



REGULAMENTO “NUTRICHEF FLORENCE”

O concurso "NUTRICHEF FLORENCE" trata-se de uma competição saudável de elaboração de receitas entre as turmas do 3º período de Nutrição do Instituto Florence de Ensino Superior.

DO OBJETIVO

O concurso tem como objetivo a confecção de preparações culinárias **cetogênicas (turno noturno)** e da **alimentação escolar (turno matutino)**, definido por meio de sorteio. Além disso, cada grupo deverá utilizar o(s) ingrediente(s) sorteados pela professora responsável.

DA CONFECÇÃO E MONTAGEM DAS PREPARAÇÕES

As preparações serão elaboradas nos dias 13 (turno da noite) e 14 (turno da manhã) de agosto de 2020, no Laboratório de Técnica Dietética do Instituto Florence de Ensino Superior.

Poderão participar desta prova os integrantes da equipe seguindo as seguintes regras:

1. As preparações serão elaboradas no Laboratório de Técnica Dietética do Instituto Florence nos dias e horários informados acima, não sendo permitido trazer pronto de casa.
2. O ingrediente obrigatório na receita da preparação será sorteado no dia 05 (noturno) e 06 (matutino) de agosto no laboratório de Técnica Dietética do Instituto Florence.
3. Cada grupo terá até 80 minutos cronometrados pela Comissão Organizadora para a execução da receita.
4. É vedado o uso de temperos prontos e ingredientes artificiais e pré-preparados (corantes, caldos tipo Knorr, sazón, tempero completo, farofa pronta, legumes pré-cozidos, purês pré-prontos, molhos prontos, maionese, catchup, mostarda, shoyo, molho inglês. etc). A equipe que desobedecer esta regra será advertida, perdendo 5 pontos, e



deverá entregar à comissão organizadora o ingrediente proibido, podendo desta forma continuar a prova.

5. É obrigatório o uso de sapato fechado, calça e touca no Laboratório de Técnica Dietética. A equipe, que desobedecer esta regra, será desclassificada.
6. Cada grupo deverá deixar forno e fogão, além da bancada, utilizados para elaboração e serviço da preparação, limpos, sob pena de desclassificação da prova.
7. Não serão tolerados atrasos na execução da preparação, cada minuto de atraso será descontado três pontos do somatório final das notas da equipe e do tempo de degustação da equipe.
8. Após a elaboração, o grupo deverá apresentar o prato e servir uma porção a cada degustador (3 degustadores). Este processo não pode ultrapassar 6 minutos, por grupo.
9. Ingrediente obrigatório para preparações cetogênicas: CASTANHA DE CAJU;
Ingrediente obrigatório para preparações da alimentação escolar: ABÓBORA;

DA METODOLOGIA DE AVALIAÇÃO

A competição será dividida em 3 etapas:

- PRIMEIRA ETAPA: APRESENTAÇÃO DO PRATO – VALOR 5 PONTOS
 - Serão avaliados a decoração e a finalização dos pratos elaborados;
- SEGUNDA ETAPA: INOVAÇÃO DA RECEITA – VALOR 5 PONTOS
 - Será avaliada a originalidade e as características inovadoras da receita elaborada;
- TERCEIRA ETAPA: DEGUSTAÇÃO DA RECEITA – VALOR 15 PONTOS
 - Serão avaliadas características sensoriais de sabor, cor, odor e textura, além da impressão global das preparações elaboradas pelos grupos.