

CONCURS MASTER POSTRES CERVANTES

1er concurs de receptes de postres saludables

Organitzen:

AMPA CEIP CERVANTES

Justícia Alimentària

Hola, famílies i comunitat del Cervantes!!

Benvingudes i benvinguts a aquesta primera edició d'un concurs dirigit a tooot el cole!!

Master Postres Cervantes és una iniciativa de l'Ampa que pretén reduir el consum de sucre afegit i demostrar que podem alegrar-nos els berenars, desjunis, postres, amb menys sucre i fent-los més saludables. Però sense perdre de vista que han de ser rics, rics!

Bases de participació

Qui pot participar?

Totes aquelles persones que formen part de la comunitat educativa del CEIP Cervantes: Alumnat, familiars, personal docent, treballadores i treballadors del centre, equip de monitoratge, equip de cuina, etc.

Com participar?

Heu d'enviar una **recepta escrita** (no més llarga que un foli) en un document de text (.doc, .docx o .odt) al correu formacio.val@justiciaalimentaria.org

La recepta ha de tindre els següents apartats:

- Nom del plat
- Llista d'ingredients i quantitats per a quatre racions
- Breu explicació de la forma de preparació
- Fotografia (opcional / recomanada)

A banda de la recepta escrita, també vos animem a enviar **vídeos casolans** cuinant en família i explicant la vostra recepta de manera divertida. El vídeo ha de ser curt (no més de 1:30 minuts de duració, per a poder promoure'l per les xarxes de l'escola), gravat en horitzontal i amb una imatge del resultat final.

Data límit d'enviament de les receptes: 10 de juny de 2022

Jurat de selecció i receptari

Amb totes les propostes rebudes un jurat estudiarà les receptes que formaran part d'un receptari en forma de revista i que s'entregarà a totes les famílies de l'escola.

El jurat també seleccionarà les receptes guanyadores del concurs.

Aquest jurat està format per:

- 1 representant de l'equip directiu
- 1 representant de la comissió de menjador
- 1 representant de l'Ampa
- 1 representant de l'alumnat

Es valorarà que les receptes siguin:

- Amb molt poca presència de sucres afegits
- De fàcil realització
- Atractives per a la xicalla
- Econòmiques

Gran Final

Durant el mes de juny i abans que s'acabe el curs escolar es presentarà i difondrà entre les famílies el receptari i es lliuraran els premis del concurs.

S'atorgaran tres premis:

- Primer premi: una cistella d'aliments ecològics i de proximitat, valorada per 100€
- Segon premi: un exemplar del llibre *Cuina de rebost*, que planteja receptes estacionals amb productes típics de cada temporada
- Tercer premi: una col·lecció de materials elaborats per Justícia Alimentària per portar una alimentació més saludable i sostenible
- **El millor premi**: participar d'aquest projecte de comunitat educativa i crear juntes un receptari molt, molt saborós!!

NECESSITEM DE LA TEVA PARTICIPACIÓ PER FER UN BON RECULL DE POSTRES CASOLANS, SABOROSOS I POC ENSUCRATS.

EL RECEPTARI DE LA REPOSTERIA DEL NOSTRE COLE!



