

Agradecimentos:



UAUCACAU®

MadeiraShopping



GAAC

Ser e
Saber



CONCURSO ECO COZINHEIROS

14|09|2024

HORA: 09h30m

LOCAL: STFP

REGULAMENTO

Constituição das equipas: cada uma possui 2 participantes - uma criança/jovem que integra o programa Ser e Saber+ e 1 elemento do seu agregado familiar (mãe, pai ou irmão/irmã).

Objetivos:

- Incentivar as crianças, jovens e suas famílias a confeccionarem refeições saudáveis e sustentáveis;
- Promover as relações interpessoais e os momentos de partilha.

Descrição da atividade: as equipas têm de criar um prato (entrada ou sobremesa) e confeccioná-lo *in loco*, sem utilizar qualquer equipamento eletrónico, exceto varinha mágica, liquidificadora, picadora e batedeira.

Ingredientes: cada equipa traz todos os ingredientes que necessita para cozinhar o seu prato, sendo responsável pelo seu transporte, acondicionamento e estado de conservação. Cada uma pode levar apenas 1 ingrediente já confeccionado.

Duração da prova: 1h30m.

Avaliação: cada equipa apresenta o seu prato ao júri, o qual procede à sua prova e avaliação.

Segue-se um convívio com a partilha dos diferentes pratos entre todos.

Critérios de avaliação:

- Originalidade da receita, tipo de produtos e técnicas utilizadas, que se devem enquadrar nas práticas e tradições da Dieta Mediterrânica;
- Sustentabilidade dos ingredientes utilizados – opção por produtos locais e sazonais;
- Valor nutricional da receita;
- Apresentação.

Regras de higiene e segurança:

- Utilização de calçado fechado e antiderrapante (ex: sapatilhas);
- Utilização de avental (cedido pelo STFP);
- Utilização de touca (cedida pela STFP);
- Todos os participantes que têm o cabelo comprido devem prendê-lo, apesar do uso da touca.

GAAC

Ser e
Saber

