



# CONCURSO POPULAR DE GASTRONOMIA COZINHANDO NO SENAC

## REGULAMENTO 2017

O Concurso Popular de Gastronomia: **Cozinhando no Senac** tem como principal objetivo o incentivo à carreira e a valorização de gastronomia popular. Para tanto, avalia a higiene e organização no preparo dos alimentos, a apresentação dos pratos, seus sabores e suas texturas. Estão disponibilizadas, através deste Regulamento, as regras necessárias à participação dos interessados.

### 1) DA PARTICIPAÇÃO.

O Concurso Popular de Gastronomia **Cozinhando no Senac** disponibiliza um quadro de 10 (dez) vagas para aspirantes a cozinheiro profissional, com ou sem experiência de mercado, com idade mínima de 18 (dezoito) anos.

É vedada a participação de colaboradores vinculados ao Senac RN.

Juntamente com a ficha de inscrição preenchida, o candidato interessado deverá anexar link de acesso para a visualização de vídeo de inscrição (*vide* Item 2, Etapa 1, do Regulamento).

Cada participante ficará responsável pela matéria prima necessária à elaboração da sua preparação, apresentada no vídeo de inscrição e na Etapa 2, Item 2, do Regulamento, bem como pelos utensílios e equipamentos a utilizar durante todo o processo.

Na Etapa 2, o participante deverá levar os ingredientes necessários à elaboração de 2 (dois) pratos, que serão posteriormente degustados por 3 (três) membros da Comissão Julgadora referentes à Etapa 2.

A Organização do evento NÃO se responsabiliza pelo deslocamento e/ou hospedagem dos participantes do concurso, nem com os demais custos diretos ou indiretos à participação.

Os participantes são responsáveis pela utilização não autorizada de receitas de terceiros em suas apresentações e pelas consequências advindas do descumprimento da

legislação vigente. Todo e qualquer ônus por problemas de direitos autorais recairão exclusivamente sobre os responsáveis pela elaboração dos pratos apresentados.

Os participantes autorizam a divulgação dos seus nomes, vozes e imagens, exclusivamente de interesse da comunicação, marketing e propaganda do Natal Fest Gourmet e Senac RN, bem como cedem os direitos autorais de suas receitas, na íntegra ou em parte, aos organizadores do evento.

O participante não poderá divulgar, veicular, falar ou vestir o nome de qualquer empresa que não seja patrocinadora e/ou apoiadora do festival durante e no âmbito do concurso.

## 2) DO CONCURSO E ETAPAS.

**Inscrições:** As inscrições serão realizadas via internet, por meio do e-mail [cozinhandonosenac@rn.senac.br](mailto:cozinhandonosenac@rn.senac.br), devendo os participantes enviar a ficha de inscrição, devidamente preenchida, link para acesso ao vídeo de inscrição e ficha técnica ou receita de um PRATO PRINCIPAL de livre escolha, criado pelo participante. O prazo para inscrições dar-se-á até às 23h59 do dia 24 de outubro de 2017. Documentos necessários para a inscrição:

- 1) Ficha de inscrição devidamente preenchida;
- 2) Ficha técnica ou receita da preparação devidamente preenchida (ver modelo);
- 3) Link de acesso para um VÍDEO com duração máxima de 5 (cinco) minutos contendo imagens do preparo e da apresentação de um **PRATO PRINCIPAL** de livre escolha, criado pelo participante, além de um resumo falado e registrado no vídeo sobre o prato desenvolvido e o motivo pelo qual o participante quer ser um cozinheiro Senac. O foco do resumo registrado em vídeo é apresentar a preparação elaborada (prato principal de autoria própria), bem como Falar sobre a preparação escolhida, especificar todos os ingredientes e o modo de preparo da receita. O participante também deverá registrar no vídeo porque quer ser um cozinheiro Senac.

**Etapa 1: Avaliação do vídeo de inscrição:** o link para acesso ao vídeo deverá ser enviado via e-mail ([cozinhandonosenac@rn.senac.br](mailto:cozinhandonosenac@rn.senac.br)) junto com a ficha de inscrição devidamente preenchida e ficha técnica ou receita do prato executado no vídeo, com duração máxima de 5 (cinco) minutos, contendo imagens do preparo e da apresentação de um **PRATO PRINCIPAL** de livre escolha, criado pelo participante, além de um resumo falado e registrado no vídeo sobre o prato desenvolvido e o motivo pelo qual o participante quer ser um cozinheiro Senac. O foco

do resumo registrado em vídeo é apresentar a preparação elaborada (prato principal). O participante deverá falar sobre a preparação escolhida, especificar todos os ingredientes, bem como o modo de preparo da receita. O participante também deverá registrar no vídeo porque quer ser um cozinheiro Senac.

Serão selecionadas 10 (dez) preparações pela Comissão Organizadora do evento e Profissionais da Gastronomia do Estado, segundo os critérios abaixo:

1. Conteúdo e contextualização (resumo) (2 pontos);
2. Ficha Técnica (receita) da Preparação (3 pontos);
3. Apresentação do prato (3 pontos);
4. Criatividade e domínio no preparo do prato (2 pontos).

TOTAL: 10 PONTOS

A divulgação dos pratos selecionados para a Etapa 2 será realizada pela Comissão Organizadora do Concurso no dia 25 de outubro de 2017. Os participantes selecionados deverão apresentar seus pratos na Etapa 2, que acontecerá no Senac RN, a partir do dia 23 de outubro de 2017.

Em caso de empate, a comissão usará como critério de desempate a maior nota alcançada no quesito 1 e assim sucessivamente, de acordo com a ordem pré-estabelecida (de 1 a 4).

**Etapa 2: Apresentação no Senac RN:** Os participantes serão avaliados por um júri técnico em gastronomia. A banca será composta por instrutores do Senac RN da área de gastronomia.

Cada participante terá 30 (trinta) minutos para o pré-preparo (será feito uma escala entre os participantes selecionados e haverá júri técnico acompanhando) e 15 (quinze) minutos para a finalização e/ou apresentação fechada de 2 (duas) porções da receita para o júri técnico.

Os ingredientes a serem utilizados por cada participante serão conferidos antes da entrada do participante para o pré-preparo seguindo a ficha técnica apresentada e vídeo

apresentado no ato da inscrição. É permitido a entrada de produtos/alimentos previamente manipulados ou ingredientes desde que constem na ficha técnica e vídeo de inscrição.

Após o final da apresentação, o participante terá 10 (dez) minutos para a organização e limpeza do ambiente. Na cozinha, NÃO será permitida a presença de pessoas que não estejam participando do concurso, ou seja, deverão estar apenas os concorrentes e a equipe de coordenação da cozinha. O não cumprimento das regras estabelecidas no Regulamento resultará em penalidade na pontuação final e/ou desclassificação do participante.

O júri técnico fará a degustação e analisará os seguintes itens:

- Organização, higiene e segurança na manipulação dos alimentos (2 pontos);
- Harmonia de sabor (2 pontos);
- Texturas corretas e variadas (1,5 pontos);
- Criatividade (inovação) (1,5 pontos);
- Apresentação do prato (estética) (2 pontos);
- Didática (capacidade de transmitir sua receita com clareza) (0,5 ponto);
- Cumprimento de tempo (pré-preparo e preparação) (0,5 ponto).

A avaliação técnica dos selecionados na Etapa 2 se dará durante os dias 26 e 27 de outubro de 2017.

A sequência de apresentação será definida por sorteio a ser realizado no dia 27 de outubro de 2017 e, posteriormente, comunicado via e-mail aos participantes selecionados. Os 4 (quatro) participantes que atingirem a maior nota passam para a Etapa 3, sendo o resultado da Etapa 2 divulgado no dia 27 de outubro de 2017.

**Etapa 3: SEMIFINAIS – RISOTO DE CAMARÃO. Apresentação no Natal Fest Gourmet (SEMIFINAL):** Nesta etapa, será realizada a seleção de 2 (dois) participantes para a Etapa 4, pela Comissão Julgadora, para apresentação dos pratos no evento denominado “Natal Fest Gourmet”, no dia 4 de novembro de 2017, segundo os critérios abaixo:

Cada participante terá 60 (sessenta) minutos para organização e/ou pré-preparo (será feito uma escala entre os participantes selecionados com acompanhamento de júri técnico) e 60 (sessenta) minutos para a finalização e apresentação, aberta ao público, de 4 (quatro) porções de um **RISOTO DE CAMARÃO** para o júri técnico.

Os ingredientes a serem utilizados por cada participante serão fornecidos pela Comissão Organizadora com base em pedido realizado por cada participante e baseado na lista de insumos anexa ao Regulamento. **É PROIBIDA** a entrada de produtos/alimentos trazidos pelo próprio participante para a referida Etapa. Após o final da apresentação, o participante terá 10 (dez) minutos para a organização e limpeza do ambiente. Na cozinha, **NÃO** será permitida a presença de pessoas que não estejam participando do concurso, ou seja, deverão estar apenas os concorrentes e a equipe de coordenação da cozinha. O não cumprimento de alguma regra resultará em penalidade na pontuação final e/ou desclassificação do participante.

O júri técnico fará a degustação e analisará os seguintes itens:

- Organização, higiene e segurança na manipulação dos alimentos durante o preparo (2 pontos);
- Harmonia de sabor (2 pontos);
- Texturas corretas e variadas (2 pontos);
- Criatividade (inovação) (1 ponto);
- Apresentação do prato (estética) (2 pontos);
- Cumprimento de tempo (pré-preparo e preparação) (1 ponto).

A divulgação dos 2 (dois) participantes selecionados à etapa final (Etapa 4), será realizada pela Comissão Organizadora do Concurso ao final da Etapa 3, no dia 04 de novembro de 2017.

**A lista de insumos deverá ser enviada até o dia 29.10.2017.**

**Etapa 4: FINAL DO CONCURSO – CAIXA SURPRESA.** Apresentação no evento denominado “Natal Fest Gourmet”. Serão definidos o 1º (primeiro) e o 2º (segundo) lugar do

concurso pela Comissão Julgadora da Etapa 4, a ser realizada durante o “Natal Fest Gourmet”, no dia 4 de novembro de 2017, segundo os critérios abaixo:

Cada participante terá 10 (dez) minutos de planejamento e 60 (sessenta) minutos para produção e apresentação aberta ao público de 4 (quatro) porções de um **PRATO PRINCIPAL** que deverá ser servido para o júri técnico com base nos insumos disponibilizados em caixa surpresa. Os ingredientes da caixa surpresa a serem utilizados por cada participante serão fornecidos pela Comissão Organizadora. **É PROIBIDA** a entrada de produtos/alimentos trazidos pelo próprio participante. Após o final da apresentação, o participante terá 10 (dez) minutos para a organização e limpeza do ambiente. Na cozinha, **NÃO** será permitida a presença de pessoas que não estejam participando do concurso, ou seja, deverão estar apenas os concorrentes e a equipe de coordenação da cozinha. O não cumprimento de alguma regra resultará em penalidade na pontuação final e/ou desclassificação do participante.

O júri técnico fará a degustação e analisará os seguintes itens:

- Organização, higiene e segurança na manipulação dos alimentos durante o preparo (2 pontos);
- Harmonia de sabor (2 pontos);
- Texturas corretas e variadas (2 pontos);
- Criatividade (inovação) (1 ponto);
- Apresentação do prato (estética) (2 pontos);
- Cumprimento de tempo (pré-preparo e preparação) (1 ponto);

A divulgação do ganhador da competição será realizada pela Comissão Organizadora do Concurso ao final da etapa, em data de 04 de outubro de 2017.

### 3º) DA PREMIAÇÃO.

Serão premiados os 4 (quatro) participantes que chegarem às semifinais e final do concurso com base na pontuação atingida. Após o final da contagem de votos das Etapas 3 e 4 de apresentação no “Natal Fest Gourmet”, os prêmios serão fornecidos pela organização com os parceiros do evento e entregues após a divulgação dos resultados.

1º LUGAR – Uma vaga com bolsa integral para o Curso de Cozinheiro Senac RN com validade de 1 ano a partir da data do concurso e de acordo com a oferta da escola no período.

2º LUGAR – Uma vaga com bolsa integral para o Curso de Técnicas de Confeitaria Senac RN com validade de 1 ano a partir da data do concurso e de acordo com a oferta da escola no período.

3º LUGAR – Kit de livros da Editora Senac RN;

4º LUGAR – Kit de livros da Editora Senac RN.

#### **4) CRONOGRAMA.**

17/10/2017 – Início das inscrições;

24/10/2017 – Fim do período de inscrição;

25/10/2017 – Resultado da pré-seleção de inscritos (Etapa 1) e sorteio da ordem de apresentação para Etapa 2;

26/10/2017 a 27/10/2017 – Etapa 2 e resultado da Etapa 02;

04/10/2017 – Etapas 3 e 4 – Apresentação durante o festival e resultados Etapas 3 e 4.

#### **5) DISPOSIÇÕES GERAIS.**

Os casos omissos neste Regulamento serão dirimidos pela Comissão Organizadora do concurso. Para dúvidas ou esclarecimentos, enviar e-mail para: [cozinhandonosenac@rn.senac.br](mailto:cozinhandonosenac@rn.senac.br).

## Anexo I

FICHA DE INSCRIÇÃO	
NOME COMPLETO DO COMPETIDOR	
IDADE	
TELEFONE PARA CONTATO	
E-MAIL PARA CONTATO	
LINK PARA ACESSO AO VÍDEO DE INSCRIÇÃO	
FICHA TÉCNICA DO PRATO	
NOME OU DESCRIÇÃO DO PRATO	
INGREDIENTES	
MODO DE PREPARO	



## Anexo II

(LISTA DE INSUMOS DISPONÍVEIS PARA SOLICITAÇÃO POR PARTE PARTICIPANTE NA ETAPA 3 VISANDO A PRODUÇÃO DE 4 PORÇÕES DE RISOTO DE CAMARÃO E EVITANDO O DESPERDÍCIO)

Ingredientes	Und.	Quantidades Máximas que podem ser solicitadas	Módulo I
<b>Laticínios</b>			
GORGONZOLA	G	250	
IOGURTE	G	400	
PARMESÃO	G	300	
RICOTA	G	300	
<b>Congelados</b>			
MASSA HARUMAKI	G	500	
MASSA PHYLO	G	500	
<b>Frutas</b>			
FRAMBOESA	G	400	
LARANJA	G	800	
LIMÃO TAHITI	G	100	
MAÇÃ VERMELHA	G	600	
MANGA	G	600	
MARACUJÁ	G	600	
MORANGO	G	600	
PERA	G	600	
<b>Vegetais</b>			
JERIMUM JAPONÊS	G	600	
ABOBRINHA ITALIANA	G	600	
BATATA INGLESA	G	1500	
BATATA DOCE	G	1500	
BETERRABA	G	600	
CENOURA	G	500	
CHAMPIGNON	G	600	
COUVE-FLOR	G	400	
ERVILHA CONGELADA	G	1000	
ESPINAFRE	G	100	
GENGIBRE	G	50	
MILHO	G	300	

NABO	G	600	
PEPINO	G	600	
PIMENTA DEDO DE MOÇA	UNID.	2	
PIMENTÃO AMARELO	G	600	
PIMENTÃO VERMELHO	G	600	
REPOLHO VERDE	G	400	
RÚCULA	G	100	
SALSÃO	UNID.	1	
TOMATE	G	800	
TOMATE CEREJA	G	600	
VAGEM	G	600	
<b>SECOS</b>			
<b>Gelatinas, gomas</b>			
AGAR-AGAR	G	30	
GELATINA FOLHA	G	50	
<b>Enlatados</b>			
ALCAPARRAS	G	200	
AZEITONA PRETA	G	200	
EXTRATO DE TOMATE	G	100	
MOSTARDA DIJON	G	150	
<b>Grãos e Cereais</b>			
ARROZ ARBÓREO	G	300	
ARROZ SELVAGEM	G	150	
GRÃO DE BICO COZIDO	G	800	
QUINOA BRANCA	G	300	
<b>Frutas Secas</b>			
COCO RALADO	G	100	
DAMASCO	G	200	
UVAS PASSAS PRETAS	G	200	
<b>Oleaginosas</b>			
AVELÃ	G	300	
GERGELIM BRANCO	G	100	
GERGELIM PRETO	G	100	
NOZES	G	300	
<b>Vinagres, molhos e óleos.</b>			
MOLHO DE SOJA	ML	150	
TABASCO	ML	30	
VINAGRE BALSÂMICO	ML	100	
VINAGRE VINHO BRANCO	ML	100	
<b>Fermentos</b>			

FERMENTO BIOLÓGICO SECO	G	50	
FERMENTO QUÍMICO EM PÓ	G	30	
<b>Especiarias e pimentas</b>			
AÇAFRÃO DA TERRA	G	30	
CANELA EM PÓ/CANELA PAU	G	30	
CRAVO DA ÍNDIA	G	10	
CURRY EM PÓ	G	10	
LOURO	G	10	
NOZ MOSCADA	G	10	
PAPRIKA	G	60	
PASTA DE WASABI	G	50	
PIMENTA CAIENA	G	30	
<b>Açúcares</b>			
AÇÚCAR DE CONFEITEIRO	G	300	
AÇÚCAR MASCAVO	G	250	
MEL	G	300	
<b>Farinhas e similares</b>			
AMIDO DE MILHO	G	100	
FARINHA DE ROSCA	G	500	
FARINHA DE TRIGO	G	800	
PANKO	G	500	
PÃO DE FORMA BRANCO	G	200	
<b>Ervas frescas</b>			
ALECRIM	ML	50	
CAPIM SANTO	ML	50	
CEBOLINHA	G	50	
COENTRO	G	50	
ESTRAGÃO	ML	50	
HORTELÃ	G	50	
MANJERICÃO	G	50	
ORÉGANO	G	50	
SALSINHA	MÇ	1	
TOMILHO	ML	50	
<b>Alcoólicos</b>			
COGNAC	ML	150	
GRAND MARNIER	ML	150	
PORTO TINTO	ML	300	
RUM	ML	150	

CAIXA BÁSICA			
Cada competidor receberá uma caixa com os seguintes ingredientes para a etapa 03. NÃO É NECESSÁRIO SOLICITAR			
AÇUCAR REFINADO	G	200	X
ALHO	G	100	X
ALHO PORÓ	UNID.	1	X
AZEITE DE OLIVA	ML	500	X
CAMARÃO SUJO	G	1000	X
CEBOLA	G	500	X
CENOURA	G	300	X
CEBOLA ROXA	G	200	X
CREME DE LEITE FRESCO	G	500	X
FARINHA DE TRIGO	G	500	X
FUNDO DE FRANGO	ML	2000	X
LEITE INTEGRAL	ML	500	X
LIMÃO SICILIANO	G	250	X
MANTEIGA SEM SAL	G	400	X
ÓLEO DE MILHO	ML	900	X
OVOS	UNID.	6	X
PIMENTA BRANCA MOÍDA	G	25	X
PIMENTA PRETA EM GRÃOS	G	25	X
SAL FINO	G	100	X
SALSÃO	G	400	X
VINHO BRANCO	ML	375	X
VINHO TINTO CABERNET	ML	375	X