



# ***Campeonato de Extremadura de Cocineros 2018***

**Realización del Campeonato de Extremadura de Cocineros 2018 para acceder al nacional que se celebrará próximamente en Zaragoza en Octubre.**

## **Requisitos participantes**

- Edad mínima: 18 años cumplidos en la fecha de la competición.
- Ser cocinero profesional y estar en activo.
- Residente en Extremadura

## **Composición y presentación del menú**

El menú se compondrá de: plato principal de cordero y tenca

Los pesos (kg., gr., litro, unidades, etc.) y precios que se indiquen en el escandallo, han de ser netos. Para mayor comodidad podéis hacer el menú calculando los ingredientes para 10 personas y luego dividir para obtener el precio de una.

El precio de coste del menú completo deberá ser de 10 € por persona, 5 euros de escandallo por plato.

## **Dinámica y funcionamiento**

El concursante dispondrá de 3 horas para elaborar el menú.

La entrada de cada concursante a cocinas será cada 15 minutos, y por riguroso orden de sorteo. La presentación del menú será por el mismo orden de entrada y con un intervalo de 15 minutos. Cada participante tendrá que elaborar para 7 menús completos, (cinco menús para degustación de jurados, un menú para exposición en la sala de jurados, un menú para la sala de exposición y presentación al público).



### **Directrices generales para menús**

El peso total del menú para cada persona deberá oscilar entre los 400-500 gr. netos. La composición de los mismos deberá ser equilibrada, con una correcta proporción entre vitaminas, hidratos de carbono, proteínas, grasas y fibra.

El plato principal debe estar debidamente equilibrado, incluyendo carbohidratos y vegetales.

Los siguientes productos pueden estar semi-preparados de la siguiente manera:

Vegetales – setas – frutas (limpios pero no cortados o torneados).

Patatas (limpias y peladas pero no cortadas o torneadas).

Cebollas (peladas pero no cortadas).

Las masas básicas pueden ser preparadas con anterioridad o semielaboradas.

Fondos o caldos base pueden traerse ya preparados o semi-elaborados.

Se permite que los ingredientes básicos estén previamente pesados y medidos.

El Cordero puede estar previamente deshuesada y por raciones.

Las guarniciones de larga cocción pueden traerse el día de la competición, previamente elaboradas.

Todos los alimentos que intervengan en la elaboración de los platos serán examinados por los jueces antes que la competición de comienzo. La puntuación final se establecerá una vez finalizada la inspección de la cocina en la que se haya elaborado el menú.

### **Directrices generales para concursantes y jueces**

La siguiente lista constituye un buen punto de partida sobre lo que son, en líneas generales, las pautas básicas de comportamiento de los cocineros y de los jueces que los evalúen.

La receta entregada (que debe incluir la descripción de los ingredientes y los métodos utilizados en su tratamiento) constituye el criterio base de valoración para los jueces. Los ingredientes y aderezos utilizados deben armonizar con la parte principal del plato, de modo que en conjunto se cumplan los estándares de lo que se considera un plato nutricionalmente equilibrado.



Es recomendable que los sistemas o métodos aplicados en la cocina sean lo más prácticos posibles, omitiendo aquellos elementos que puedan ser innecesarios.

El ala de los platos de estar libre de aliños o elementos decorativos.

El Cordero debe presentarse cortada limpiamente, mostrando un óptimo punto de cocción (rosada), de modo que en ningún momento del concurso gotee o pierda su consistencia.

Las frutas y hortalizas deben presentarse cortadas y torneadas uniformemente.

Si como acompañamiento del cordero se utiliza fruta, ésta debe presentarse cortada en piezas pequeñas o láminas finas.

### **Concepto que concursantes deben tener en cuenta**

- Originalidad.
- Nuevos conceptos e ideas (innovación).
- Armonía numérica en las porciones de cordero y los elementos decorativos.
- Combinación adecuada de sabor, color y presentación.
- Los colores dispuestos deben armonizar entre sí.
- Aspecto apetecible, conservando la esencia de los productos.
- Cocciones adecuadas de los ingredientes que componen el plato.

La presentación de las rodajas o cortes de carne debe de hacerse de forma cuidadosa y éstas estar dispuestas en función de su tamaño.

Los vegetales conviene que estén bien cortados.

La denominación de los platos debe corresponderse a los nombres clásicamente establecidos.

Las servilletas de papel sólo serán utilizadas en caso de tratarse de alimentos intensamente fritos. Los volantes de papel y demás no podrán ser usados.

Los jugos vegetales (salsas), de carne o pescado deben disponerse de modo que no desluzcan la apariencia general de los platos.

A aquellos platos que no se ajusten a esta pauta se les restará puntos.



## **Motivos de descalificación**

Descalificación en caso de comunicar el menú a cualquier persona externa a la organización del CCEX. Cualquier comunicación externa deberá ser con la imagen del concurso, con la chaquetilla entregada por la organización.

Los platos presentados en el menú deberán ser originales creados por el propio chef del concurso.

Los concursantes dispondrán de una vajilla cedida por la organización, compuesta por diferentes modelos de platos, serán estos modelos los que deberán usar para emplatar y presentar sus platos ante el Jurado del Concurso. Está totalmente prohibido usar otro menaje que no sea el de la organización, puede ser motivo de descalificación.

## **Funciones que pueden realizar el o la ayudante de cocina**

- Ayudar a montar el área de trabajo asignada.
- Lavar y pelar verduras y frutas, pero no cortarlas.
- Llevar, comprobar y traer elaboraciones e ingredientes a los hornos combi, hornos de pastelería, abatidores de temperatura, sorbeteras, thermomix, roner, pacojet, batidoras, congeladores, cámaras frigoríficas, etc.
- Limpieza de utensilios y área de trabajo durante las elaboraciones y después de éstas.
- Ayudar a filtrar fondos, caldos, fumets y salsas pero no puede participar en su elaboración.
- Limpiar pescado o marisco pero no filetear, cortar o realizar cocción alguna.
- Deshuesar carnes, aves y caza pero no cortar o porcionar.
- Puede controlar que cualquier elaboración no se queme, reduzca demasiado, etc. cuando observe que el concursante se ha olvidado o pueda causar un accidente.

Sí está permitido que en el momento del pase de platos ayude al concursante en el montaje y emplatado.



En resumen, hay un solo concursante. El ayudante no es obligatorio traerlo, pero si asiste al concursante, tiene las funciones específicas anteriormente citadas.

Si cualquier concursante necesitara un utensilio, pieza de equipamiento o ingrediente de la escuela, este deberá pedirlo al jurado técnico o al profesor de la escuela asignado al CCEX. Luego lo devolverá a la misma persona, limpio y en las mismas condiciones que le ha sido entregado.

Los jurados técnicos que están en las cocinas avisarán al concursante dos veces cuando vean que el ayudante está realizando funciones no autorizadas y al tercer aviso le descontarán puntos.

Si se tiene alguna duda durante el tiempo de elaboración, se puede consultar a alguno de los dos jurados técnicos.

La dirección técnica del CCEX agradece a todos los/las concursantes el cumplimiento de las reglas anteriormente citadas, el mantenimiento de la higiene, el profesionalismo culinario y la solidaridad entre participantes.

### **Inscripciones y día y hora de realización del concurso:**

Las inscripciones al concurso se realizarán según documento adjunto y deben enviarse a la siguiente dirección de correo electrónico: [gerencia@acocyrex.es](mailto:gerencia@acocyrex.es)

La selección será comunicada a los concursantes el viernes a las 00.00 horas

El concurso se llevará a cabo en la Escuela de hostelería de Mérida (ESHAEX) el lunes 17 de septiembre a partir de las 10.00 horas.