附件3：

2022年全国抓饭烹饪大赛 评判细则

 **一、赛项说明**

1.选手自备参赛作品所使用原料、餐具器皿。

2.参赛作品用料严格实行“三不”原则，即不使用燕窝、干鲍、鱼翅等高档原料，不使用国家明令保护的动植物，不违规使用添加剂。

 **二、评判内容**

赛事评判内容按准备工作、专业烹饪、作品呈现、口味质感四个方面进行评判。

1.准备工作（10分）

（1）自带食材符合比赛规则；

（2）自带物品使用专用整理箱分类收纳；

（3）自带食材贮藏及运输温度符合国家食品安全规定；

（4）操作工位物品摆放就位，分类合理、整洁有序；

（5）身着干净、整洁的厨服（厨帽、厨衣、西裤、皮鞋），身上无任何配饰；

（6）完整的作品说明书；

（7）没有提前加工行为。

2.专业烹饪（30分）

（1）食品安全部分

①开始加工之前和操作过程中按照专业要求洗手；

②原材料加工过程，使用的设备、器皿符合食品安全操作规范；

③正确使用和更换手套；

④及时清洁工作台和厨房设备、用具，专业更换砧板；

⑤对温度敏感的食材加工后及时存放回冰箱内，无长时间裸露现象；

⑥加工过程中，以及品尝食物时无交叉感染行为；

⑦主辅料加工过程符合餐饮服务食品安全操作规范；

⑧正确使用厨房用纸，及时更换脏围裙和毛巾。

（2）技能/技艺部分

①加工时正确、安全、专业使用工具、设备、盛放容器；

②熟悉原料特性，充分利用，无浪费现象；

③操作过程中食材、半成品及时冷藏存储；

④加工、烹调过程规范有序，动作协调适当，体现传统或现代技法；

⑤不同操作使用恰当的工具和设备（如刀具、锅等）；

⑥加工过程中对鱼、肉、海鲜、家禽等主食材的处理恰当；

⑦合理利用骨头和边角料将汤底做成调味汁；

⑧加工过程中对蔬菜、沙拉和香料的处理恰当；

⑨剩余食材及时包好后保存在冰箱或冰柜中，并标注日期。

（3）厨房管理部分

①合理分配工作内容、时间；

②加工过程中垃圾及时处理，废弃物处理妥当；

③加工过程工作台、操作位整洁有序，无杂、乱、差现象；

④合理使用水、电、气，无能源消耗浪费；

⑤在规定的时间内完成供餐准备；

⑥上餐结束后，及时进行厨房清洁，操作位公用设备、设施及用具清洗干净。

3.作品呈现（10分）

（1）摆盘实用（不允许使用盘中盘），装饰或点缀物可食用，便于服务人员传送；

（2）符合规定的分量大小；

（3）菜肴在餐具中的构图比例、布局关系和谐；

（4）菜肴色泽明亮，色彩鲜明，各种色彩搭配和谐；

（5）具有现代艺术观赏性，富有食欲和视觉冲击力；

4.口味质感 （50分）

（1）口味质感与作品说明书说明一致；

（2）色、香、味统一、协调；

（3）调味适当，主味突出，风味特别，富有层次感；

（4）火候得当，无焦糊、腥膻等异味，或过生不能食用；

（5）食材质感鲜明，符合应有的口感特点。