

2020 VIRTUAL SKILLS ONTARIO CONTESTS LES OLYMPIADES VIRTUELLES 2020 DE COMPÉTENCES ONTARIO CULINARY ARTS ARTS CULINAIRES

#VirtualSkillsOntarioContests2020

#OlympiadesVirtuellesCompétencesOntario2020

CONTEST AREA: CULINARY ARTS

LEVEL: Secondary / **PALIER:** Secondaire

CONCOURS: ARTS CULINAIRES

PART A - COMPETITION LIVESTREAM: JUNE 17, 2020 AT 11:00 AM

WEBEX LIVE STREAM CHECK IN: 11:00 AM

WEBEX LIVE STREAM <u>COMPETITION</u>: 11:30 AM TO 12:30 PM (60

MINUTES)

WEBEX LIVE STREAM CHECK OUT: 12:30 PM TO 1:00 PM

FINAL PRESENTATION PHOTOS: 12:30PM - 1:30 PM - DUE 30 MINUTES

AFTER COMPETITION OFFICIALLY ENDS

VOLET A - CONCOURS EN DIRECT : 17 JUIN 2020 À 11h00

INSCRIPTION SUR WEBEX: 11h00

CONCOURS EN DIRECT SUR WEBEX: 11h30 À 12h30 (60 MINUTES)

FIN DE LA DIFFUSION SUR WEBEX: 12h30 À 13h00

<u>PHOTOS DE LA PRÉSENTATION FINALE</u> : <u>12H30 À 13H30 – À REMETTRE</u> <u>AU PLUS TARD 30 MINUTES APRÈS LA FIN OFFICIELLE DU CONCOURS</u>

PART B – PROJECT PORTFOLIO SUBMISSION DEADLINE: JUNE 18, 2020 BETWEEN 3:00 pm - 4:00 PM

http://www.skillsontario.com/virtual-competition-submissions

• Multiple files can be uploaded at once, each file has a maximum size of 1GB. If file sizes are larger than 1GB, please follow alternate instructions through the submission link.

Accepted file types: pdf, jpeg, png, Microsoft Word, Excel, and PowerPoint

TECH CHAIRS / COMITÉ

- STEVE BENNS
- PAT NIXON
- DEAN MICHIELSEN

LOCATION: YOUR KITCHEN **ENDROIT:** VOTRE CUISINE

• STANLEY ZERDIN

VOLET B – SOUMISSION DU PORTFOLIO DU PROJET : 18 JUIN, 2020 ENTRE 15 h et 16 h

http://www.skillsontario.com/virtual-competition-submissions

 Plusieurs fichiers peuvent être téléchargés en même temps, chacun ayant une taille maximale de 1GB. Si la taille d'un fichier est supérieure à 1GB, veuillez suivre les consignes fournies dans le lien de soumission.

Types de fichier acceptés : pdf, jpeg, png, Microsoft Word, Excel, et PowerPoint

EVENT FORMAT: Once registered online and approved by Skills Ontario as being granted a space, competitors will follow the contest description and submit their projects via the above link by the listed deadline. Students can begin to practice immediately. The contest will take place live on June 17th through WebEx, followed by a submission via the link above the same day. The webex information and login details will be emailed to students a fews days prior to the contest date. A second submission is required on June 18. Questions regarding the contest description can be sent to competitions@skillsontario.com **Please note, late submissions sent after the date and time specified above will not be accepted.**

FORMAT DU CONCOURS : Les élèves intéressés doivent d'abord s'inscrire puis, une fois qu'ils reçoivent la confirmation de Compétences Ontario qu'une place leur a été accordée, ils doivent suivre les consignes indiquées dans la fiche descriptive et soumettre leurs projets avant la date limite de soumission, en cliquant sur le lien ci-dessus. Les élèves peuvent commencer à s'exercer dès maintenant. Le volet en direct du concours aura lieu le 17 juin prochain. Pour ce faire, la plateforme WebEx sera utilisée. Les concurrents devront ensuite remettre certains documents en cliquant sur le lien ci-dessus, puis d'autres documents le 18 juin. Les renseignements au sujet de la plateforme WebEx et les données de connexion seront envoyés par courriel aux concurrents quelques jours avant le concours.

Toute question concernant cette fiche descriptive peut être acheminée à <u>competitions@skillsontario.com</u>. **Veuillez prendre note que toute soumission envoyée après la date et l'heure indiquées ci-dessus ne sera pas acceptée**.

SAFETY: ALL competitors must complete AND submit a Safety Checklist with your project submission. The Safety Checklist is located online with your Contest Scope.

Please note: Submissions will NOT be judged if the completed Safety Checklist is not included. SÉCURITÉ: Tous les concurrents doivent remplir la liste aide-mémoire de sécurité ET la soumettre au moment de remettre son projet. Cet aide-mémoire est disponible en ligne avec la fiche descriptive du concours.

Veuillez prendre note que votre soumission ne sera PAS évaluée si elle n'est pas accompagnée de la liste aide-mémoire de sécurité.

Please visit the following link for more information regarding the 2020 Skills Ontario Virtual Competition: http://www.skillsontario.com/2020-virtual-skills-ontario-contests

Pour plus d'information au sujet des Olympiades virtuelles 2020 de Compétences Ontario, veuillez consulter le lien suivant : http://www.skillsontario.com/2020-virtual-skills-ontario-contests

IMPORTANT DATES

- May 22 by 5pm EST Contest Scopes Posted
- June 2 at 6pm EST Registration Opens
- June 7 at 4pm EST Registration Closes
- June 17-18 EST at various times Contest Days/ Submissions Due (see scope for details)
- June 25 EST at 6:30pm Awards Ceremony (webinar)

DATES IMPORTANTES

- 22 mai 17 h (HNE) Publication des fiches descriptives
- 2 juin 18 h (HNE) Début des inscriptions
- **7 juin 16 h (HNE)** Fin des inscriptions
- **17 et 18 juin; heures à confirmer** Journées des concours/ Date de soumission des projets (voir la fiche descriptive du concours pour de details)
- 25 juin 18 h 30 (HNE) Cérémonie de remise des prix (webinaire)

CONTEST INTRODUCTION

The competition will evaluate each competitor's culinary competencies and creativity while recognizing outstanding students for excellence and professionalism in their field.

SURVOL DU CONCOURS

Le concours consistera à évaluer les compétences et la créativité culinaires de chaque concurrent tout en reconnaissant les élèves exceptionnels pour leur excellence et leur professionnalisme dans leur domaine.

SKILLS AND KNOWLEDGE TO BE TESTED

The focus of this contest will be on presentation and creativity where competitors will prepare two identical plates using specified ingredients and some ingredients of the competitor's choice that will allow them to demonstrate their creativity. This contest description outlines what is required from each competitor for the competition and how marks will be tabulated.

COMPÉTENCES ET CONNAISSANCES ÉVALUÉES

Le concours portera sur la présentation et la créativité des concurrents. Ceux-ci devront préparer deux assiettes identiques en utilisant les ingrédients précisés et certains ingrédients de leur choix afin de faire valoir leur créativité. Cette fiche descriptive décrit ce qui est demandé à chaque concurrent et comment les notes seront calculées.

PROJECT DESCRIPTION

This contest will include two parts:

- 1. **PART A June 17, 2020 at 11:00 AM** A livestreamed portion where competitors will be preparing their dish in their home kitchen with virtual judges evaluating workplace safety, sanitation, hygiene, organization and culinary skills. **See "Virtual Judging" below**.
- **2. PART B June 18, 2020 between 3:00 and 4:00 PM** A final project submission which will include photos and a customer review and a short reflection. **See "Portfolio Submission" below**.

DESCRIPTION DU PROJET

Ce concours comprend deux volets:

- 1. **VOLET A 17 juin 2020 à 11h** Une portion en direct où les concurrents prépareront leur plat dans leur cuisine à la maison sous le regard « virtuel » des juges qui tiendront compte des critères suivants : sécurité, hygiène, assainissement, organisation et compétences culinaires. **Voir « Évaluation virtuelle » ci-dessous**.
- **2. VOLET B 18 juin 2020 entre 15h et 16h** Soumission finale du projet qui comprendra des photos et une évaluation de client, ainsi qu'une courte réflexion. **Voir « Soumission du portfolio » ci-dessous**.

The Task:

Each competitor is to prepare and creatively present a French Omelette served with a side salad in an emulsified dressing. The competitors must complete:

Classic French Filled Omelette

- Prepare two (2) portions of a two (2) egg French Omelette accompanied by a side salad
- Filling must include (but not limited to) a **Cheese** and a **Mushroom** of the competitor's choice
- Include a Side Salad that is:
 - o Tossed in an Emulsified Dressing.
 - Composed of either leafy greens, fruit, vegetables and can be tossed, bound or a compound salad. Competitors may choose to make whatever salad they feel compliments their French Omelette creation
- Include at least **three (3) different** precision cuts on vegetables used on the presentation plates
- Please See "Appendix #1 Provided Recipes" for:
 - French Omelette Tutorial
 - Emulsified French Dressing (Example)

Vegetable Precision Cuts

- Demonstrate at least three precision cuts that must be utilized in either your omelette or side salad.
- Please see "Appendix #2 Vegetable Precision Cuts" for the cuts that the competitor can utilize.
- Competitors must display and <u>take a picture</u> of a minimum of 0.050 kg of each of their Precision Cuts on a sheet pan (or cutting board) for portfolio submission, prior to adding to their dish. This will allow the judges the opportunity to see your Mise en Place and grade your cuts).

Competitors may use any other ingredients at their disposal. However, the focus of judging will be the creative use and presentation of the above ingredients. They should be prominent features of the dish and not secondary in focus. When plating each serving, all elements must be displayed on the plate as a composed dish.

When planning your dish, think outside the box and consider some of the basic elements of food presentation when you go to plate your dish. It would be helpful to have a detailed work plan and practice your dish prior to the competition.

Tâche:

Chaque concurrent devra préparer et présenter de manière créative une omelette française servie avec une salade d'accompagnement assaisonnée d'une vinaigrette émulsionnée :

Omelette française classique

- Préparer deux (2) portions d'une omelette française à deux (2) œufs avec une salade d'accompagnement.
- La garniture doit comprendre, sans s'y limiter, un choix de **fromage** et un choix de **champignon** (au choix du concurrent).
- Chaque omelette doit être servie avec une salade d'accompagnement :
 - o assaisonnée d'une vinaigrette émulsionnée;
 - o composée soit de légumes-feuilles, de fruits, de légumes, et qui peut être une salade verte, liée ou composée. Les concurrents peuvent choisir de faire la salade qu'ils jugent complémentaire à leur omelette française.
- Il doit y avoir au moins **trois (3) différentes** coupes de précision pour les légumes utilisés dans les assiettes de présentation.
- Consulter l'Annexe 1 Recettes fournies pour :
 - o un tutoriel sur l'omelette française
 - o un exemple de vinaigrette émulsionnée

Coupes de précision de légumes

- Faire la démonstration d'au moins trois coupes de précision utilisées dans l'omelette ou la salade d'accompagnement.
- Consulter l'**Annexe 2 Coupes de précision des légumes** pour connaître les coupes qui peuvent être utilisées.
- Les concurrents doivent **prendre une photo** d'un minimum de 0,050 kg de chacune de leurs coupes de précision sur un plateau (ou une planche à découper) pour la

présentation de leur portfolio, avant de l'ajouter à leur plat. Cela permettra aux juges de voir votre mise en place et de noter vos coupes de légumes).

Les concurrents pourront utiliser tout autre ingrédient à leur disposition. Toutefois, l'évaluation portera essentiellement sur l'utilisation et la présentation créatives des ingrédients mentionnés. Ils doivent être des éléments dominants du plat et non des éléments secondaires. Lors de la préparation de chaque plat, tous les éléments doivent être présentés dans l'assiette comme un plat composé.

Au moment de planifier leur menu, les concurrents doivent faire preuve de créativité, mais doivent considérer certains des éléments de base de la présentation lorsqu'ils montent leur assiette. Les concurrents doivent préparer un plan de travail détaillé et pratiquer leur plat avant le concours.

VIRTUAL JUDGING - PART A – June 17, 2020 at 11:00 AM (and 1:30 PM)

- Competitors will join the assigned "WebEx" video conference no later than 11:00 am prior to the start of competition.
- Competitors will need to position their camera in such a way that the judges can see their entire work area. Competitors must always remain in the visible work area during the contest.
- Before the competition begins:
 - Competitors will need to complete the mandatory safety form (found by the contest description)
 - Ensure their camera is appropriately positioned and will need to show their "raw (unprocessed) ingredients
- Competitors have one hour, from 11:30 AM to 12:30 PM, to complete their dish. At the end of the hour, all students must be hands off and wait for the judges to see their dishes, and then competitors can take their photos to submit for judging.
- At the conclusion of the contest, <u>the competitors need to submit three</u>
 <u>photographs of their final plate WITHIN 30 MINUTES (by 1:30 PM) of the contest concluding.</u>
- For the photos, please submit the following:
 - o One (1) overhead shot
 - o One (1) side shot
 - o One (1) angle shot

ÉVALUATION VIRTUELLE - VOLET A - 17 juin 2020 à 11h00 (et 13h30)

- Les concurrents devront se joindre à la vidéoconférence « WebEx » avant le début du concours (au plus tard à 11h00).
- Les concurrents devront placer leur caméra de manière à ce que les juges puissent voir l'ensemble de leur espace de travail. Les concurrents doivent toujours rester dans l'espace de travail visible pendant le concours.

- Avant le début du concours, les concurrents devront :
 - o remplir le formulaire aide-mémoire de sécurité obligatoire (qui se trouve dans la fiche descriptive); et
 - s'assurer que leur caméra est correctement positionnée et montrer leurs ingrédients crus (non transformés)
- Les concurrents auront une heure (11h30 à 12h30), pour préparer leur plat. À la fin de l'heure, tous les élèves devront s'arrêter et laisser le temps aux juges de voir leur plat, après quoi ils pourront prendre leurs photos pour les soumettre à l'évaluation.
- A l'issue du concours, <u>les concurrents devront soumettre trois photos de leurs</u>
 <u>assiettes finales DANS UN DÉLAI DE 30 MINUTES (avant 13h30) de la clôture du</u>
 <u>concours.</u>
- Trois photos devront être soumises :
 - o une (1) photo du dessus
 - o une (1) de côté
 - o une (1) photo en angle

PORTFOLIO SUBMISSION - **PART B – Due June 18, 2020 between 3:00 PM and 4:00 PM** Competitors will submit a portfolio that summarizes their dish and plating from the contest. You submission must include the following:

- 1. The recipe(s) and the work plan used in the competition.
 - a. Provide a copy of your work plan and recipes
 - b. Provide a reference list of any additional resources that were used during the research portion of this competition e.g. textbooks, diagrams, podcasts, Youtube, websites, etc).
 - c. This contest allows for the use of any resources that are required and referenced; any items used, but not referenced will be considered plagiarism (zero tolerance policy) and will result in the competitor's disqualification from the contest.
- A description of the dish (Template provided (located with the Scope)) Portfolio Submission);
 - a. How would you describe your dish on a menu?
 - b. Make sure to emphasize the mandatory ingredients, flavour profiles and cooking techniques in your description.
- 3. An explanation/description of why you picked the specified ingredients (mushrooms and cheese) (**Template provided Portfolio Submission (located with the Scope)**)
- 4. A self-evaluation of the flavours and textures in your dish (since the judges will not be able to taste and assess these) (**Review Template provided (located with the Scope)**)
- 5. A customer review (evaluation) of the flavours and textures in your dish (since the judges will not be able to taste and assess these) (**Review Template provided** (**located with the Scope**)). This should be completed by someone living in your household and meet all social distancing protocols.

- **<u>Disclaimer</u>**: Competitors that live on their own should not put their safety (practice social distancing) at risk and not submit the customer review.
- 6. A brief reflection (3 points each) on the project (**Template provided (located with the Scope) Portfolio Submission**):
 - a. What did you feel was successful?
 - b. What area would you like to improve on (what would you do differently next time)?
- 7. Please provide any appropriate visuals (photo(s)) to support your submission. You can choose how to submit this portion of the contest; be creative!

SOUMISSION DU PORTFOLIO - **VOLET B – À remettre le 18 juin 2020 entre 15h et 16h** Les concurrents devront soumettront un portfolio qui résume leur plat et leur assiette du concours. Celui-ci doit comprendre les éléments suivants :

- 1. La ou les recettes et le plan de travail utilisés dans le cadre du concours.
 - a. Fournir une copie de son plan de travail et des recettes
 - Fournir une liste de référence de toutes les ressources supplémentaires qui ont été utilisées pendant la partie recherche de ce concours (manuels, diagrammes, balados, Youtube, sites web, etc.).
 - c. Ce concours permet aux concurrents d'utiliser toutes les ressources requises et référencées; tout élément utilisé, mais non référencé, sera considéré comme du plagiat (tolérance zéro) et entraînera la disqualification du concurrent.
- Une description du plat (Modèle fourni Soumission du portfolio (dans la fiche descriptive));
 - a. Comment décririez-vous votre plat sur un menu?
 - b. Dans leur description, les concurrents doivent accorder plus d'importance aux ingrédients obligatoires, aux profils de saveurs et aux techniques de cuisson.
- 3. Une explication des choix d'ingrédients (champignons et de fromage) (**Modèle fourni – Soumission de portfolio (dans la fiche descriptive)**)
- 4. Une auto-évaluation des saveurs et des textures du plat (puisque les juges ne pourront pas les goûter et les évaluer) (**Modèle fourni (dans la fiche descriptive)**)
- 5. Une évaluation par le client des saveurs et des textures du plat du concurrent (puisque les juges ne pourront pas les goûter et les évaluer) (Modèle fourni (dans la fiche descriptive)). Cette évaluation doit être effectuée par une personne qui habite avec le concurrent, en respectant les consignes de distanciation sociale.
 - **Avertissement**: Les concurrents qui vivent seuls ne doivent pas mettre leur sécurité en danger (respect de la distanciation sociale) et ne doivent pas soumettre d'évaluation par un client.
- 6. Une brève réflexion (3 points chacun) sur le projet (Modèle fourni (dans la fiche descriptive) Soumission du portfolio):
 - a. Que croyez-vous avoir bien réussi?
 - b. Dans quel domaine souhaitez-vous apporter des améliorations (que feriez-vous différemment la prochaine fois)?

7. Veuillez fournir tout visuel pertinent (photo(s)) pour appuyer votre soumission. Vous pouvez choisir la manière de soumettre cette partie du concours. Faites preuve de créativité!

EQUIPMENT & MATERIALS

Competitors may use whatever equipment they have at their disposal, bearing in mind you must be in your camera's field of view during the competition. The only required materials are the specified ingredients as listed in the task above.

Example of Equipment and Materials:

- All food items to complete menu (minimum eggs, mushroom & cheese)
- All knives and kitchen tools (smallwares)
- Stove or burners
- Omelette pan x2
- Cutting board
- Storage containers
- Mixing Bowls
- Presentation Plates
- Books, diagrams, recipes, and work plans (any reference material that the competitor requires)
- Any other tools, equipment, or materials that you can use to complete your project

<u>All materials or equipment will be provided by the competitor.</u> If any equipment or materials is required to be purchased (example: eggs) please ensure appropriate social distancing protocols are followed.

ÉQUIPEMENT ET MATÉRIEL

Les concurrents peuvent utiliser tout l'équipement dont ils disposent, en gardant à l'esprit qu'ils doivent être dans le champ de vision de la caméra pendant le concours. Les seuls matériels requis sont les ingrédients spécifiés dans la tâche ci-dessus.

Exemples d'équipement et de matériel :

- Tous les ingrédients pour compléter le menu (œufs, champignons et fromage)
- Tous les couteaux et outils de cuisine
- Poêle ou brûleurs
- Poêles à omelette (2)
- Planche à découper
- Récipients
- Bols à mélanger
- Assiettes de présentation
- Livres, diagrammes, recettes et plans de travail (tout matériel de référence dont le concurrent a besoin)

• Tout autre outil, équipement ou matériel que vous pourriez utiliser pour réaliser votre projet

<u>Les concurrents doivent disposer du matériel et des ingrédients nécessaires.</u> Si du matériel ou des ingrédients doivent être achetés (des œufs, par exemple), veuillez vous assurer de respecter les consignes de distanciation sociale.

JUDGING CRITERIA / CRITÈRES D'ÉVALUATION

CRITERIA / CRITÈRES	VALUE / PONDÉRATION
Work Habits / Habitudes de travail	
Safety / Sécurité	20
Sanitation / Nettoyage	
Professionalism / Professionnalisme	
Hygiene / Hygiène	
Technical Skills / Compétences techniques	
 Organization & Time Management / Organisation et gestion du temps 	
Creative use of Ingredients / Usage créatif des ingrédients	
Use of Mushrooms / Usage de champignons	30
Use of Cheese / Usage de fromage	
Ingredients are appropriately utilized / Ingrédients sont	
adéquatement utilisés	
 Precision cuts are incorporated into the dish / Coupes de précision 	
sont incluses dans les plats	
 Ingredients complement one another / Ingrédients se complètent 	
 Menu items complement each other (omelette & salad) / Les items au 	
menu se complètent (omelette et salade)	
 Overall execution of the plate / Exécution de l'assiette 	
Presentation / Présentation	
 Clean and contemporary presentation / Présentation propre et contemporaine 	30
 Appropriate portion size / Taille adéquate des portions 	
 Appetizing and artistic presentation / Présentation appétissante et 	
artistique	
Balance colours and shapes / Couleurs et formes équilibrées	
 Appropriate functional garnishes / Garnitures adéquates 	
Portfolio Submission / Soumission du portfolio	
Menu description / Description du menu	20
 Recipes and work plan / Recettes et plan de travail 	
• Self and customer evaluation / Autoévaluation et évaluation du client	

TOTAL POINTS / POINTAGE FINAL	/100
 Appropriate visuals (pictures) / Visuels pertinents (images) 	
Explanations and self-reflection / Explications et autoréflexion	
Balance colours and shapes / Couleurs et formes équilibrées	

TIE BREAKING PROCESS

Tie breaker - the competitor with the highest average scores in the "presentation" criteria will be the winner. If still tied the highest average scores in the "creative use of ingredients" criteria will be the winner.

PROCESSUS DE BRIS D'ÉGALITÉ

Bris d'égalité – En cas d'égalité, le concurrent ayant obtenu la meilleure moyenne pour le critère Présentation sera déclaré gagnant. S'il y a toujours égalité, le gagnant sera celui qui aura obtenu la moyenne la plus élevée pour le critère Usage créatif des ingrédients.

SAFETY

The health, safety, and welfare of all individuals involved with Skills Ontario are of vital importance. Safety is a condition of participation with Skills Ontario and shall not be sacrificed for the sake of expediency. At the discretion of the judges and the technical committee, any competitor submission **will be** denied should the participant not have the required proper safety equipment and/or act in an unsafe manner that can cause harm to themselves or others.

SÉCURITÉ

La santé, la sécurité et le bien-être de toutes les personnes qui s'impliquent au sein de Compétences Ontario sont au cœur de nos priorités. La sécurité est une condition de participation aux activités de Compétences Ontario et ne peut être négligée pour des raisons de commodités. À la discrétion des juges et du comité technique, le projet soumis par un concurrent pourrait être disqualifié si l'équipement de sécurité nécessaire n'est pas utilisé ou si le concurrent agit d'une manière non sécuritaire qui peut avoir des conséquences néfastes pour lui-même ou les autres.

Contest Area Specific Safety Requirements

Competitors are expected to be dressed appropriately in their Personal Protective Equipment (PPE's) for a professional kitchen. A clean full chef's uniform (Pants, apron, jacket, hat and necktie) would be best, but under the circumstances please see the minimum PPE requirement:

- Non-slip, closed toes shoes (no crocs, sandals or clogs)
- Long pants (no shorts or skirts)
- Apron

• Hair restrained (covered, secured and/or tied back)

ALL competitors must complete AND submit a Safety Checklist with your project submission. The Safety Checklist is located online with the Contest Description.

Submissions will NOT be judged if the completed Safety Checklist is not included in the submission.

Keep you work space tidy and the floor free of tripping hazards. Be aware of sharp equipment such as knives, and be aware of potential burn hazards (stove). Make sure to unplug equipment when finished using it (e.g. mixer, blender, etc).

Sécurité - Exigences propres au concours

Les concurrents doivent être vêtus de manière convenable et porter l'équipement de protection individuelle (ÉPI) requis dans une cuisine professionnelle. Une tenue de chef complète et propre (pantalon, tablier, veste, chapeau et cravate) est préférable, mais compte tenu des circonstances actuelles, il conviendra surtout de respecter les exigences minimales suivantes en matière d'EPI:

- Chaussures antidérapantes à bout fermé (pas de *crocs*, de sandales ou de sabots)
- Pantalons longs (pas de shorts ni de jupes)
- Tablier
- Cheveux retenus (couverts ou attachés)

TOUS les concurrents doivent remplir la liste aide-mémoire de sécurité ET la soumettre au même moment que leur projet. La liste aide-mémoire de sécurité est disponible en ligne avec la fiche descriptive.

Veuillez prendre note que votre soumission ne sera PAS évaluée si elle n'est pas accompagnée de la liste aide-mémoire de sécurité.

Gardez votre espace de travail bien rangé et assurez-vous qu'il n'y ait aucun objet au sol qui pourrait vous faire trébucher. Faites attention aux objets tranchants tels que les couteaux, et soyez conscients des risques de brûlure (cuisinière). Assurez-vous de débrancher le matériel lorsque vous avez fini de l'utiliser (par exemple, le mélangeur, le batteur, etc.).

Appendix #1 - Secondary Recipes

The recipes for this contest have been referenced from the following textbooks:

Gisslen, Wayne. (2018). *Professional Cooking for Canadian Chefs* (9th edition). New Jersey: John Wiley & Sons.

Labensky, Sarah et al. (2017). **On Cooking, A Textbook of Culinary Fundamentals** (7th Canadian edition). New Jersey: Pearson.

- The Technical Committee has provided recipes for this contest. These recipes are intended to be a guide, and should be adjusted as required to provide appropriate quantities, flavours, and correct seasoning.
- Although recipes are included in this "contest project", it is recommended that you refer
 to one of the suggested textbooks. You will find procedural guidelines and in-depth
 supporting materials for the preparation and cooking techniques needed in the three
 (3) course menu.
- These textbooks also include photographs, text and online content that illustrates proper and safe working techniques as well as important aspects of the menus preparation (e.g. knife handling, reducing liquids, cooking roux, roasting meat, vegetable cookery, quick breads and guidelines for plate presentations).
- Common and correct cooking practices should be respected and are encouraged.

Annexe 1 - Recettes secondaires

Les recettes de ce concours ont été tirées des manuels suivants :

Gisslen, Wayne. (2018). *Professional Cooking for Canadian Chefs* (9^e édition). New Jersey: John Wiley & Sons.

Labensky, Sarah et al. (2017). **On Cooking, A Textbook of Culinary Fundamentals** (7^e édition canadienne). New Jersey: Pearson.

- Le comité technique a fourni des recettes pour ce concours. Ces recettes sont destinées à servir de guide et doivent être adaptées en fonction des besoins de façon à obtenir les quantités, les saveurs et les assaisonnements désirés.
- Bien que des recettes soient incluses dans cette fiche descriptive, il est recommandé de consulter les manuels proposés. Vous y trouverez des directives et du matériel d'appui approfondi pour les techniques de préparation et de cuisson nécessaires dans le menu à trois services.
- Ces manuels comprennent également des photographies, des textes et du contenu en ligne qui illustrent des techniques de travail adéquates et sécuritaires, ainsi que des

aspects importants de la préparation des menus (par exemple, le maniement des couteaux, la réduction des liquides, la cuisson des roux, le rôtissage de la viande, la cuisson des légumes, les pains rapides et les directives pour la présentation des assiettes).

 Des pratiques de cuisson communes et adéquates doivent être respectées et sont encouragées.

French Omelette Tutorial

- Please review the following link for a French Omelette tutorial
 - https://www.youtube.com/watch?v=h8PcsmRypjk

<u>Tutoriel sur l'omelette française</u>

- Consultez le lien suivant pour voir un tutoriel sur l'omelette française :
 - o https://www.youtube.com/watch?v=h8PcsmRypjk

Emulsified French Dressing

Source: Professional Cooking 9th edition

Page: 676

Yield: 1 Litre (1 Quarts)

Number of portions: 40 each
Portion Size: 0.025 litre (1 FL OZ)

<u>Ingredients</u>	<u>Metric</u>	U.S.
Egg	1 each	1
Salt	0.007 litre	1 ½ teaspoon
Paprika	0.007 litre	1 ½ teaspoon
Dry mustard	0.007 litre	1 ½ teaspoon
Ground pepper	0.001 litre	¼ teaspoon
Salad oil	0.700 litre	1 ½ pints
Cider vinegar	0.125 litre	4 fluid ounces
Lemon juice	0.060 litre	2 fluid ounces
Vinegar, lemon juice, or water	As needed	As needed

Procedures

- 1. Place the egg in the bowl of a mixer and beat with the whip attachment until well beaten.
- 2. Mix the dry ingredients and add to the bowl. Beat until well mixed.

- 3. Turn the mixer to high speed very slowly begin adding the oil, as when making mayonnaise.
- 4. When the dressing becomes thick, thin with a little of the vinegar.
- 5. Gradually beat in the remaining oil alternately with the vinegar.
- 6. Beat in the lemon juice.
- 7. The dressing should be pourable, not thick like mayonnaise.
- 8. If it is too thick, taste for seasonings first. If the dressing is not tart enough, thin with a little vinegar or lemon juice. If it is tart enough, thin with water.

Vinaigrette française émulsionnée

Source : Professional Cooking 9^e édition

Page: 676

Rendement: 1 | (1 pte)
Nombre de portions: 40

Taille de chaque portion : 25 ml (1 oz liq)

Ingrédients	<u>Métrique</u>	<u>Américaine</u>
Œuf	1	1
Sel	7 ml	1 ½ c. à thé
Paprika	7 ml	1 ½ c. à thé
Moutarde sèche	7 ml	1 ½ c. à thé
Poivre moulu	1 ml	¼ c. à thé
Huile à salade	700 ml	1½ pt imp
Vinaigre de cidre	125 ml	4 oz liq
Jus de citron	60 ml	2 oz liq
Vinaigre, jus de citron ou eau	Au besoin	Au besoin

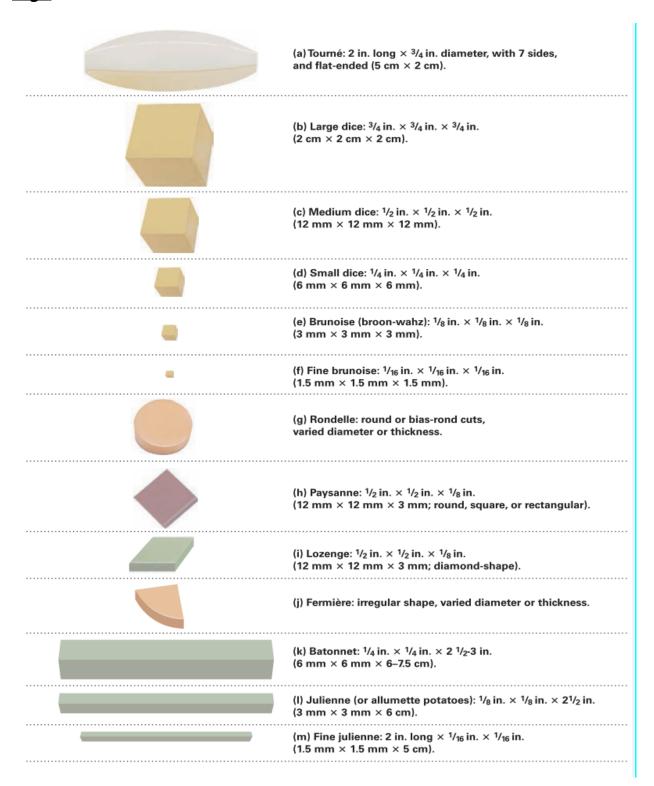
- 1. Dans le bol d'un batteur muni d'un fouet, battre l'œuf jusqu'à ce qu'il soit bien mélangé.
- 2. Mélanger tous les ingrédients secs et les ajouter à l'œuf battu dans le bol. Bien battre.
- 3. Régler la vitesse du batteur à intensité élevée et incorporer l'huile très lentement, comme pour une mayonnaise.
- 4. Lorsque le mélange devient épais, ajouter un peu de vinaigre pour l'éclaircir.

- 5. Ajouter graduellement le reste de l'huile en alternance avec le vinaigre.
- 6. Incorporer le jus de citron.
- 7. La vinaigrette devrait être coulante, pas ferme comme de la mayonnaise.
- 8. Si la vinaigrette est trop épaisse, goûter d'abord pour vérifier l'acidité. Si elle n'est pas suffisamment acide, ajouter un peu de vinaigre ou de jus de citron pour l'éclaircir; si l'acidité est correcte, ajouter seulement de l'eau.

Appendix #2 - Precision Cuts

Source: Professional Cooking 9th edition

Page: 145



Annexe n°2 – Coupes de précision

Source : Professional Cooking 9^e édition

Page: 145

