Ajuntament de Castellar del Vallès

Bases del concurs de receptes de cuina per escurar el plat i la nevera

Del 16 d'abril al 14 de maig de 2010

Participants: obert a tothom

Objecte: la realització d'un concurs de receptes que tinguin com a finalitat evitar el malbaratament d'aliments, utilitzant sobres dels àpats (sobres d'arròs, de llegums, etc.) o bé utilitzant o transformant ingredients que d'una altra manera acabarien a les escombraries (ratllar el pa sec per fer arrebossats, utilitzar fruites a punt de fer-se malbé, etc.). Aquest concurs es realitza en el marc de la campanya *Escura el plat i la nevera*, que pretén conscienciar la població sobre la necessitat de prevenir el malbaratament alimentari.

Requisits:

- Introducció de criteris per a l'aprofitament de les sobres dels àpats o d'aliments susceptibles de ser malbaratats, com a mínim en un ingredient.
- Introducció de criteris per prevenir que sobri menjar.

Format de les receptes:

A cada recepta hi haurà de constar la següent informació:

- Títol de la recepta.
- Número de persones per a qui va adreçada.
- Llistat d'ingredients indicant els pesos i els volums.
- Explicació detallada de l'elaboració del plat amb temps i temperatures de cocció.

El text i la fotografia haurà d'ocupar com a màxim una cara d'un full DIN A4 amb mida de lletra 12 i redactat en català.

Recepció de les receptes:

Per correu electrònic: la recepta s'ha d'enviar per correu electrònic com un arxiu adjunt a la direcció oficina21@castellarvalles.cat. L'assumpte del correu electrònic ha de ser el títol de la recepta. En el correu heu de fer constar les següents dades de contacte del participant:

- Nom i cognoms
- Adreça

- Telèfon

Personalment: alternativament es pot presentar en format paper a la Regidoria de Medi Ambient, situada a Cal Botafoc, de dilluns a divendres, de 9 a 14 h.

Termini d'admissió: 14 de maig de 2010

Criteris de valoració:

- Originalitat.

- Que els ingredients aprofitats tinguin una importància especial.

- Grau de variabilitat de la recepta en funció del tipus de sobra (per exemple, possibilitat d'aprofitar diferents verdures o diferents tipus de carn). Caldrà fer-ho constar en la recepta.

- Detall de les quantitats per a cada ració per tal d'evitar que sobri menjar al plat.

Premis:

- 1r premi: un dinar per dues persones al restaurant La Taverna del Gall.

- 2 accèssits: 2 llibres *A la cuina tot s'aprofita. Receptes fàcils per reciclar les sobres dels àpats*, d'Irene Gelpí

Les receptes guanyadores es publicaran a L'Actual en el marc de la campanya per a la prevenció del malbaratament alimentari *Escura el plat i la nevera*.

Drets d'autor: els participants cedeixen a l'Ajuntament de Castellar del Vallès els drets de propietat intelEctual en exclusiva sobre l'ús de les receptes lliurades i durant un període de temps ilElimitat, per a la posterior publicació.