

Mediterranean Diet Fair of Tavira

The Algarve region possesses a wealth of beauties, both on land and in the sea, within its extensive Atlantic territory in the south of Portugal. Its global prestige is owed to its beaches and temperate waters, the natural and edible resources of Ria Formosa, and the hilly surrounding areas of Espinhaço de Cão, Monchique, and Caldeirão, populated by towns, villages, and places with ancestral traditions. The *Via Algarviana*, or Algarve Way, is a walking route where hikers can discover the more rustic interior of the region, full of riches and history, known as the *barrocal* (garrigue). The contrast between forest and coastline, with nature setting the pace of days, allows a healthy *modus vivendi* inspired by the Roman habits of conviviality associated with the pleasure of a shared meal.

Gastronomic festivals are one of the many attractions available to the Algarve visitors, with contests devoted to seafood in Olhão, grilled sardines in Portimão, fish stew in Silves, and sweet potato in Aljezur. Somewhat broader in outlook, the intriguing "Forgotten Food" festival was created a few years ago, recovering foods, recipes, and traditions from the Algarve's *barrocal*. The Mediterranean Diet Fair of Tavira, heading towards its ninth edition, is one of the high points that rounds off the summer season, in September. The event has the institutional support of UNESCO and is part of the strategy to safeguard the principles of the Mediterranean Diet. December 2023 marks the 10th anniversary of the United Nations Committee listing the Tavira area, in Portugal, along with other locations in countries such as Cyprus, Croatia, Spain, Greece, Italy, and Morocco, as one of the emblematic regions of the Mediterranean Diet, according to UNESCO. These are territories where the diet, everyday life, relationship with nature and importance given to sharing are characteristic of the Mediterranean lifestyle, and therefore constitute "Intangible Cultural Heritage of Humanity" that must be preserved.

During the Mediterranean Diet Fair, Tavira fills with music, reflections and debates on nature and food, gastronomy, and good relationships between tourists and residents. The stamp issue presented here celebrates these moments with two local culinary specialities. The first has ancient roots: *arjamolho*. Similar to the Andalusian chilled soup *gazpacho*, it is a legacy of the long-distant days of the Roman Empire. In Roman times it was called *posca* and was a vinegary liquid snack that allowed soldiers to endure long marches along imperial roads that always led to Rome. *Posca* turned into *kaspa* and later *kaspacho*, eventually becoming *gaspacho* in the Alentejo region and *arjamolho* in the Algarve. Fresh summer vegetables such as tomatoes and peppers are served raw, in cubes, or sometimes blended, in a broth of chilled water seasoned with garlic, vinegar, olive oil, and oregano, resulting in a light and refreshing soup, which may be accompanied by small fried fish, bought in the morning at one of the several local markets found in the Algarve. The other speciality is a more recent addition to local cuisine and embraces several products typical of the region in the same recipe: *tarte algarvia*, or Algarve cake. Dried figs, almonds, carob flour, and *doce de gila* (fig-leaf gourd jam) are natural ambassadors of the Algarve flavours, demonstrating a form of production linked to ancient and anthropological knowledges, providing natural sweetness as well as a Mediterranean connection. Help yourselves to these philatelic delicacies with gusto!

Fortunato da Câmara

Dados Técnicos / Technical Data

Emissão / Issue
2023 / 07 / 10

Selos / stamps
C0,80 - 75 000
C1,15 - 75 000

Design
MAD activities / Rodrigo Rodrigues

Créditos / credits
Selos / stamps
C0,80
Arjamoelho; foto / photo: Paulo Bastos.

€1,15
Tarte Algarvia; foto / photo: Paulo Bastos.

Capa da pageta e sobrescrito de 1.º dia / brochure cover and FDC
Foto / photo: fcafetodigital / Getty Images.

Tradução / translation
Kenniss Translations

Agradecimentos / acknowledgements
Município de Tavira

Papel / paper - FSC 110 g/m2
Formato / size
Selos / stamps: 40 x 30,6 mm
Picotagem / perforation
12^{1/4} x 12 e Cruz de Cristo / and Cross of Christ
Impressão / printing - offset
Impressor / printer - bpost Philately & Stamps Printing
Folhas / sheets - Com 50 ex. / with 50 copies

Sobrescrito de 1.º dia / FDC
C6 - C0,56

Pageta / brochure
C0,85

Oblições do 1.º dia em
First-day Cancellations

Loja CTT Restauradores
Praça dos Restauradores, n.º 58
1250-998 LISBOA

Loja CTT Palácio dos Correios
Praça da Trindade, n.º 32
4000-999 PORTO

Loja CTT Zarco
Av. Zarco, n.º 9
9000-999 FUNCHAL

Loja CTT Antero de Quental
Rua Agostinho Pacheco, n.º 16
9500-998 PONTA DELGADA

Loja CTT Tavira
Rua da Liberdade
8800-999 TAVIRA

Encomendas a / Orders to
FILATELIA
Rua João Saraiva, n.º 9
1700-248 LISBOA

Colecionadores / collectors
filatelia@ctt.pt
www.ctt.pt
www.facebook.com/Filateliactt

O produto final pode apresentar pequenas diferenças.
Slightly differences may occur in the final product.

Design MAD Activities
Impressão / printing: Futuro, Lda.



EUROMED – FESTIVAIS MEDITERRÂNICOS FEIRA DA DIETA MEDITERRÂNICA DE TAVIRA



A região do Algarve é rica pelas belezas marítimas e campestres que proporciona no seu extenso território Atlântico no sul de Portugal. Têm prestígio mundial as suas praias de águas temperadas, os recursos naturais e alimentares da Ria Formosa, e todo o envolvimento das serras de Espinhaço de Cão, Monchique e Caldeirão, povoadas por vilas, aldeias e localidades com tradições ancestrais. A chamada Via Algarviana é uma rota pedestre para conhecer um lado mais interior e rústico da região, pleno de riquezas e história, conhecido pelo nome de Barrocal. O contraste entre a floresta e a linha costeira, com a natureza a marcar o ritmo dos dias, permite um *modus vivendi* saudável inspirado nos hábitos romanos de convivialidade associado ao prazer da partilha da mesa. Os festivais gastronómicos são um dos muitos atrativos que o Algarve oferece a quem o visita, existindo certames dedicados ao marisco em Olhão, à sardinha assada em Portimão, à caldeirada em Silves ou à batata-doce em Aljezur. Numa perspetiva mais abrangente, surgiu há uns anos o curioso festival da «Comida Esquecida» que recupera alimentos, receitas e tradições do barrocal algarvio. A caminho da nona edição está a Feira da Dieta Mediterrânica de Tavira, um dos pontos altos que encerra a temporada de verão, em setembro. O evento tem o apoio institucional da UNESCO e faz parte da estratégia de salvaguarda dos princípios da Dieta Mediterrânica. Em dezembro de 2023 irão celebrar-se 10 anos desde que o Comité das Nações Unidas incluiu a zona de Tavira, em Portugal, juntamente com outras localidades de países como Chipre, Croácia, Espanha, Grécia, Itália e Marrocos, como uma das regiões emblemáticas da Dieta Mediterrânica, segundo a UNESCO. Territórios onde a alimentação, a vivência diária, a relação com a natureza e o sentido de partilha são simbólicos de um estilo de vida mediterrânico, e por isso um «Património Cultural Imaterial da Humanidade» a preservar.

Nos dias da Feira da Dieta Mediterrânica, Tavira reveste-se de música, reflexões e debates acerca de natureza e alimentação, gastronomia, e convívio entre turistas e habitantes. A emissão filatélica, agora apresentada, celebra esses momentos através de duas especialidades da cozinha local. Uma delas tem raízes longínquas: o arjomolho. Nasce da semelhança com o *gaspacho* andaluz, de herança remota nos tempos do Império Romano. Tinha o nome de *posca* e era uma merenda líquida avinagrada, para que os soldados romanos aguentassem as longas caminhadas pelas estradas imperiais que iam sempre dar a Roma. A *posca* derivou para *kaspa* e depois *kaspacho*, chegando-se ao *gaspacho* alentejano e que tem o nome algarvio de arjomolho. Legumes frescos de verão como o tomate e o pimento são servidos em cubinhos crus, ou por vezes triturados, num caldo de água gelada temperada com alho, vinagre, azeite e orégãos, resultando numa sopa leve e refrescante, que pode ser acompanhada por pequenos peixes fritos, comprados pela manhã nos diversos mercados locais existentes no Algarve. A outra especialidade é mais recente no receituário local e abraça produtos emblemáticos da região na mesma receita: a tarte algarvia. Figs secos, amêndoas, farinha de alfarroba e doce de gila, são embaixadores naturais dos sabores algarvios, exemplificando uma forma de produzir ligada aos saberes antigos e antropológicos, com doçura natural e também uma relação mediterrânica. Sirvam-se destas iguarias filatélicas com gosto!

Fortunato da Câmara