14 e 15 NOVEMBRE

La salute vien mangiando – Alla scoperta della Dieta Mediterranea

REGIONE	PROVINCIA	COMUNE	MERCATO DI CAMPAGNA AMICA	DATA E ORA	ESPOSIZIONI	DEGUSTAZIONI	ATTIVITÀ PER BAMBINI	SHOW COOKING	ALTRO
ABRUZZO									
ABRUZZO	PESCARA	PESCARA	MCA VIA GOBETTI	14/11/2026 ORE 11:00	Esposizione dei prodotti simbolo della dieta mediterranea, più esposizione degli oli del mercato	SI	SI		LABORATORIO OLIO E.V.O. COLTIVAZIONE E MOLITURA
ABRUZZO	CHIETI	CHIETI	MCA DI CHIETI	14/11/2026	Esposizione dei prodotti simbolo della dieta mediterranea	SI	NO		
CALABRIA									
Calabria	Cosenza	Cosenza	Mercato coperto di Campagna Amica di Cosenza - PIAZZA MATTEOTTI	Sabato 14 novembre ore 10:00	Esposizioni tematiche dedicate ai prodotti simbolo della Dieta Mediterranea	Degustazione di pane e olio e frutta di stagione			
Calabria	Catanzaro	Catanzaro	Mercato coperto di Campagna Amica di Catanzaro VIA VASCO DE GAMA ANGOLO VIA MARCO POLO	Sabato 14 novembre ore 10:00	Esposizioni tematiche dedicate ai prodotti simbolo della Dieta Mediterranea	Degustazione di pane e olio e frutta di stagione			
Calabria	Reggio Calabria	Reggio Calabria	Mercato coperto di Campagna Amica di Reggio Calabria VICO S.ANNA DI SBARRE – ANGOLO VIA GIFFONE	Sabato 14 novembre ore 10:00	Esposizioni tematiche dedicate ai prodotti simbolo della Dieta Mediterranea	Degustazione di pane e olio e frutta di stagione			
FRIULI VENEZIA GIULIA									
FVG	PN	PORDENONE	MERCATO COPERTO	14/11/2026 DALLE 8.00 ALLE 13.00	ESPOSIZONE DI PORODOTTI DELLA DIETA MEDITTERANEA VS ULTRAFORMULATI				
FVG	UD	UDINE	MERCATO COPERTO	14.11.2026 DALLE 8 ALLE 13	ESPOSIZIONE E ASSAGGI PRODOTTI DELLA DIETA MEDITERRANEA, RACCONTI DI RICETTE CON INGREDIENTI DELLA DIETA MEDITERRANEA				
FVG	UD	MAJANO	MERCATO EVENTO	15.11.2026 DALLE 8 ALLE 16	ESPOSIZIONE E ASSAGGI PRODOTTI DELLA DIETA MEDITERRANEA, RACCONTI DI RICETTE CON INGREDIENTI DELLA DIETA MEDITERRANEA				
FVG	GO	GORIZIA	MERCATO COPERTO	14.11.2026 DALLE 8.30 ALLE 13	ESPOSIZIONE E ASSAGGI PRODOTTI DELLA DIETA MEDITERRANEA				

LAZIO									
LAZIO	RM	ROMA	MERCATO COPERTO DI CAMPAGNA AMICA AL CIRCO MASSIMO	SABATO 14 DICEMBRE DALLE ORE 10:00 ALLE 13:00	ESPOSIZIONE DEI PRODOTTI TIPICI DELLA DIETA MEDITERRANEA E DEGUSTAZIONE DELLA				
LOMBARDIA									
LOMBARDIA	PAVIA	PAVIA	MERCATO COPERTO DI CAMPAGNA AMICA PAVIA VIALE GOLGI 84	SABATO 14 NOVEMBRE ORE 10.00	ESPOSIZIONE TEMATICA PER CELEBRARE LA SALUBRITA' E LA QUALITA' DELLE PRPDUZIONI PAVESI A KM0.				
LOMBARDIA	MILANO	MILANO	MERCATO COPERTO DI CAMPAGNA AMICA LIMA 3	SABATO 14 NOVEMBRE DALLE 11.30 ALLE 13.30	ESPOSIZIONE DI PRODOTTI USATI PER LO SHOWCOOKING	ASSAGGI GRATUITI PER TUTTI I CLIENTI DEL MERCATO		SHOW COOKING – RICETTA PASTA ALLA MEDITERRANEA	
LOMBARDIA	BERGAMO	BERGAMO	MERCATO COPERTO DI CAMPAGNA AMICA BERGAMO CHORUS LIFE	SABATO 14 NOVEMBRE DALLE 10 ALLE 12	ESPOSIZIONE DEDICATA ALLA DIETA MEDITERRANEA CON PRODOTTI E PIATTI	DEGUSTAZIONI DI OLIO EVO			
LOMBARDIA	MILANO	MILANO	MERCATO CAMPAGNA AMICA DI PORTA ROMANA VIA FRIULI 10/A, MILANO	SABATO 14 NOVEMBRE DALLE 9 ALLE 13	ESPOSIZIONE DEDICATA ALLA DIETA MEDITERRANEA CON LE ECCELLENZE DEGLI AGRICOLTORI DEL MERCATO	DEGUSTAZIONE DI OLIO EXTRAVERGINE DI OLIVE TAGGIASCHE E PANE AI CEREALI ANTICHI A CURA DELL'AZIENDA AGRICOLA NOVARO NICOLA		SHOWCOOKING A CURA DELL'AGRITURISMO EREDI CERUTTI STOCCO	
LOMBARDIA	MANTOVA	MANTOVA	MERCATO COPERTO DI CAMPAGNA AMICA – PIAZZA BROLETTO, MANTOVA.	SABATO 14 E DOMENICA 15 NOVEMBRE 2026, DURANTE L'ORARIO DI APERTURA DEL MERCATO COPERTO.	ALLESTIMENTO DI UNO SPAZIO TEMATICO DEDICATO ALLA DIETA MEDITERRANEA, CON ESPOSIZIONE E VALORIZZAZIONE DEI PRODOTTI AGRICOLI DELLE AZIENDE DEL MERCATO COPERTO. PARTICOLARE ATTENZIONE SARÀ DEDICATA ALLA PASTA FRESCA DELL'AZIENDA AGRICOLA LIGABUE CLAUDIO E ALLA PASTA SECCA "I GRANDI DI CASTELLARO LAGUSELLO" DELL'AZIENDA AGRICOLA CORTE FATTORI DI GROPPELLI, OLTRE A CONSERVE VEGETALI, FORMAGGI, ORTOFRUTTA E ALTRE ECCELLENZE DEL TERRITORIO. SARANNO VALORIZZATI ANCHE I PRODOTTI TRASFORMATI E LE PREPARAZIONI AZIENDALI, ATTRAVERSO UN'ESPOSIZIONE CHE RACCONTI LA VARIETÀ E LA QUALITÀ DELLE PRODUZIONI LOCALI. L'ALLESTIMENTO SARÀ ACCOMPAGNATO DA MATERIALE INFORMATIVO SUI PRINCIPI DELLA DIETA MEDITERRANEA, SULL'IMPORTANZA DELLA STAGIONALITÀ E SUL VALORE DEL CONSUMO DI PRODOTTI LOCALI.	DEGUSTAZIONI DI PREPARAZIONI GASTRONOMICHE REALIZZATE CON I PRODOTTI DELLE AZIENDE AGRICOLE DEL MERCATO, PER RACCONTARE CONCRETAMENTE I PRINCIPI DELLA DIETA MEDITERRANEA ATTRAVERSO INGREDIENTI GENUINI E LEGATI AL TERRITORIO. SARANNO PROPOSTI ASSAGGI DI PASTA FRESCA DI LIGABUE E PASTA SECCA "I GRANDI DI CASTELLARO LAGUSELLO" DI GROPPELLI, ACCOMPAGNATE DA DIVERSI CONDIMENTI E ABBINAMENTI: SUGHI E CONSERVE DI CORTE FATTORI DI GROPPELLI, PESTO DI ZUCCHINE PREPARATO CON LE CONSERVE DI LISA VALLI E FORMAGGI FRESCHI E STAGIONATI DELL'ALLEVAMENTO CAPRINO L'ALBA DI FRANCESCA BORRINI. LE DEGUSTAZIONI SARANNO ORGANIZZATE IN ABBINAMENTO AGLI SHOW	LABORATORI DIDATTICI A CURA DELL'AZIENDA AGRICOLA SALZANI SERGIO, DEDICATI ALLA SCOPERTA DELLA DIETA MEDITERRANEA E DELL'IMPORTANZA DI UN'ALIMENTAZIONE SANA, VARIA ED EQUILIBRATA. SARÀ PROPOSTA L'ATTIVITÀ "COSTRUIAMO IL PIATTO DELLA DIETA MEDITERRANEA": ATTRAVERSO IMMAGINI, ALIMENTI E PRODOTTI AGRICOLI, I BAMBINI SARANNO COINVOLTI NELLA COMPOSIZIONE DI UN PIATTO IDEALE, IMPARANDO A RICONOSCERE FRUTTA, VERDURA, CEREALI, LEGUMI E GLI ALTRI ALIMENTI ALLA	SHOW COOKING A CURA DEI CUOCHI CONTADINI DEL MERCATO COPERTO: CLAUDIO LIGABUE, CRISTINA CARAMASCHI E LISA VALLI. I CUOCHI REALIZZERANNO DIVERSE PREPARAZIONI ISPIRATE ALLA DIETA MEDITERRANEA, UTILIZZANDO LE PRODUZIONI DELLE AZIENDE AGRICOLE PRESENTI AL MERCATO. PROTAGONISTE SARANNO LA PASTA FRESCA DI LIGABUE E LA PASTA SECCA "I GRANDI DI CASTELLARO LAGUSELLO" DI GROPPELLI, PROPOSTE CON DIVERSI CONDIMENTI: SUGHI E CONSERVE DI GROPPELLI, PESTO DI ZUCCHINE DI LISA VALLI E ABBINAMENTI CON FORMAGGI FRESCHI E STAGIONATI DELL'AZIENDA AGRICOLA BORRINI. LE DIMOSTRAZIONI SARANNO ACCOMPAGNATE DA DEGUSTAZIONI PER IL PUBBLICO E DA MOMENTI DI RACCONTO SUI PRODOTTI UTILIZZATI, SULLE RICETTE DELLA TRADIZIONE E SULL'IMPORTANZA DI SCEGLIERE INGREDIENTI LOCALI, STAGIONALI E DI QUALITÀ.	L'INIZIATIVA SARÀ ACCOMPAGNATA DA MOMENTI DI INFORMAZIONE E SENSIBILIZZAZIONE RIVOLTI AI CONSUMATORI SUI PRINCIPI DELLA DIETA MEDITERRANEA, RICONOSCIUTA COME MODELLO ALIMENTARE CHE UNISCE SALUTE, SOSTENIBILITÀ, BIODIVERSITÀ E TRADIZIONI GASTRONOMICHE. SARÀ VALORIZZATO IN PARTICOLARE IL RUOLO DEGLI AGRICOLTORI DI CAMPAGNA AMICA NELLA PRODUZIONE DI ALIMENTI GENUINI, NELLA TUTELA DEL TERRITORIO E NELLA PROMOZIONE DI UN RAPPORTO DIRETTO TRA PRODUTTORE E CONSUMATORE. L'OBIETTIVO È TRASFORMARE IL MERCATO COPERTO IN UN LUOGO DI INCONTRO, CONOSCENZA E SCOPERTA DEL CIBO BUONO, SANO E LOCALE, COINVOLGENDO

						COOKING DEI CUOCHI CONTADINI, VALORIZZANDO LA COLLABORAZIONE TRA LE AZIENDE DEL MERCATO E LA QUALITÀ DELLE MATERIE PRIME AGRICOLE.	BASE DI UNA CORRETTA ALIMENTAZIONE. SARÀ INOLTRE ORGANIZZATO UN GIOCO SENSORIALE PER RICONOSCERE PROFUMI, COLORI E CARATTERISTICHE DEI PRODOTTI DI STAGIONE, AVVICINANDO I PIÙ PICCOLI AL MONDO DELL'AGRICOLTURA, ALLA STAGIONALITÀ E AL VALORE DEL CIBO SANO E DI QUALITÀ.		FAMIGLIE E CITTADINI ATTRAVERSO ESPERIENZE GASTRONOMICHE E DIDATTICHE E METTENDO IN EVIDENZA LA COLLABORAZIONE TRA LE AZIENDE AGRICOLE DEL TERRITORIO.
LOMBARDIA	MANTOVA	MANTOVA	MERCATO DI CAMPAGNA AMICA BROLETTO 6	SABATO 14 NOVEMBRE DALLE 9 ALLE 13	ESPOSIZIONE DEDICATA ALLA DIETA MEDITERRANEA CON LE ECCELLENZE DEGLI AGRICOLTORI DEL MERCATO	DEGUSTAZIONE DEI PIATTI FATTI IN SHOWCOOKING DAI NOSTRI CUOCHI CONTADINI		SHOWCOOING A CURA DEI CUOCHI CONTADINI DI MANTOVA	
LOMBARDIA	VARESE	VARESE	MERCATO COPERTO DI VARESE	14 NOVEMBRE DALLE 10 ALLE 13	ESPOSIZIONE DI PRODOTTI TIPICI DELLA DIETA MEDITERRANEA				
MARCHE									
MARCHE	ASCOLI PICENO	ASCOLI PICENO	MERCATO CAMPAGNA AMICA DI ASCOLI PICENO Via Tranquilli 46	Sabato 14/11/2026 Ore 11:00	Esposizione dell'olio nuovo dell'azienda Agribiologica Cartofaro			Show cooking e degustazione L'Essenza della Terra: Quando l'olio incontra i colori dell'autunno nel piatto	
MARCHE	ANCONA	ANCONA	MERCATO DORICO DI CAMPAGNA AMICA, VIA MARTIRI DELLA RESISTENZA 17	Sabato 14/11/2026, dalle ore 10.00 alle 12.00		Degustazione di un piatto creato con i prodotti del mercato e della dieta mediterranea (Pasta risottata con crema di ceci, rosmarino e zafferano)			
MOLISE									
MOLISE	CAMPOBASSO	CAMPOBASSO	P.ZA CUOCO,1	SABATO 14 NOVEMBRE ORE 10:30	ESPOSIZIONE PRODOTTI LOCALI DELLA DIETA MEDITERRANEA			AREA FOOD PREPARAZIONE PIATTI DELLA TRADIZIONE LEGATI AL TERRITORIO	
PUGLIA									
PUGLIA	FOGGIA	FOGGIA	MERCATO COPERTO VIA MONSIGNOR LENOTTI 51/61	SABATO 14 NOVEMBRE ORE 11:00	PRODOTTI ORTICOLI DI STAGIONE	ORECCHIETTE CON CIME DI RAPA		PREPARAZIONE IN DIRETTA DI ORECCHIETTE	
PUGLIA	BARI	BARI	MERCATO COPERTO DI BARI – VIA BERNARDINI ANGOLO VIA G. AMENDOLA	SABATO 14 NOVEMBRE ORE 10,30	IL SALONE DEI PRODOTTI DELLA DIETA MEDITERRANEA	CICORIELLE E PUREA DI FAVE PIZZA MARGHERITA		CICORIELLE E PUREA DI FAVE PREPARATE DAL CUOCO CONTADINO	
PUGLIA	LECCE	LECCE	VIA 95° REGGIMENTO FANTERIA, 110	SABATO 14 NOVEMBRE 10.30 – 12.30	CORNER DEDICATO A FRUTTA, ORTAGGI E VERDURA DI STAGIONE CON ATTENZIONE PARTICOLARE AGLI AGRUMI, PREZIOSISSIMA FONTE DI	TRIA CON RAPE E GAMBERETTI		DEGUSTAZIONE E CUCINA DI PIATTI TIPICI A CURA DEL CUOCO CONTADINO VINCENZO SCIGLIUZZO	MOMENTI DI CONFRONTO CON I CONSUMATORI RIGUARDO ALL'IMPORTANZA DELLA DIETA

					VITAMINE E MINERALI, EFFICACI CONTRO I MALANNI DEL PERIODO				MEDITERRANEA E DEL CONSUMO DI ALIMENTI DI STAGIONE LOCALI
PUGLIA	BRINDISI	BRINDISI	MERCATO COPERTO CAMPAGNA AMICA DI BRINDISI - VIA APPIA 226	14 NOVEMBRE DALLE ORE 10:00	ESPOSIZIONE DEI PRODOTTI TIPICI LOCALI DELLA DIETA MEDITERRANEA	ORECCHIETTE AL POMODORINO E CACIORICOTTA		ORECCHIETTE AL POMODORINO E CACIORICOTTA	INFORMAZIONE DA PARTE DEI PRODUTTORI
PUGLIA	TARANTO	TARANTO	MERCATO COPERTO CAMPAGNA AMICA DI TARANTO – VIA UMBRIA 147	14 NOVEMBRE DALLE ORE 10:00	ESPOSIZIONE DI PRODOTTI CON PIATTO TIPICO DELLA DIETA MEDITERRANEA	FOCACCIA ALLA ZUCCA E CACIOCAVALLO			INFORMAZIONE DA PARTE DEI PRODUTTORI
SARDEGNA									
SARDEGNA	CAGLIARI	QUARTU S.E.	PITZ'E SERRA	SABATO 14 NOVEMBRE 09:30	ESPOSIZIONE PRODOTTI DI STAGIONE CON TABELLE PROPRIETA' VARI GRUPPI DI ALIMENTI				
SARDEGNA	ORISTANO	ORISTANO	MERCATO COPERTO VIA DEGLI ARTIGIANI	SABATO 14 NOVEMBRE ORE 9.00- 12.00	ESPOSIZIONE PRODOTTI STAGIONALI DELLA DIETA MEDITERRANEA	DEGUSTAZIONI ORTIVE DI STAGIONE			
SARDEGNA	NORD SARDEGNA	OLBIA	MERCATO CAMPAGNA AMICA	SABATO 14 NOVEMBRE ORE 9.00- 12.00	ESPOSIZIONE PRODOTTI STAGIONALI DELLA DIETA MEDITERRANEA				
SICILIA									
SICILIA	TRAPANI	TRAPANI	MERCATO COPERTO VIA VIRGILIO	SABATO 14 NOVEMBRE ORE 10.00	ESPOSIZIONE PRODOTTI STAGIONALI DELLA DIETA MEDITERRANEA	COLAZIONE SANA		A CURA DEL CUOCO CONTADINO MALTESE GIANFRANCO	
SICILIA	TRAPANI	MARSALA	MERCATO COPERTO VIA LUNGOMARE MEDITERANNEO	SABATO 14 NOVEMBRE ORE 10.00	ESPOSIZIONE PRODOTTI STAGIONALI DELLA DIETA MEDITERRANEA	COLAZIONE SANA		A CURA DEL CUOCA CONTADINA MALTESE LINDA	
SICILIA	ENNA	ENNA	MERCATO COPERTO VIA TOMMASO LO MONACO	SABATO 14 NOVEMBRE ORE 9.00	ESPOSIZIONE PRODOTTI STAGIONALI DELLA DIETA MEDITERRANEA	COLAZIONE SANA		A CURA DELLA CUOCA CONTADINA SCAFIDI MARIA	
SICILIA	SIRACUSA	SIRACUSA	MERCATO COPERTO VIALE TICA 91	SABATO 14 NOVEMBRE ORE 10.30	ESPOSIZIONE PRODOTTI STAGIONALI DELLA DIETA MEDITERRANEA	I LEGUMI DEL MEDITERRANEO		A CURA DEL CUOCO CONTADINO LA BELLA ANGELO	
SICILIA	RAGUSA	RAGUSA	MERCATO COPERTO VIA A. MOMIGLIANO	SABATO 14 NOVEMBRE 10.30	ESPOSIZIONE PRODOTTI STAGIONALI DELLA DIETA MEDITERRANEA	ZUPPA CECI E LENTICCHIE		A CURA DEL CUOCO CONTADINO FRANCESCO SCIBONA	
SICILIA	CALTANISSETTA	CALTANISSETTA	MERCATO COPERTO VIA FRA GIARRATANA	SABATO 14 NOVEMBRE ORE 9.00	ESPOSIZIONE PRODOTTI STAGIONALI DELLA DIETA MEDITERRANEA	PANE BIO CON GRANI ANTICHI CONDITO CON OLIO BIO		A CURA DEL CUOCO CONTADINO	
SICILIA	PALERMO	PALERMO	MERCATO COPERTO VIA LAURANA	14/11/2026 ORE 9.00	ESPOSIZIONE PRODOTTI STAGIONALI DELLA DIETA MEDITERRANEA	COLAZIONE SANA		A CURA DELLA CUOCA CONTADINA LUCREZIA PANVINI E CIRO PRINCIOTTA	
TOSCANA									
TOSCANA	PISA	PISA	MERCATO COPERTO PISA	14 NOVEMBRE DALLE 8:00	ESPOSIZIONE PRODOTTI DIETA MEDITERRANEA	PANE E OLIO			
TOSCANA	FIRENZE	FIRENZE	P.ZZA DEL CESTELLO LUNGARNO SODERINI	15 NOVEMBRE ORE12.00		GIORNATA DEL RINGRAZIAMENTO			

						IL MENU DEI SANI VALORI DELLA DIETA MEDITERRANEA			
VENETO									
VENETO	VICENZA	VICENZA	MERCATO COPERTO CAMPAGNA AMICA VICENZA CONTRà CORDENONS 4, 36100 VI	SABATO 14 NOVEMBRE ORE 10.30	DIVULGAZIONE DELLA DIETA MEDITERRANEA	DEGUSTAZIONI DEI PRODOTTI PRESENTI AL MERCATO.			
UMBRIA									
UMBRIA	PERUGIA	PERUGIA	MERCATO CONTADINO MADONNA ALTA	14/11 ORE 11,30	ESPOSIZIONE DEI PRODOTTI DELLA DIETA MEDITERRANEA	DIETA MEDITERRANEA: L'IMPORTANZA DELL'OLIO DEGUSTAZIONE DI OLIO NUOVO CON IL PANE DEL MERCATO			
UMBRIA	TERNI	TERNI	MERCATO COPERTO CAMPAGNA AMICA	14/11 ORE 11,30	PRODOTTI DELLA DIETA MEDITERRANEA				L'IMPORTANZA DELLA DIETA MEDITERRANEA NELLO SPORT "VITA SANA DA CAMPIONI" IN COLLABORAZIONE CON LIONS CLUB, AVIS E PANATHLON CON LA PRESENZA DI ALCUNI CAMPIONI SPORTIVI ORIGINARI DI TERNI