

BLI MED PÅ KONKURRANSEN ÅRETS GRØNNE KOKK



Kokkekonkurransen Årets grønne kokk arrangeres torsdag 5. mars på SMAK 2020.

Opplysningskontoret for frukt og grønt og Norske kokkers landsforening Oslo står bak konkurransen. Det er 8. gang denne fargerike kokkelag-konkurransen arrangeres. Samarbeidspartnere er BAMA Storkjøkken, Engrosfrukt, Langdalen, Sportex, Figgjo og Messen Smak 2020.

Hovedmålet med konkurransen er å sette fokus på de grønne råvarene, inspirere til økt bruk av frukt og grønt og spre nye, spennende og fargerike ideer til storhusholdningsbransjen. Mer grønt på tallerkenen er et viktig bidrag til å nå bærekraftsmålene om mere plantekost.

Alle faglærte kokker er velkomne til å delta.
Det skal være 2 faglærte kokker på hvert lag.

Oppgaven er å lage en 3 retters meny for 12 personer.
Konkurransetiden er 4 timer.

Rettene må kun bestå av varer fra den grønne sektoren og kan derfor ikke inneholde fugl, fisk, skaldyr, kjøtt eller kraft fra disse. Egg og melkeprodukter kan inngå. Varene som er nevnt under skal inngå ellers er det lov å bruke alt fra den grønne sektoren:

Rett 1. Streetfood: Sellerirot og løk skal inngå, skal kunne spises håndholdt.

Rett 2. Hovedrett: Fjellmandelpotet, betar og valgfri kål skal inngå.

Rett 3: Dessert: Appelsin, gulrot og friske urter skal inngå.

Alle deltakere sørger selv for alle sine råvarer. Kostnader i forbindelse med råvarer dekkes mot kvittering på inntil kroner 3000,- pr lag, etter konkurransen.

Rettene serveres på Figgjo porselen. Detaljene kommer senere.

Alle deltagerne får kokkejakker, med navn og logo, fra Sportex.

Premiene til vinnerne er tittelen Årets grønne kokk som innebærer heder og ære, samt trofe og pengegave på kr 30 000,-. 2. plass får 20 000,- og 3. plass kr 10 000,-.

Arrangeres av:



Samarbeidspartnere:



Påmelding til Årets grønne kokk 2020:

Send inn følgende innen 28. november 2019 til toril@frukt.no:

- **3 retters meny i henhold til oppgaven, i skrifttype Times New Roman, str. 12pt.**
- **Personlige opplysninger på begge deltagerne: navn, adresse, bedrift, telefon privat og jobb, e-post samt størrelse på kokkejakke.**
- **Kopi av fagbrev (digitalisert) på begge deltagerne**
- **Digitalt bilde av begge to, i kokkeuniform**

En lukket uttaksjury vil vurdere de innsendte bidragene anonymt. 6 lag vil bli tatt ut til å konkurrere. Det vil også bli tatt ut et reservelag.

Uttaket skjer umiddelbart etter fristens utløp.

Alle som har sendt inn oppgave til bedømming, vil bli kontaktet, og navnene på årets konkurransedeltakere gjøres deretter kjent for pressen.

Se film fra tidligere konkurranser på www.frukt.no/film.

Har du spørsmål? Kontakt

Mette Borchgrevink Thurmann-Moe
Norske kokkers landsforening Oslo
mbtm@bama.no

eller

Toril Gulbrandsen
Opplysningskontoret for frukt og grønt
toril@frukt.no

Arrangeres av:



Samarbeidspartnere:

