



Promoting
Happiness
Index
Foundation
香港提升快樂指數基金

開心廚神大賽

目的

透過參與烹飪比賽，增加企業管理層和員工及員工家屬的合作和默契，亦令參與者和支持者共同渡過一個快樂的時刻。

主辦單位

香港提升快樂指數基金

合辦單位

中華電力有限公司
德國寶(香港)有限公司
李錦記國際控股有限公司

支持單位

香港中廚師協會
中華廠商聯合會
Road Show

組別

(A)企業/機構組
(B)家庭組

時間表

日期	項目	地點
2015年8月16日下午2:00-3:00	開幕禮	香港會議展覽中心 Hall 3FG 舞台
2015年9月5日下午 2:00-6:00	家庭組初賽	中華電力有限公司 (旺角客戶服務中心)
2015年9月12日 下午 2:00-6:00	企業/機構組初賽	德國寶廚樂體驗館 (九龍灣MegaBox)
2015年12月20日下午 2:00-4:00	決賽	維多利亞公園工展會舞台

參賽資格

1. 參賽隊伍必需是參加了開心企業或開心機構的員工及家人。
2. 每組必須由二人或以上組成，但不得超過四人。
3. 企業/機構組其中一人必須為管理層。
4. 每一間參賽公司或機構最多可以派兩隊企業/機構組及兩隊家庭組參賽。企業/機構組及家庭組各有18隊可參加比賽。若報名隊伍超過18隊，則以抽籤方式決定能參賽隊伍。
5. 每隊進入初賽的隊伍都會獲邀參加開幕禮及獲贈由合辦單位送出的禮品。

比賽形式

賽制	企業/機構組及家庭組
比賽菜式	參加隊伍可以中外方式烹調，但必須使用李錦記調味料。參加隊伍須自備不多於港幣150元之食材。食材不得事先處理過。 食譜(清楚列明包括食材及調味料份量)須於比賽前一星期提交，一經遞交後，大會有權不接受更改。
上菜形式和份量	每道菜式備兩份成品，位上或以一碟形式上菜均可。 - 1份試味為<5人份>，供評審外觀及試味 - 1份展示為<3人份>，供拍照及展示
上菜用具	由大會提供，不得自行攜帶。如需自備功能性的上菜餐具，須於提交食譜時註明，獲大會批准後才可使用。
材料	1. 所有醬料及調味料全部由大會提供，參賽隊伍不得異議。 2. 參賽隊伍不得攜帶任何醬料及調味料參賽，評審委員會有最終決定權取消其參賽資格。 3. 各類菜餚的食材加工，如漲發、剝茸、醃製、預熱、煮湯及裝飾雕刻等，均不得預先在場外進行。 4. 刀工形成、調味等均需在比賽現場完成。 5. 禁止攜帶預先製作的菜式或任何半成品進入比賽現場。
廚房設備	1. 一切煮食爐具均由大會提供，全部為無火電器產品，包括電磁爐、光波爐、高速食品處理器(高速攪拌機)及多層電蒸鍋。 2. 大會將提供基本工具如刀、砧板、鏟鏟、平底鍋、湯煲等。 3. 參賽隊伍若有特殊需要而額外自備煮食爐具或工具，必須於食譜註明，獲大會批准後才可使用，否則評審委員會有最終決定權取消其參賽資格。
比賽時間	每隊參賽隊伍需在45分鐘內完成一道菜式，逾時完成之菜式將會被扣分。
獎項	冠軍、亞軍、季軍、最美味獎、最合拍獎和最開心菜式獎 得獎隊伍會獲得精美禮品及獎牌

評審委員會

1. 初賽評審委員會共五位成員，一位由香港提升快樂指數基金派出，四位為中廚師協會派出的專業廚師。
2. 決賽評審委員會共五位成員，由合辦單位各派一代表再加上兩位星級食家。
3. 評分準則:每道菜總分為100分

味道(0-35分)	口味鮮美純正，調味適當，保留食材的原味，主味突出，複合味運用巧妙。
質感(0-30分)	刀工精湛、規格整齊、汁芡均勻，主輔食材配比合理、火候得當、質感鮮明，符合其應有的特點。
外觀(0-10分)	色調自然悅目，裝盤美觀，器皿與菜餚協調。
創意(0-15分)	醬料運用創新，菜式構思巧妙而設計合理，能於烹飪工藝上體現創意及新思維。
快樂感(0-5分)	菜式能使人有開心的感覺。
合拍性(0-5分)	參賽隊伍成員能在比賽時表現出很強的合作性。

4. 大會有權取消、刪改或增補任何規則。評審委員會對各規則擁有絕對的詮釋權，參賽者不得異議。
5. 大會及評審委員會對比賽結果擁有最後決定權，參賽者不得異議。
6. 大會有權拒絕任何不遵守大會規則或不符合比賽規則內各項內容的人士比賽。

參賽報名

開心廚神大賽於2015年7月10日開始接受報名。有意參加者須填寫報名表，於2015年8月3日或之前以電郵方式(happinessindex@germanpool.com)送交開心廚神大賽秘書處。進入初賽的隊伍會被邀請參加開幕禮，並在開幕禮獲贈禮品。

查詢方法

開心廚神大賽秘書處
電話：2773 2801
電郵：happinessindex@germanpool.com

其他相關事項及權利

1. 主辦單位有權使用、印刷、宣傳或拍攝參賽者名稱、標誌、商標、人士、產品、商舖、樓宇外觀或創作(或相關照片)作任何宣傳或推廣之用，媒體、形式、地區及時間不限。
2. 主辦單位保留所有修改比賽規則的權利，但須於比賽前向參賽者說明。
3. 本大賽主辦單位保留變更所有比賽規則之權利，若有未盡事宜，悉依主辦單位最後之公告為準。





Promoting
Happiness
Index
Foundation
香港提升快樂指數基金

開心廚神大賽

參賽隊伍資料

參賽者所屬公司/機構：_____

參賽組別： 企業/機構組 家庭組

參賽者姓名：_____ (隊長)

隊長聯絡電話：_____

隊長電郵地址 (為主要聯絡方法)：_____

參賽食譜及用具 (於比賽前一星期提交)

菜式名稱：_____

材料: (請填寫菜式確實所需的食材與醬料及份量)

所需煮食爐具： 電磁爐 光波爐 高速攪拌機 多層電蒸鍋

額外爐具或工具 (如有特別需要)：_____

上菜用具 (如有特別需要)：_____