

Ε. Σπουδαστές – ανεξάρτητοι σχολής

The poster features a dark blue background with a stylized white logo at the top consisting of several vertical lines of varying heights. Below this, the text "MCC" is written in a bold, gold, sans-serif font. Underneath "MCC", the text "4th MEDITERRANEAN CHEF'S COMPETITION" is displayed in a white, sans-serif font, followed by "EXPOTROF" in a larger, bold, white, sans-serif font. Below "EXPOTROF", the text "The B2B Fine Food Exhibition" is written in a smaller, white, sans-serif font. The dates "31-02 IAN. ΦΕΒ. 2026" are prominently displayed in a large, white, sans-serif font. To the right of the dates is a small globe icon and the text "M.E.C. Μεσογειακό Εκθεσιακό Κέντρο" in a white, sans-serif font. At the bottom left, the "Chefs' Club Hellas / Chef's Association" logo is shown, featuring a stylized chef's hat. To the right of this, the word "ΟΡΓΑΝΙΣΗ" is written in a small, white, sans-serif font. Below "ΟΡΓΑΝΙΣΗ" is the "AIM INTERNATIONAL ORGANIZING EXHIBITIONS" logo, which includes a stylized red and white graphic and the text "AIM INTERNATIONAL ORGANIZING EXHIBITIONS" in a white, sans-serif font. On the right side of the poster, there is a photograph of a chef's hands in a black apron, carefully plating a dish with yellow and purple ingredients on a dark plate. The photograph is set against a background of geometric shapes in dark blue, gold, and brown.

MCC

**4th MEDITERRANEAN
CHEF'S COMPETITION**

EXPOTROF
The B2B Fine Food Exhibition

**31-02
IAN. ΦΕΒ. 2026**

M.E.C.
Μεσογειακό Εκθεσιακό Κέντρο

Chefs' Club
Hellas / Chef's Association

ΟΡΓΑΝΙΣΗ

AIM INTERNATIONAL
ORGANIZING EXHIBITIONS

Σημ. Στην κατηγορία αυτή συμμετέχουν σπουδαστές, ανεξάρτητα του αν συμμετέχει η όχι η σχολή τους στο διαγωνισμό. Απαραίτητη προϋπόθεση είναι η προσκόμιση βεβαίωσης σπουδαστή από τη σχολή.

F1 - Σαλάτα

Ατομική συμμετοχή

Χρόνος διαγωνισμού: 45 min

Οι διαγωνιζόμενοι θα πρέπει να ετοιμάσουν 2 διαφορετικές προτάσεις για σαλάτα γεύμα.

Μία σαλάτα χωρίς γλουτένη για 3 κουβέρ και μία σαλάτα με ξεχασμένα υλικά της

Μεσογείου (όπως χαρούπι, λιναρόσπορος, κλπ), όσπρια, super foods

Μέγιστο καθαρό βάρος σαλάτας 200 γρ

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»

F2 – Κοτόπουλο

Ατομική συμμετοχή

Χρόνος διαγωνισμού: 45 min

Οι διαγωνιζόμενοι θα πρέπει να ετοιμάσουν ένα κυρίως πιάτο με κοτόπουλο, 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»

F3 - Εστιατορικό γλυκό

Ατομική συμμετοχή

Χρόνος διαγωνισμού: 45 min

Οι διαγωνιζόμενοι θα πρέπει να ετοιμάσουν ένα σοκολατένιο εστιατορικό γλυκό ζεστό ή κρύο, έως 140 gr, 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 επιθυμεί να φέρει

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 αποδώσουν πιστά τη συνταγή που προσκόμισαν

Όλα τα υλικά θα πρέπει να είναι βρώσιμα

Ελεύθερο θέμα διακόσμησης

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

F4 – 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»

F5 – Brunch

Ατομική συμμετοχή

Χρόνος διαγωνισμού: 1 h

Οι διαγωνιζόμενοι θα πρέπει να ετοιμάσουν 2 διαφορετικά είδη για Brunch για 3 κουβέρ.

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»