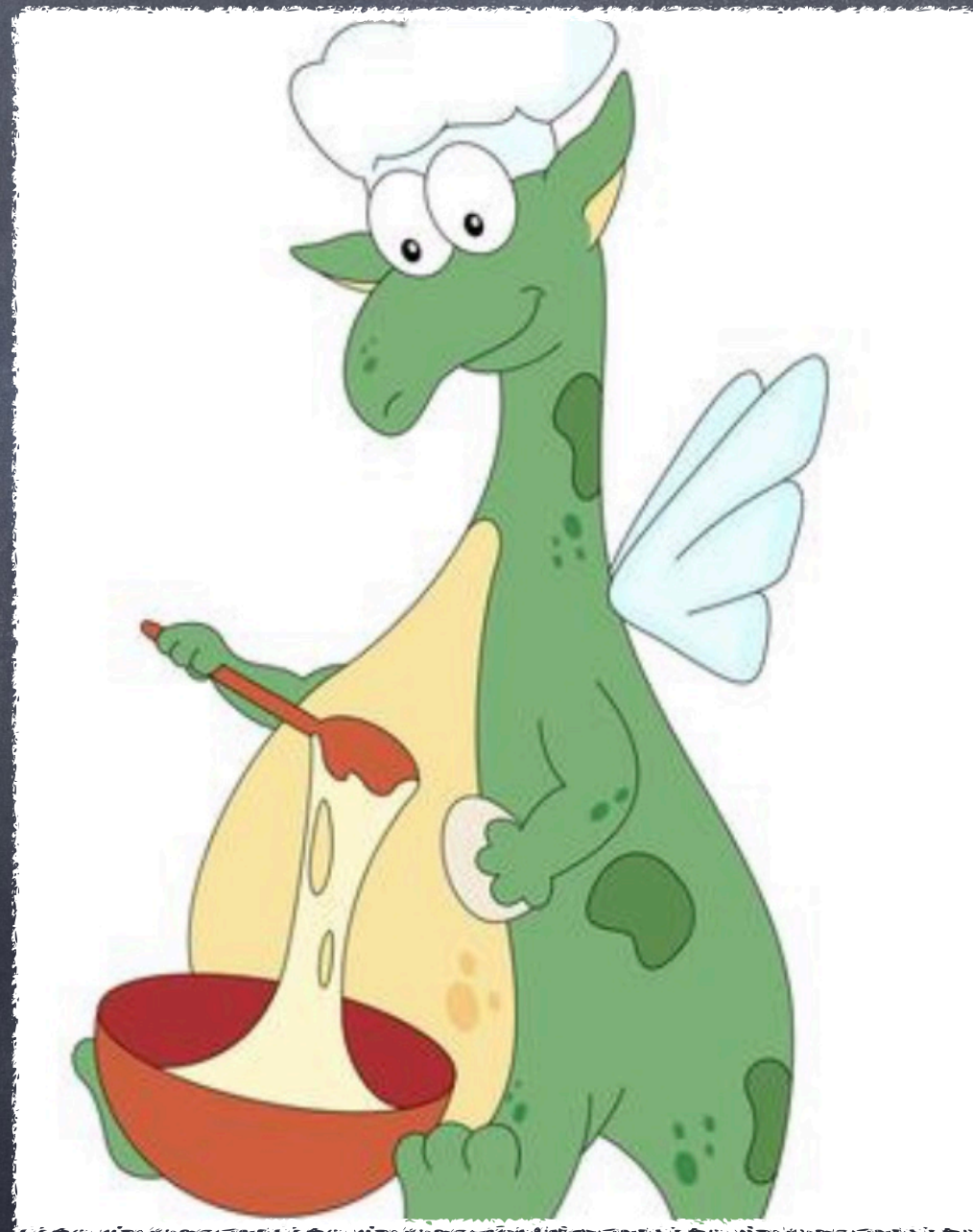


Concurs culinari Sant Jordi

IES Joan Ramon Benaprès

Paella o guisat per Sant Jordi

- Proposta: Concurs de paelles o guisats.
- Objectiu: gaudir, refrescar els vostres coneixements i enlluarnar-nos amb les vostres habilitats culinàries.



BASES

- ◉ Pensar: en una paella de reaprofitament amb els ingredients que teniu a casa o en un guisat igualment seguint el lema #joemquedoacasa.
- ◉ Prepara la teva càmera per començar a grabar i fer fotos de tot el procés.
- ◉ Apa! Comencem!!!
- ◉ Fer-vos una bona mise en place. (això inclou la fitxa tècnica).
- ◉ I acció!!!



Què valorarem

- Mise en place! Importantíssim!
- La vostra creativitat, inspiració i originalitat amb el que teniu a la nevera.
- L'equilibri d'ingredients, sabors, colors, olors i textures.
- Tècniques de cocció. Tractament de l'arròs i de les carns.
- Muntatge i tècnica d'emplatat.
- La vostra capacitat de comunicació: com ens transmeteu tot el procés.

Com ens ho feu arribar?

- Mitjançant:
- E-mail: concurscicles@iessitges.cat



"Confinats, però sense deixar de
cuinar"

-IES Joan Ramon Benaprès-