

3^E CONCOURS

CULINAIRE AMATEUR

concours de
cuisine locale

LE CLIMAT

DANS NOS ASSIETTES

Samedi 15 octobre 2016
à la MFR de BUIS LES BARONNIES
EN DRÔME PROVENÇALE

En équipe, relevez le défi de
cuisiner un repas complet à partir de
produits prenant soin du climat,
des papilles et du porte-monnaie !

**INSCRIPTION AVANT
LE 31 AOUT 2016**

avec le soutien de



Organisé par
l'Espace INFO → ENERGIE de la Drôme



LE PRINCIPE



Pour passer des moments conviviaux

En équipe de 4 ou 5 personnes et avec l'aide d'un restaurateur de votre choix, vous aurez pour mission de **créer un plat et un dessert** avec des produits locaux, de saison, issus d'une agriculture locale, et ayant un impact limité sur l'environnement.



Pour des saveurs gourmandes

Vous disposez de **3 heures** pour préparer vos recettes et dresser les assiettes. Vous présenterez ensuite vos réalisations au jury et au public présent.

Le jury récompensera les meilleures réalisations sur la base de critères **gustatifs, environnementaux, budgétaires et esthétiques**. Le public sera également invité à voter pour un plat et un dessert.

Pour vous accompagner dans le concours, un atelier cuisiner bio et local vous sera proposé en amont du défi

Le concours se déroulera le :

Samedi 15 octobre 2016

En Drôme provençale - à la Maison Familiale et Rurale de BUIS LES BARONNIES

De 8 h à 11 h : vous préparez les recettes !

À partir de 12 h : le public et le jury dégustent vos plats

14 h : annonce des résultats et remise des prix.

Des animations ludiques seront proposées au public pour tout savoir sur l'alimentation durable.

Règlement complet et inscription sur www.ceder-provence.org

COMMENT PARTICIPER ?

- 1** Constituez une **équipe de 5 personnes**, tous cuisiniers amateurs.
- 2** Trouvez un **professionnel de la restauration** qui vous aidera à créer vos recettes et vous accompagnera le jour du concours (le CEDER peut vous aider à trouver un professionnel)
- 3** **Inscrivez-vous** en nous contactant par téléphone au 04 75 26 22 53 ou remplissant le bulletin sur Internet www.ceder-provence.org **avant le 31 août 2016.**
- 4** Participez à un **atelier découverte** cuisiner bio et local au cours duquel nous vous expliquerons ce qu'est une alimentation durable.
- 5** Créez, composez vos recettes en équipe.
- 6** Transmettez-nous vos **fiches recettes**, en indiquant les ingrédients utilisés, leurs provenances et leurs coûts avant le **25 septembre.**
- 7** Dernière étape ! **Participez au concours le samedi 15 octobre de 8 h à 12 h.**

Toutes les équipes seront récompensées et recevront des cadeaux «cuisine»



Pour vous inscrire ou en savoir plus

Contact

Perrine DYON

Tél. 04 75 26 22 53

p.dyon@ceder-provence.org

www.ceder-provence.org



Le climat dans nos assiettes est organisé par le CEDER, Espace Info → Énergie de la Drôme et du Vaucluse.

Le CEDER apporte des conseils et des informations sur les énergies renouvelables, les économies d'énergie et d'eau et l'éco-consommation auprès du grand public.

En partenariat

