

# Smarta Kocken 2010

## ANVISNINGAR

### Tävlingskriterier

Huvudingrediens i receptet ska vara **tjocka revbensspjäll av svensk gris**. Juryn lägger stor vikt vid såväl nytänkande som klimatsmart tänk kring råvara och tillagning. Rätten ska gå att förbereda, så att tillagningstiden vid tävlings-tillfället blir max 1 timme.

### Gör så här:

1. Sätt ihop ett lag av tre personer.
2. Läs igenom anvisningarna noga.
3. Ta fram ett recept på svenska, tjocka revbensspjäll, tillagat med nytänkande och klimatsmart tänk.
4. Provlaga flera gånger, så att flödet i tillagningsanvisningen stämmer överens med hur ni verkligen gör.
5. Skriv ner receptet enligt receptmallen.
6. Ta en bild på rätten på vit, omöstrad tallrik.

Ta gärna bilder när ni tränar och skicka till Svenskt Kött. Vi lägger upp bilder på hemsidan från träningen. Skicka bilder till: [gunilla.blixt@svenskkottinformation.se](mailto:gunilla.blixt@svenskkottinformation.se)

### Några tips:

Pricka av på checklistan, så ni fått med allt.

Var noggranna med att ingrediensförteckning och tillagningsanvisning stämmer överens. Alla ingredienser som står i tillagningsanvisningen måste förekomma i ingrediensförteckningen.

Kontrollera mängden råvaror i ingrediensförteckningen noga och känn efter om det känns rimligt med angivna mängder.

Kör receptet en extra gång i stavningsprogrammet i datorn.

### Tävlingsbidrag

- Recept för 10 personer, skrivet enligt Svenskt Köttets receptmall.
- Bild på rätten, upplagd på omöstrad, vit tallrik.
- Separat papper (eller dokument) med lagets samtliga namn och kontaktuppgifter, skola, lärarens namn och kontaktuppgifter (telefonnummer och e-post).
- Bild på laget, i kockkläder.

### Skicka in bidraget:

Senast fredagen den 15 oktober ska ert tävlingsbidrag vara Svenskt Kött tillhanda.

*Postadress:*

*Svenskt Kött/ Smarta Kocken*

*Att: Karin Söderberg*

*105 33 Stockholm*

*E-postadress:*

*karin.soderberg@svenskkottinformation.se*

*Skriv "Smarta Kocken" som ämne.*

### Final

Finalen i Smarta Kocken går av stapeln fredagen den 12 november 2010 på matmässan Det Goda Köket i Älvsjö.

Finalbidragen kommer att bedömas av en namnkunnig jury.

Det vinnande laget får en check på 15 000 kr att användas till en matanknuten klassresa.