

CONCURSO MASTER POSTRES CERVANTES

1er concurso de recetas de postres saludables

Organizan:

AMPA CEIP CERVANTES

Justícia Alimentària

¡Hola, familias y comunidad del Cervantes!!

Bienvenidas y bienvenidos a esta primera edición de un concurso dirigido a tooodo el cole!!

Master Postres Cervantes es una iniciativa del Ampa que pretende reducir el consumo de azúcar añadido y demostrar que podemos alegrarnos las meriendas, desayunos, postres, con menos azúcar y haciéndolos más saludables. Pero sin perder de vista que han de ser ricos, ricos!

¿Quién puede participar?

Todas aquellas personas que formen parte de la comunidad educativa del CEIP Cervantes: Alumnado, familiares, personal docente, trabajadoras y trabajadores del centro, equipo de monitoras/es, equipo de cocina, etc.

¿Cómo participar?

Se ha de enviar una **receta escrita** (no más larga de un folio) en un documento de texto (.doc, .docx o .odt) al correo formacio.val@justiciaalimentaria.org

La receta ha de tener los siguientes apartados:

- Nombre del plato
- Lista de ingredientes y cantidades para cuatro raciones
- Breve explicación de la forma de preparación
- Fotografía (opcional / recomendada)

Además de la receta escrita, también os animamos a enviar **vídeos caseros** cocinando en familia y explicando vuestra receta de manera divertida. El vídeo ha de ser corto (no más de 1:30 minutos de duración), para poder difundirlo por las redes de la escuela, grabado en horizontal y con una imagen del resultado final.

Fecha límite de envío de las recetas: 10 de junio de 2022

Jurado de selección y recetario

Con todas las propuestas recibidas, un jurado estudiará las que formarán parte de un recetario en forma de revista que se entregará a todas las familias de la escuela.

El jurado también seleccionará las recetas ganadoras del concurso. Este jurado estará formado por:

- 1 representante del equipo directivo
- 1 representante de la comisión de comedor
- 1 representante del Ampa
- 1 representante del alumnado

Se valorará que las recetas sean:

- Con muy poca presencia de azúcares añadidos
- De fácil realización
- Atractivas para las niñas y niños
- Económicas

Gran Final

Durante el mes de junio y antes de que acabe el curso escolar se presentará y difundirá entre las familias el recetario y se librarán los premios del concurso.

Se otorgarán tres premios:

- Primer premio: una cesta de alimentos ecológicos y de proximidad, valorada en 100€
- Segundo premio: un ejemplar del libro *Cuina de rebost*, que plantea recetas estacionales con productos típicos de cada temporada
- Tercer premio: una colección de materiales elaborados por Justicia Alimentària para llevar una alimentación más saludable y sostenible.
- **El mejor premio**: participar de este proyecto de comunidad adecuada y crear juntas un recetario muy, muy sabroso!!

NECESITAMOS DE TU PARTICIPACIÓN PARA HACER UNA BUENA RECOPILOCIÓN DE POSTRES CASEROS, SABROSOS Y POCO AZUCARADOS.

EL RECETARIO DE LA REPOSTERÍA DE NUESTRO COLE!!



