



Wichtige Informationen zum Ablauf

Anhaltspunkte für die Rezeptauswahl

- Es sollte ein **Hauptgericht für 4 Personen** sein. Das Gericht kann national, international, nach einem überlieferten oder nach einem eigenen Rezept zubereitet werden.
- Die Rezepte und deren Zubereitung sollten den Anforderungen einer gesunden und schmackhaften Ernährung entsprechen.
- Es wird empfohlen, **regionale** und **saisonale Bioprodukte** einzusetzen. Industriell hergestellte Produkte dürfen nicht eingesetzt werden. Reine Tiefkühlprodukte, ohne Veredelung, können verwendet werden.
- Die Slow Food Messe steht 2023 unter dem Motto – „**Nachhaltig kochen – nachhaltig genießen**“. Wir würden uns freuen, wenn dieses Motto auch in den Gerichten Einzug findet.
- Falls Lebensmittel außerhalb der Saison verwendet werden, muss dies in der Präsentation erläutert werden (warum und woher).

Wissenswertes zum Ablauf des Wettbewerbs

- Jedes Kochteam besteht aus drei Personen und stellt dem Publikum zu Beginn das Gericht im Rahmen einer **Präsentation** vor (max. 5 Minuten). Bitte für die Präsentation keine technischen Hilfsmittel vorbereiten und verwenden. Plakate oder eine pfiffige mündliche Vorstellung sind völlig ausreichend.

In der Präsentation sollten folgende **Kriterien** angesprochen werden:
 - Grund für die Auswahl des Gerichts
 - Regionaler und saisonaler Bezug zum Gericht
 - Kurzer Abriss über die gesundheitliche Bedeutung des Gerichts
 - Das Slow Food-Motto begründen
- Die Arbeitszeit beträgt ca. 2 Stunden. Darin enthalten sind die Vorbereitung wie Lebensmittel bereitlegen, das Kochen und das Aufräumen.

Die **reine Kochzeit beträgt 45 Minuten**
- Es kochen immer zwei Dreier-Teams nebeneinander. Es findet kein Wettbewerb gegeneinander statt. Es wird um einen Medaillenrang gekocht.
- Ein Koch der Meistervereinigung Gastronom e.V. steht euch unterstützend zur Seite. Natürlich gibt es darüber hinaus auch helfende Hände.

Kochwettbewerb für Kinder und Jugendliche auf Slow Food Messe
04. – 07. April 2024



Rund um's Kochen

- Es gelten die üblichen Hygienemaßnahmen in der Küche
- Schürzen und Kochhüte werden vor Ort zur Verfügung gestellt
- Umkleidemöglichkeiten und Vorratskühlschränke sind vorhanden
- **Die Showküche ist mit den normalen haushaltsüblichen Küchengeräten ausgestattet. Alles Fehlende muss von den Teams selbst mitgebracht werden! Setzen Sie sich bitte wegen dem Kücheninventar frühzeitig mit uns in Verbindung.**
- Wir haben ein paar Lebensmittel als „Notreserve“ vor Ort (Gewürze, Kräuter, etc.)
- **Alle weiteren Lebensmittel bringt jedes Team selbst mit.**

Bewertung:

Eine Jury, bestehend aus Slow Food Deutschland e.V., Gastronom Baden-Württemberg e.V. und AOK Baden-Württemberg bewertet die Gerichte nach festgelegten Kriterien (Präsentation, Lebensmittelauswahl, Ernährungswissen, Zubereitung, Anrichten, Geschmack).

Weitere Informationen

- Anfahrt zur Slow Food Messe unter <https://www.messe-stuttgart.de/marktdesgutengeschmacks>
- Die Messe ist am Donnerstag von 14.00 bis 22.00 Uhr und Freitag bis Sonntag von 10.00 bis 18.00 Uhr geöffnet.
- Weitere Infos zur Messe gibt es unter [Markt des guten Geschmacks - Auf einen Blick | Messe Stuttgart \(messe-stuttgart.de\)](https://www.messe-stuttgart.de/marktdesgutengeschmacks)
- Fahrtkostenerstattung für Teammitglieder und Betreuer (Öffentliche Verkehrsmittel und Parkgebühr gegen Beleg, mit PKW 0,30 €/km)
- Die Auslagen für die Lebensmittel werden im Anschluss bis zu einer Höhe von 30,- Euro pro Team erstattet (bitte Belege beifügen).