



**NORSKE KOKKERS
LANDSFORENING**

TRONDHEIM

Årets Midt -Norske kokk 2021

Arrangeres under Storhusholdnings messen

MENY 2021

29 og 30 september – EC Dahls



UTFORDRING !

Kokkekonkurrans

Speed cooking

Mystery box

Midt Norske

kokker i alle aldre



KONKURRANSEREGLER

Konkurransedager er 29 og 30 september 2021. Dag tildeles ved påmelding og skjer under storhusholdningsmessen MENY 2021- EC Dahls bryggeri.

Dette er en såkalt MYSTERY boks /speed Cooking konkurranse og er åpen for alle kokker med fagbrev fra Midt Norge (Trøndelag / Møre) . Arrangør er NKL Trondheim

Konkurransen skjer med differensiert start- og sluttid. Den første deltakeren starter kl 9.30. Så vil det være 10 minutt til neste osv. Konkurranse tiden er 2 timer, hvorav 1,5 time produksjon før service.

Senest 30 min etter start må hver deltaker levere inn menyen som er opprettet. Deltakerne må lage en 2 retters meny, der oppgitt hoved råvare inkluderes med min. 60%.

Det skal tilberedes 4 kuvert av hver rett, 3 til dommer 1 til foto / utstilling.

Menyen skal bestå av:

Forrett – Råvarer fra tildelt råvarekasse

Hovedrett – Mystery **kjøtt** med oppsatt garnityr tildelt råvarekasse

I tillegg vil det være en felles begrenset råvarebuffé, med grønnsaker / urter samt tørrvare og meieri.

Deltakere kan ta med 1 person som assistent. Assistenten må ikke ha gjennomført fagprøve som kokk, konditor eller lignende. Assistenten skal ikke koke/ tilberede mat, kun assist (skrell, vask etc.)

Deltaker tar kun med egne kniver samt eventuelle små former.

Utover dette vil konkurransekjøkkenet være meget enkelt utstyrt, jfr. Utstysliste som sendes deg etter påmelding.

Deltakerne kan ikke ta med egne råvarer.

Arrangøren forbeholder seg opphavsretten til alle oppskrifter og foto som er inkludert i konkurransen.

Maten og gjennomføring bedømmes av profesjonelle dommere, og det er den beste deltaker som vinner konkurransen og mottar stipend på kr 5000.-

Alle deltakere mottar Diplom

Dette er en kokke konkurranse ment som et fokus på deg som KOKK- hvor vi vektlegger din faglige egenskap til å ta oppgaven på sparket uten for mye utstys tilgang og på basis av råvaren i fokus – MELD DEG PÅ til årets utfordring .

PÅMELDING SKJEMA (skriv rett inn i skjema og send i retur)

ÅRETS MIDT NORSKE KOKK 2021

29 ELLER 30 SEPTEMBER – MENY 2021. EC DAHLS BRYGGERI

Frist for påmelding er 15 September 2021

Påmelding sendes til e post : smgrh@online.no

NAVN	
ADRESSE	
POST	
E POST	
MOBIL	
BEDRIFT	
FØDT	
ASSISTENT NAVN	
ANNEN INFO	

Jeg foretrekker følgende dato for gjennomføring, men er åpen for endring relatert til hvor stor pågang det blir av deltakere: Kryss ut

Onsdag 29 september

torsdag 30 september

Jeg har lest og forstått reglene og er enig i at dette er en bindende påmelding

SiGN : -