

Regulamento



1. O Concurso de Receita Saudável é uma competição culinária organizada pela Prefeitura da Cidade de São Paulo, por meio da Supervisão Geral do Abastecimento, com parceria da Renome (Associação da Renovação do Mercado Municipal Paulistano) e apoio técnico da FIC (Federação Italiana de Chefs – Delegação Brasil). É uma iniciativa de caráter cultural, sem fins lucrativos, aberto a todas as pessoas físicas, exceto funcionários da Supervisão Geral do Abastecimento e das empresas apoiadoras, bem como os respectivos cônjuges e parentes de até segundo grau.

2. Este concurso tem como objetivo incentivar o desenvolvimento de receitas saudáveis e o aumento do consumo dessas, pela população em geral.

3. Público-alvo: Maiores de 18 anos.

4. O período de inscrição será de 02 de agosto a 03 de setembro de 2010, através do preenchimento completo da ficha de inscrição e de, no mínimo, 01 (uma) foto anexada, no tamanho mínimo de: 10cmx15cm no caso de impressa e de 6 MB se digitalizada.

4.1. A ficha de inscrição estará disponível para download no site

<http://www.prefeitura.sp.gov.br/cidade/secretarias/subprefeituras/abastecimento>

ou impressa na seção de eventos da Supervisão Geral de Abastecimento (Rua da Cantareira, 390/Centro), de 2ª a 6ª feira, das 8h00 às 17h00 ou na seção do Cozinha Escola do Mercado Municipal da Lapa (Rua Hebart, 47/Lapa), de 2ª a 6ª feira, das 12h00 às 17h00.

5. Só será permitida a inscrição de receita(s) de autoria do inscrito, não constituindo plágio de espécie alguma.

6. Todas as receitas recebidas serão avaliadas pela comissão organizadora, composta por nutricionistas e Chefs de cozinha, que selecionará as 10 (dez) receitas semifinalistas, com base nos critérios citados abaixo:

6.1. Só serão aceitas receitas de Prato Principal, sendo descartadas as de salada, suco e sobremesa;

6.2. É obrigatória a utilização de aproveitamento integral de, pelo menos, um ingrediente, como no exemplo abaixo. Quanto mais ingredientes com aproveitamento integral, maior a pontuação do candidato;

Folhas e Talos	Acelga, Brócolis, Cenoura, Espinafre, entre outros.
Cascas	Abacaxi, Abóbora, Berinjela, Goiaba, entre outros.
Entrecascas	Melancia e maracujá, entre outros.
Sementes	Abóbora e melão, entre outros.
Ossos e Gordura	Carnes em geral.

6.3. Quanto mais ingredientes calóricos e/ou industrializados utilizados (Ex: banhas, gordura vegetal hidrogenada, creme de leite, leite condensado e temperos industrializados), menor a pontuação;

6.4. O uso de técnicas de preparo que favoreçam a perda do valor nutricional da preparação resultará na redução da pontuação;

6.5. O uso de alimentos integrais (ex: arroz integral, aveia, açúcar mascavo) somará pontos;

6.6. Quanto melhor o valor nutricional da receita, maior a pontuação;

6.7. Uma apresentação atrativa do prato, analisada através da foto enviada na inscrição, acarretará no aumento da pontuação.

7. As fichas de inscrição deverão ser devolvidas nos locais de retirada descritos no item 4.1 ou enviadas para o e-mail receitassaudaveis@prefeitura.sp.gov.br. Em ambos os casos, o inscrito receberá um comprovante de inscrição, impresso ou como resposta do e-mail enviado.

8. A divulgação dos 10 (dez) semifinalistas sairá em 22 de setembro de 2010, os mesmos serão avisados por meio do número de telefone e endereço de e-mail informados na ficha de inscrição. É de responsabilidade do inscrito, verificar recados e e-mail na data informada acima.

8.1. Os 10 semifinalistas deverão responder ao e-mail confirmando sua presença até 26 de setembro de 2010. Os que não confirmarem presença serão automaticamente substituídos pelo próximo colocado.

8.2. Os substitutos, caso seja necessário, serão avisados da mesma forma em 27 de setembro de 2010.

9. Os 10 (dez) semifinalistas serão divididos em 02 (dois) grupos, denominados Grupo A e B, com 05 (cinco) participantes cada, definidos através de sorteio. Os integrantes do grupo A deverão se apresentar em 05 de outubro e do Grupo B em 07 de outubro de 2010, às 10h30 no Mercado Gourmet, localizado no mezanino do Mercado Municipal Paulistano (Rua da Cantareira, 306 - Centro).

9.1. Em cada dia de apresentação, às 11h00, será realizado um sorteio para definir a ordem de apresentação dos semifinalistas.

9.2. O local de apresentação dispõe apenas de geladeira, fogão, forno elétrico, pratos de refeição e talheres. Cada semifinalista deverá apresentar a preparação integral de sua receita, para isso deverão trazer os ingredientes in natura (não processados ou higienizados), bem como utensílios necessários ao desenvolvimento da receita (ex: colheres, facas, espátulas, entre outros) e outros materiais que julgar importante.

9.3. Cada participante terá 01 (uma) hora e 10 (dez) minutos, divididos em 40 minutos de pré-preparo e 30 minutos de preparo. Caso o inscrito ultrapasse o tempo, terá pontos descontados e a tolerância será de 10 minutos, para que os próximos participantes não sejam prejudicados;

9.4. Cada semifinalista deverá preparar 08 (oito) porções da receita, sendo 07 (sete) para os jurados e 01 (uma) para a foto. É permitida a presença de 01 (um) ajudante por participante, sendo de sua responsabilidade.

9.5. Os critérios avaliados na apresentação da receita serão:

- a) Aproveitamento integral de frutas e/ou verduras e/ou legumes e/ou carnes;
- b) Uso de alimentos integrais;
- c) Uso de alimentos industrializados;
- d) Apresentação pessoal;
- e) Organização;
- f) Higiene;
- f) Valor nutricional;
- g) Técnicas de Preparo;
- h) Criatividade do prato;
- i) Apresentação do prato;
- j) Sabor do Prato;
- j) Textura do prato;
- k) Temperatura do prato servido;
- k) Tempo de apresentação.

9.6. Após degustação e análise das 05 (cinco) receitas semifinalistas do grupo A e B, o Júri Técnico definirá as 02 (duas) melhores de cada grupo, que seguirão para a final.

10. Em 08 de outubro, os 04 (quatro) finalistas receberão um e-mail, no endereço informado na ficha de inscrição, com as informações referentes à final, sendo sua responsabilidade verificar as informações.

11. A etapa final acontecerá em 15 de outubro de 2010 no Mercado Gourmet, localizado no mezanino do Mercado Municipal Paulistano (Rua da Cantareira, 306 - Centro). Os finalistas deverão se apresentar às 10h30, quando será realizado um sorteio para definir a ordem de apresentação.

11.1. O local de apresentação dispõe apenas de geladeira, fogão, forno elétrico, pratos de refeição e talheres. Cada finalista deverá apresentar a preparação integral de sua receita, para isso deverão trazer os ingredientes in natura (não processados ou higienizados), bem como utensílios necessários ao desenvolvimento da receita (ex: colheres, facas, espátulas, entre outros) e outros materiais que julgar importante.

11.2. Cada finalista terá 01 (uma) hora e 10 (dez) minutos, divididos em 40 minutos de pré-preparo e 30 minutos de preparo. Caso o inscrito ultrapasse o tempo, terá pontos descontados e a tolerância será de 10 minutos, para que os próximos participantes não sejam prejudicados;

11.3. Cada finalista deverá preparar 08 (oito) porções da receita, sendo 07 (sete) para os jurados e 01 (uma) para a foto. É permitida a presença de 01 (um) ajudante por participante, sendo de sua responsabilidade.

11.4. Os critérios avaliados na apresentação da receita serão os mesmos descritos no item 8.5

11.5. Após degustação e análise das 04 (quatro) receitas finalistas, o Júri Técnico definirá a classificação dos finalistas em 1º, 2º, 3º e 4º lugar.

12. O Júri técnico, composto por nutricionistas, Chefs de cozinha e convidado, têm a capacidade e idoneidade para realizar esse tipo de trabalho, cujas decisões serão soberanas e irrecorríveis.

13. Os finalistas estão cientes e de acordo que não poderão alterar a receita originalmente inscrita, tanto no que se refere aos ingredientes quanto ao modo de preparo.

14. Os inscritos deverão se apresentar, tanto na semifinal como na final, com vestimenta adequada, como: sapato fechado, calça e camisa/camiseta.

15. Os classificados em 10º, 9º, 8º, 7º, 6º e 5º lugares receberão como prêmio 01 (um) exemplar do livro *Água na Boca*, volume II: 60 receitas especialmente preparadas por grandes Chefs de cozinha.

16.1. Os 04 ganhadores receberão como prêmio:

4º lugar: 01 (uma) cesta de produtos do Mercado Municipal Paulistano

3º lugar: R\$ 1.000,00 (Um mil reais)

2º lugar: R\$ 3.000,00 (Três mil reais)

1º lugar: R\$6.000,00 (Seis mil reais)

16.2 O pagamento do prêmio será feito em cheque assinado pela RENOME (Associação da Renovação do Mercado Municipal Paulistano), que deverá ser descontado posteriormente na agência bancária referente.

17. Será produzido um livro do Concurso, onde estarão publicadas as 10 (dez) receitas finalistas, bem como informações e imagens das receitas e dos inscritos participantes.

18. Os inscritos cedem, desde já, à Prefeitura Municipal de São Paulo – Supervisão Geral do Abastecimento, pela simples participação neste concurso, os direitos autorais que possuem sobre a(s) receita(s) inscrita(s), sem qualquer ônus e em caráter definitivo, para qualquer tipo de utilização, publicação, reprodução por qualquer meio ou técnica, e, ainda, na divulgação do resultado deste concurso, nos termos do artigo 29, da Lei 9.610/98 (Lei de Direitos Autorais). Também autorizam o uso de suas imagens, sons de vozes e nomes na Internet, em filmes, vídeos, fotos, cartazes, livro, anúncios em jornais e revistas, por tempo indeterminado para a Prefeitura Municipal de São Paulo.

19. No caso de desclassificação ou fraude comprovada, o participante será excluído, automaticamente do concurso, sendo o prêmio transferido para o próximo colocado dentro das condições válidas.

apoio



parceria



patrocínio



realização



Supervisão Geral de Abastecimento - ABAST