

ΚΑΝΟΝΙΣΜΟΙ ΕΠΙΜΕΡΟΥΣ ΔΙΑΓΩΝΙΣΜΩΝ



The poster is divided into two main sections. The left section is a dark blue vertical panel containing white and gold text and logos. The right section is a photograph of a chef in a black apron and white gloves, carefully plating a dish with yellow and purple ingredients on a dark plate. The background of the photo is a mix of dark blue and gold geometric shapes.

MCC

**4th MEDITERRANEAN
CHEF'S COMPETITION**

EXPOTROF
The B2B Fine Food Exhibition

31-02
IAN. ΦΕΒ. 2026

M.E.C.
Μεσογειακό Εκθεσιακό Κέντρο

ΟΡΓΑΝΩΣΗ

Chefs' Club
Hellenic Chefs' Association

ARM INTERNATIONAL
ORGANIZING EXHIBITIONS

A. CHEF - LIVE

A1 - Black Box

Ατομική συμμετοχή

Χρόνος διαγωνισμού: 1 h

Οι διαγωνιζόμενοι θα πρέπει να ετοιμάσουν ένα κυρίως πιάτο για 3 κουβέρ, χρησιμοποιώντας από τα υλικά που βρίσκονται μέσα στο μυστικό καλάθι/black box. Το μυστικό καλάθι θα δοθεί στους διαγωνιζόμενους σε ειδικά διαμορφωμένο χώρο, 20 λεπτά πριν την εκκίνηση του διαγωνισμού. Οι διαγωνιζόμενοι στο χρόνο αυτό, θα πρέπει να γράψουν τη συνταγή τους και να την παραδώσουν στους κριτές.

Οι διαγωνιζόμενοι δεν μπορούν να παρεκκλίνουν από τη συνταγή που παρέδωσαν, διαφορετικά θα τους επιβληθεί ποινή αφαίρεσης πόντων

Οι διαγωνιζόμενοι απαγορεύεται ρητά να χρησιμοποιήσουν οποιοδήποτε επιπλέον υλικό από αυτά που περιέχονται στο καλάθι

Οι διαγωνιζόμενοι οφείλουν ΥΠΟΧΡΕΩΤΙΚΑ να έχουν μελετήσει τους «Γενικούς Κανονισμούς» και τους «Γενικούς Κανονισμούς Μαγειρικής Live»

A2 - Θαλασσινά / ψάρι

Ατομική συμμετοχή

Χρόνος διαγωνισμού: 45 λεπτά

Οι διαγωνιζόμενοι θα πρέπει να ετοιμάσουν ένα κυρίως πιάτο με θαλασσινό ή/και ψάρι της επιλογής τους, που να συνοδεύεται από τα κατάλληλα λαχανικά, άμυλο και γαρνίρισμα για 3 κουβέρ.

Οι διαγωνιζόμενοι είναι υπεύθυνοι να φέρουν όλες τις πρώτες ύλες

Οι διαγωνιζόμενοι θα πρέπει να πάρουν έγκριση από την διοργάνωση σχετικά με εξειδικευμένο εξοπλισμό που επιθυμούν να φέρουν.

Οι διαγωνιζόμενοι οφείλουν να φέρουν γραμμένη τη συνταγή (υλικά και τρόπο παρασκευής) τους και τυπωμένη σε 4 αντίγραφα στα ελληνικά και στα αγγλικά.

Οι διαγωνιζόμενοι, οφείλουν να μαγειρέψουν το πιάτο όπως περιγράφεται στη συνταγή.

Οι διαγωνιζόμενοι οφείλουν ΥΠΟΧΡΕΩΤΙΚΑ να έχουν μελετήσει τους «Γενικούς Κανονισμούς» και τους «Γενικούς Κανονισμούς Μαγειρικής Live»

A3 – Κρέας Premium κοπές

Ατομική συμμετοχή

Χρόνος διαγωνισμού: 1 ώρα

Οι διαγωνιζόμενοι θα πρέπει να ετοιμάσουν ένα κυρίως πιάτο με premium κοπή κρέατος της επιλογής τους, που να συνοδεύεται από τα κατάλληλα λαχανικά, άμυλο και γαρνίρισμα για 3 κουβέρ

Οι διαγωνιζόμενοι είναι υπεύθυνοι να φέρουν όλες τις πρώτες ύλες

Οι διαγωνιζόμενοι θα πρέπει να πάρουν έγκριση από την διοργάνωση σχετικά με εξειδικευμένο εξοπλισμό που επιθυμούν να φέρουν

Οι διαγωνιζόμενοι οφείλουν να φέρουν γραμμένη τη συνταγή (υλικά και τρόπο παρασκευής) τους και τυπωμένη σε 4 αντίγραφα στα ελληνικά και στα αγγλικά.
Οι διαγωνιζόμενοι, οφείλουν να μαγειρέψουν το πιάτο όπως περιγράφεται στη συνταγή
Οι διαγωνιζόμενοι οφείλουν ΥΠΟΧΡΕΩΤΙΚΑ να έχουν μελετήσει τους «Γενικούς Κανονισμούς» και τους «Γενικούς Κανονισμούς Μαγειρικής Live»

A4 – Κοτόπουλο

Ατομική συμμετοχή
Χρόνος διαγωνισμού: 45 λεπτά

Οι διαγωνιζόμενοι θα πρέπει να ετοιμάσουν ένα κυρίως πιάτο με κοτόπουλο (οποιοδήποτε μέρος του κοτόπουλου της επιλογής τους), που να συνοδεύεται από τα κατάλληλα λαχανικά, άμυλο και γαρνίρισμα για 3 κουβέρ
Οι διαγωνιζόμενοι είναι υπεύθυνοι να φέρουν όλες τις πρώτες ύλες
Οι διαγωνιζόμενοι θα πρέπει να πάρουν έγκριση από την διοργάνωση σχετικά με εξειδικευμένο εξοπλισμό που επιθυμούν να φέρουν
Οι διαγωνιζόμενοι οφείλουν να φέρουν γραμμένη τη συνταγή (υλικά και τρόπο παρασκευής) τους και τυπωμένη σε 4 αντίγραφα στα ελληνικά και στα αγγλικά.
Οι διαγωνιζόμενοι, οφείλουν να μαγειρέψουν το πιάτο όπως περιγράφεται στη συνταγή
Οι διαγωνιζόμενοι οφείλουν ΥΠΟΧΡΕΩΤΙΚΑ να έχουν μελετήσει τους «Γενικούς Κανονισμούς» και τους «Γενικούς Κανονισμούς Μαγειρικής Live»

A5 – Vegan Αλμυρό

Ατομική συμμετοχή
Χρόνος διαγωνισμού: 45 λεπτά

Οι διαγωνιζόμενοι θα πρέπει να ετοιμάσουν ένα κυρίως vegan πιάτο, βάση των διεθνών στάνταρ για 3 κουβέρ.
Οι διαγωνιζόμενοι είναι υπεύθυνοι να φέρουν όλες τις πρώτες ύλες. Οι πρώτες ύλες (κατάλληλες για vegan) θα έρθουν στις αρχικές τους συσκευασίες οι οποίες θα πρέπει να είναι κλειστές. Στη συνέχεια και αφού ελεγχθούν από τους επόπτες, είτε θα καλυφτούν ή θα μεταφερθούν σε κατάλληλους περιέκτες.
Οι διαγωνιζόμενοι θα πρέπει να πάρουν έγκριση από την διοργάνωση σχετικά με εξειδικευμένο εξοπλισμό που επιθυμεί να φέρει
Οι διαγωνιζόμενοι οφείλουν να φέρουν γραμμένη τη συνταγή (υλικά και τρόπο παρασκευής) του τυπωμένη σε 4 αντίγραφα στα ελληνικά και στα αγγλικά.
Οι διαγωνιζόμενοι, οφείλουν να μαγειρέψουν το πιάτο όπως περιγράφεται στη συνταγή
Οι διαγωνιζόμενοι οφείλουν ΥΠΟΧΡΕΩΤΙΚΑ να έχουν μελετήσει τους «Γενικούς Κανονισμούς» και τους «Γενικούς Κανονισμούς Μαγειρικής Live»

A6 – Brunch

Ατομική συμμετοχή
Χρόνος διαγωνισμού: 1 h

Οι διαγωνιζόμενοι θα πρέπει να ετοιμάσουν 2 διαφορετικά είδη για Brunch για 3 κουβέρ το καθένα.
Οι διαγωνιζόμενοι είναι υπεύθυνοι να φέρουν όλες τις πρώτες ύλες αλλά και τα σκεύη σερβιρίσματος.

Οι διαγωνιζόμενοι θα πρέπει να πάρουν έγκριση από την διοργάνωση σχετικά με εξειδικευμένο εξοπλισμό που επιθυμούν να φέρουν
Οι διαγωνιζόμενοι οφείλουν να φέρουν γραμμένη τη συνταγή (υλικά και τρόπο παρασκευής) τους και τυπωμένη σε 4 αντίγραφα στα ελληνικά και στα αγγλικά.
Οι διαγωνιζόμενοι, οφείλουν να μαγειρέψουν το πιάτο όπως περιγράφεται στη συνταγή
Οι διαγωνιζόμενοι οφείλουν ΥΠΟΧΡΕΩΤΙΚΑ να έχουν μελετήσει τους «Γενικούς Κανονισμούς» και τους «Γενικούς Κανονισμούς Μαγειρικής Live»

A7 – Ριζότο

Ατομική συμμετοχή

Χρόνος διαγωνισμού: 45 λεπτά

Οι διαγωνιζόμενοι θα πρέπει να ετοιμάσουν ένα ριζότο για 3 κουβέρ

Οι διαγωνιζόμενοι είναι υπεύθυνοι να φέρουν όλες τις πρώτες ύλες

Οι διαγωνιζόμενοι θα πρέπει να πάρουν έγκριση από την διοργάνωση σχετικά με εξειδικευμένο εξοπλισμό που επιθυμούν να φέρουν

Οι διαγωνιζόμενοι οφείλουν να φέρουν γραμμένη τη συνταγή (υλικά και τρόπο παρασκευής) τους και τυπωμένη σε 4 αντίγραφα στα ελληνικά και στα αγγλικά.

Οι διαγωνιζόμενοι, οφείλουν να μαγειρέψουν το πιάτο όπως περιγράφεται στη συνταγή

Οι διαγωνιζόμενοι οφείλουν ΥΠΟΧΡΕΩΤΙΚΑ να έχουν μελετήσει τους «Γενικούς Κανονισμούς» και τους «Γενικούς Κανονισμούς Μαγειρικής Live»