



Réalisation d'un repas « Zéro Gaspi, Zéro €uro »

Un concours de cuisine locale et respectueuse de l'environnement.

Ce concours, dédié aux cuisiniers amateurs et aux scolaires, vise à sensibiliser aux impacts environnementaux de l'alimentation, et à découvrir de nouvelles recettes qui valorisent les produits locaux et accommodent les restes.

Le principe

Réaliser une fiche recette créative. Vous pouvez faire au choix :
une entrée, un plat ou un dessert pour 4 convives.

La recette cherche à valoriser comment accommoder des restes.

Les ingrédients utilisés privilégient des produits locaux.

L'objectif : une recette pour un coût minimum,

La durée de réalisation (préparation/cuisson) ne doit pas dépasser 2h.

Bulletin d'inscription à retirer sur le site de la MJC et à retourner
avant le Vendredi 30 Septembre 12h par mail à :
mjc.bernay@orange.fr

**Les finalistes retenus seront informés le 3 octobre afin de participer
à la finale du Mardi 11 Octobre à partir de 13h à la MJC.**

Les finalistes réaliseront leurs recettes devant les membres du jury.



Règlement complet et inscription sur
le site www.mjc.bernay.fr
Rubrique communication





Repas « Zéro Gaspi, Zéro Euro »

Bulletin d'inscription

(à remettre au plus tard le 30 SEPTEMBRE 2016)



Inscription individuelle

Inscription collective

Collectif (nom ou classe) :

Nbre pers :

Coordonnées du candidat ou de l'enseignant encadrant

Nom : **Prénom**

Adresse :

.....

.....

Code postal : **Commune** :

Adresse email :

Téléphone :

J'ai pris connaissance du règlement et en accepte les termes sans conditions.

À : **Le** :

Signature du candidat ou du responsable du groupe :



Nom :
Prénom :

Repas « Zéro Gaspi, Zéro €uro »



Fiche recette

(à remettre au plus tard le 30 SEPTEMBRE 2016)

Nom de la recette :

Descriptif et préparation :

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

Organisation de la recette	Ingrédient	Coût estimé en €	Provenance du produit	Note
A. Base				
B. Sauce				
C. Garniture				
D. Finition				
Total en €				

