, a inovação e a interação entre os players.

Pedro Moreira, Diretor da EHTA
Manuel Serra, Coordenador Técnico
Paula Vicente, Coordenadora Formação



ELEMENTOS DO JÚRI

Chefe Leonel Pereira
Chefe Henrique Leis
Chefe Henrique Leandro

Francisco Guerreiro
Miguel Gião





RESTAURANTE L14
SALGADOS DUNAS SUITES HOTEL
NAU HOTELS & RESORTS

EQUIPA

Vitor Monteiro
Pedro Batista
Rogério Bento
Idalina Santos



RESTAURANTE MÊM

EQUIPA

Abílio Guerreiro
Amélia Diogo
Mauro Mendonça



RESTAURANTE O CONVENTO

EQUIPA

Jorge Rodrigues
Sara Nunes
João Veríssimo



**RESTAURANTE
GALERIA DOS SENTIDOS**

EQUIPA

Luís Costa
João Vicente
Catarina Barroso
Pedro Tiago



RESTAURANTE O PESCADOR
HOTEL SHERATON ALGARVE

EQUIPA

Ovalde Silva
Vasco Ribeiro
Anabela Francisco
Emanuel Lopes



RESTAURANTE À TERRA
HOTEL VILA MONTE
FARM HOUSE

EQUIPA

Adérito Almeida
Fábio Correia
Mara Brito
Paulo Santos



**RESTAURANTE RIA FORMOSA
HOTEL FARO**

EQUIPA

Miguel Silva
Marilene e Silva
Marco Damas



O concurso contou com a presença do Ministro Adjunto e do Desenvolvimento Regional, Miguel Piores Maduro, e do Secretário de Estado da Alimentação e da Investigação Agroalimentar, Nuno Vieira e Brito.

FALTA O DEPÓSITO LEGAL

1º FESTIVAL DE GASTRONOMIA DA DIETA MEDITERRÂNICA

Receitas dos Chefes

Produção e Coordenação geral
Comissão de Coordenação e
Desenvolvimento Regional do
Algarve

Conceptualização e coordenação
Catarina Cruz / Susana Faísca

**Realização, Conceptualização do
Concurso e Coordenação Editorial**
CCDRAlgarve - Catarina Cruz e
Susana Faísca
EHTAlgarve – Manuel Serra

Fotografia
CCDRAlgarve – Vera Laura

Colaboração
Júris do Concurso: Leonel Pereira,
Henrique Leis, Henrique Leandro,
Francisco Guerreiro e Miguel Gião

Design Gráfico
Reticências

Impressão
Gráfica Comercial

Depósito Legal
?????

ISBN
978-972-643-147-3

Data
Setembro 2015

Edição
1.ª Edição

Tiragem
1500 exemplares

www.ccdr-alg.pt

Agradecimentos

A todos os que, direta ou indiretamente, contribuíram para a edição deste livro, deixamos um sincero agradecimento.

Uma referência especial à aluna da Escola de Hotelaria e Turismo do Algarve, Higia Laina, que criou o logótipo deste evento.

As receitas aqui apresentadas resultam dos contributos do júri e das equipas que participaram no concurso.