

## Regulamento Interno do concurso EFTA à Prova

1. Este regulamento visa definir as regras para o concurso EFTA à Prova da Escola de Formação Turística dos Açores, a realizar entre fevereiro e maio de 2025.
2. É objetivo principal deste Concurso promover uma saudável competição entre os formandos da Escola, enquanto estes põem em prática os conhecimentos obtidos ao longo do processo formativo.
3. Do concurso fazem parte 2 provas:
  - a. Prova de Cozinha;
  - b. Prova de Bar.
4. Todos os utensílios e equipamentos necessários para as provas serão fornecidos pela Escola, à exceção do Kit de material de cada um dos candidatos.
5. Podem participar todos os formandos da EFTA inscritos nos cursos de Técnico(a) de cozinha/Pastelaria e Técnico(a) de Restaurante/Bar.
6. Para participar, os concorrentes devem realizar a sua inscrição até ao dia 11 de fevereiro, em <https://forms.office.com/e/f6ewyF2BJK>. As inscrições são gratuitas.
7. A cada concorrente será entregue um diploma de participação.
8. Aos vencedores irá ser atribuído um prémio a definir.
9. A decisão do júri é definitiva e não pode ser contestada.

## Regulamento da Prova de Cozinha

10. O concurso inclui as seguintes etapas:
  - a. 1ª fase – Prato de identidade;
  - b. Semifinal – Cabaz surpresa;
  - c. Final – Prato assinatura e Estafeta.

11. Cada concorrente pode submeter apenas uma receita.
12. Cada participante tem de entregar, aos chefes Paulo Freitas ou Rui Medeiros, até dia 12 de fevereiro a lista de matéria-prima necessária, depois de validado deve ser entregue no economato até dia 14 de fevereiro. O valor total da matéria-prima requisitada não pode ultrapassar os 5 €.
13. Na 1ª fase é permitido ao concorrente apresentar produtos que tenham sido previamente trabalhados.
14. Os concorrentes têm de utilizar as fardas da EFTA.
15. Os concorrentes podem utilizar os equipamentos do Anfiteatro desde que autorizados pelos Chefs. Caso o concorrente necessite de outros equipamentos, deve trazê-los para prova.
16. Na 2ª fase e na Final a organização disponibiliza um ajudante para a prova. Este ajudante apenas poderá executar tarefas de limpeza, higienização e mise-en-place base, não podendo participar diretamente na confeção e empratamento dos pratos.
17. Os concorrentes terão acesso aos ingredientes do cabaz surpresa 5 dias antes do dia da prova.
18. Durante as provas da 2ª fase e Final, cada concorrente tem 4 horas para preparar as suas receitas. É reservado 10 minutos (1ª fase) e 5 minutos (2ª fase e Final) entre cada concorrente no início da prova para evitar coincidências na apresentação dos pratos.
19. Na Final existirá uma prova de estafeta que consiste na elaboração de um molho holandês, uma omelete simples ou composta e de saboyon sobremesa. Cada participante terá 7 minutos para cada uma das provas de estafeta.
20. As receitas elaboradas na Final devem conter fichas técnicas que deve ser enviadas, ao presidente do júri, com 5 dias de antecedência (após validação da lista de matéria-prima aprovada pelos chefes internos).
21. O Júri do concurso é composto pelos chefs internos da EFTA e por um ou dois elementos externos, sendo que um deles será presidente do júri.
22. Os critérios de pontuação em cada fase do concurso são os seguintes:

**1ª fase – Prato de identidade**

História: 0 – 15 pontos

criatividade: 0 – 15 pontos

sabor e aroma: 0 – 25 pontos

Apresentação: 0 – 10 pontos

**Pontuação máxima: 65 pontos**

**Semifinal – cabaz surpresa**

Mise-en-place: 0 – 5 pontos

Higiene e método de trabalho: 0 – 5 pontos

Confeção e manuseamento dos equipamentos: 0 – 5 pontos

Boa execução das técnicas utilizadas: 0 – 5 pontos

criatividade: 0 – 10 pontos

Sabor e aroma: 0 – 25 pontos

Apresentação e empratamento: 0 – 10 pontos

Ponto de cozedura e textura: 0 – 15 pontos

**Pontuação máxima: 80 pontos**

### **Final – Pratos assinatura e Estafeta**

Mise-en-place: 0 – 5 pontos

Higiene e método de trabalho: 0 – 5 pontos

Confeção e manuseamento dos equipamentos: 0 – 5 pontos

Boa execução das técnicas utilizadas: 0 – 5 pontos

Condição dos produtos utilizados e desperdício: 0 – 10 pontos

Sabor e aroma: 0 – 25 pontos

Apresentação e empratamento: 0 – 10 pontos

Ponto de cozedura e textura: 0 – 15 pontos

**Pontuação máxima: 80 pontos**

**23.** Em caso de atraso na prova, o concorrente terá uma tolerância de 2 minutos. Após esse período, serão aplicadas as seguintes penalizações:

- Entre 2 a 5 minutos de atraso: penalizado em 15% dos pontos;
- Entre 5 a 10 minutos de atraso: penalizado em 25% dos pontos;
- Se ultrapassar os 10 minutos de atraso: impedido de finalizar a prova.

**24.** Entre os concorrentes inscritos o júri seleciona os 10 mais bem pontuados para a 2ª fase do concurso. Para disputar a Final irão 5 concorrentes.

**25.** O júri atribui o título de vencedor da categoria Cozinha do EFTA à prova ao participante que reúna a melhor pontuação na avaliação da Final.

## **Regulamento da Prova de Cocktail**

**26.** O concurso inclui as seguintes etapas:

- a. 1ª fase – Cocktail clássico
- b. Semifinal – cabaz surpresa
- c. Final – Cocktail assinatura e Prova cega

27. Cada concorrente pode submeter apenas um cocktail.
28. Os concorrentes têm de utilizar as fardas da EFTA;
29. Os concorrentes podem utilizar os equipamentos do Anfiteatro desde que autorizados pelos Chefs. Caso o concorrente necessite de outros equipamentos, deve trazê-los para prova.
30. Na 1ª fase os participantes terão de fazer, por sorteio, um dos seguintes cocktails: Margarita, Caipirinha e Negrori.
31. Os concorrentes terão acesso aos ingredientes do cabaz surpresa 5 dias antes do dia da prova.
32. Na 2ª fase e na Final a organização disponibiliza um ajudante para a prova. Este ajudante apenas poderá executar tarefas de limpeza, higienização e mise-en-place, não podendo participar diretamente na preparação e apresentação das bebidas.
33. Na 1ª fase os participantes terão 10 minutos para concluir a prova. Durante a 2ª fase e Final cada concorrente tem 3 horas para preparar as suas receitas.
34. A receita de assinatura elaborada na Final deve conter ficha técnica que deve ser enviada, ao presidente do júri, com 5 dias de antecedência.
35. O Júri do concurso é composto pelos chefs internos da EFTA e por um ou dois elementos externos, sendo que um deles será presidente do júri.
36. Os critérios de pontuação em cada fase do concurso são os seguintes:

**1ª fase – Cocktail clássico**

Explicação do cocktail: 0 – 5 pontos

Equilíbrio dos ingredientes: 0 – 5 pontos

Mise-en-place: 0 – 5 pontos

Higiene e arrumação: 0 – 5 pontos

Boa execução das técnicas utilizadas: 0 – 10 pontos

Higiene e manuseamento dos equipamentos/utensílios: 0 – 5 pontos

Sabor e aroma: 0 – 10 pontos

Apresentação: 0 – 10 pontos

**Pontuação máxima: 55 pontos**

**Semifinal – cabaz surpresa**

Mise-en-place: 0 – 5 pontos

Higiene e arrumação: 0 – 5 pontos

Desperdício de líquidos: 0 – 5 pontos

Equilíbrio dos ingredientes: 0 – 5 pontos

Boa execução das técnicas utilizadas: 0 – 10 pontos

Higiene e manuseamento dos equipamentos/utensílios: 0 – 5 pontos

Sabor e aroma: 0 – 10 pontos

Apresentação: 0 – 10 pontos

**Pontuação máxima: 55 pontos**

### **Final – Cocktail assinatura e Prova Cega**

Mise-en-place: 0 – 5 pontos

Higiene e arrumação: 0 – 5 pontos

Desperdício de líquidos: 0 – 5 pontos

Equilíbrio dos ingredientes: 0 – 5 pontos

Boa execução das técnicas utilizadas: 0 – 10 pontos

Higiene e manuseamento dos equipamentos/utensílios: 0 – 5 pontos

Sabor e aroma: 0 – 10 pontos

Apresentação: 0 – 10 pontos

Criatividade e Inovação: 0- 15 pontos

**Pontuação máxima: 70 pontos**

**37.** Em caso de atraso na prova, o concorrente terá uma tolerância de 2 minutos. Após esse período, serão aplicadas as seguintes penalizações:

- Entre 2 a 5 minutos de atraso: penalizado em 15% dos pontos;
- Entre 5 a 10 minutos de atraso: penalizado em 25% dos pontos;
- Se ultrapassar os 10 minutos de atraso: impedido de finalizar a prova.

**38.** Entre os concorrentes inscritos o júri seleciona os 10 mais bem pontuados para a 2ª fase do concurso. Para disputar a Final irão 5 concorrentes.

**39.** O júri atribui o título de vencedor da categoria Bar do EFTA à prova ao participante que reúna a melhor pontuação na avaliação da Final.