

RECETAS CREATIVAS

¡Disminuyamos nuestro desperdicio!

En el marco del Día mundial de la concienciación sobre la pérdida y desperdicio de alimentos, 29 de setiembre.

Organizan: Escuela de Nutrición, Unidad de Gestión Ambiental (UGA), Oficina de Servicios Generales-Sección Servicios Contratados (OSG), Centro de investigación en Economía Agrícola y Desarrollo Agroempresarial (CIEDA).

OBJETIVOS:

1. Promover el uso de alimentos subutilizados por medio de recetas innovadoras y nutritivas aprovechando al máximo los alimentos que tenemos en el hogar.
2. Concienciar al público sobre el impacto a la salud y ambiente respecto a la pérdida y desperdicio de alimentos para la construcción de mejores hábitos de consumo.

DIRIGIDO A:

Comunidad Universitaria UCR (Sedes y Recintos): docentes/administrativos (activos o pensionados) y estudiantes activos o egresados.

Participantes del Galardón Ambiental UCR en todas sus categorías y menciones.

Público en general.

Perfil del participante:

Podrán participar todas las personas que se sientan animadas a hacerlo, dispongan o no de experiencia cocinando.

FECHAS IMPORTANTES

Lanzamiento: 16 de setiembre.

Inscripción: junto con envío de recetas del 16-23 de setiembre.

Votación popular en Facebook: 24 al 27 de setiembre

Votación de jurado: 28 de setiembre.

Premiación: 29 de setiembre, se comunicará por redes sociales los ganadores.

REGLAMENTO Y TÉRMINOS DEL CONCURSO

¿CÓMO PARTICIPAR?

1. Selección de la receta: Las personas interesadas en participar pueden:
 - a. Escoger una receta propia o familiar que quieran utilizar aproveche al máximo aquellos alimentos que tenemos en casa, utilizando otras secciones de los alimentos no tan comunes y que reduzcan del desperdicio.

- b. Seleccionar una de las recetas recopiladas en el recetario del Proyecto TCU-486 “Contribución a la conservación y revitalización de la cocina tradicional de Costa Rica” de la Escuela de Nutrición, disponible en el Facebook de la Escuela de Nutrición, para replicarla e incluir un ingrediente nuevo. Estas recetas utilizan cáscaras, tallos, hojas y semillas con el fin de maximizar el uso de alimentos y disminuir el desperdicio en el hogar

El objetivo principal es evidenciar como se utiliza al máximo los alimentos involucrados en la receta, o bien, como se utilizan subproductos como hojas, raíces, cáscaras o semillas; lo anterior para demostrar que es posible reducir la pérdida de alimentos en nuestro hogar cuando planificamos nuestro menú.

2. Llenar la inscripción: La persona participante debe completar el formulario de inscripción publicado en la cuenta Facebook de la Escuela de Nutrición de la Universidad de Costa Rica. La inscripción es completamente gratuita.
3. Datos de inscripción: En el formulario de inscripción, se incluyen datos personales, una breve descripción de la receta y los pasos para realizarla, motivación que hizo que el participante hiciera esta receta, una fotografía o collage con peso máximo de 5 MB y en formato JPG o JPEG, o video corto de máximo 1 minuto. Estos materiales serán los que se dispondrán en el Facebook para realizar la votación popular, por lo que se autoriza a los organizadores del concurso a utilizar este material para divulgación exclusivamente relacionado con este concurso.
4. Plazos: Se tendrá tiempo de llenar el formulario de inscripción del 16 al 23 de setiembre del 2021. La votación popular se realizará del 24 al 27 de setiembre, tiempo en que se registrarán los votos a cada receta. El 28 de setiembre se hará el conteo de votos para la selección de la receta más popular y el jurado calificador elegirá la receta “innovadora y nutritiva”. Los ganadores se anunciarán el día 29 de setiembre en el marco del Día mundial de concienciación sobre la pérdida y desperdicio de alimentos.

ES IMPORTANTE RECALCAR QUE EL PARTICIPANTE DEBERÁ SER EL EJECUTOR DE LA RECETA.

El Equipo organizador pone a disposición los siguientes canales para que las personas participantes puedan realizar sus consultas:

a) correo electrónico: escuela.nutricion@ucr.ac.cr

b) Mensajes directos a través de la página en Facebook: Escuela de Nutrición, UCR, @enuucr

*No se recibirán consultas por teléfono ni por otros medios diferentes a los citados.

El Equipo Organizador está constituido por representantes de: Oficina de Servicios Generales-Sección de Servicios Contratados, la Escuela de Nutrición, Unidad de Gestión Ambiental de la Vicerrectoría de Administración (UGA), y el Centro de Investigación en Economía Agrícola y Desarrollo Agroempresarial (CIEDA).

PREMIACIÓN:

1. Premio “Receta más popular”: la receta más votada (con más ME GUSTA en Facebook).
2. Premio “Receta innovadora y nutritiva”: se contará con un jurado calificador que definirá criterios técnicos para dar su veredicto. Dentro de estos criterios se incluye la presentación de la receta, creatividad, utilización de un ingrediente subutilizado, entre otros que serán anunciados oportunamente.

En cuanto a los premios: se premiará al primer lugar de la votación popular, utilizando como referencia la cantidad de “Me gusta” recibidos a la fecha límite establecida, para lo cual la publicación del Facebook se suspenderá para realizar el conteo. Además, se seleccionará bajo criterios técnicos la receta “Innovadora y nutritiva”, por parte un jurado calificador que la seleccionará basándose en la descripción de la receta y sus ingredientes.

El hecho de hacerse acreedor de un premio, está sujeto al cumplimiento de todos los requerimientos establecidos en el presente reglamento y demás normativa nacional aplicable. La decisión del Jurado es inapelable.

PREMIOS:

1. Publicación del ganador según la votación popular y el jurado calificador, en el Facebook UCR y en redes sociales de Chefs reconocidos
2. Nota escrita para redes sociales UCR
3. Entrevista y contraportada en el Semanario Universidad
4. Artículos promocionales UCR

AL ACEPTAR PARTICIPAR EN EL CONCURSO, CADA PERSONA:

- Las recetas, fotos, videos o cualquier otro material aportado podrán ser utilizados en las redes sociales, sitio web y medios de comunicación de la UCR con fines de divulgación y educación.
- Certifica y da fe que cuenta con una condición médica óptima para participar en este evento y que cuenta con la condición física y entrenamiento necesario para el mismo.
- Asume todo el riesgo asociado con participar en el Concurso, incluyendo, pero sin limitar, accidentes de tránsito, caídas, contacto con otros participantes, efectos del clima incluyendo, pero sin limitar, temperaturas y humedad extremas, tráfico, condiciones del camino, así como cualquier otro riesgo, los cuales entiende y acepta.
- Conoce y respeta las indicaciones del Ministerio de Salud en relación a la Pandemia por Covid-19, referentes a la forma adecuada de circular en lugares públicos, uso de la mascarilla y careta de forma obligatoria, respeto a las burbujas sociales, manipulación y aseo, restricciones y consideraciones de movilidad en los diferentes medios de transporte.
- Acepta seguir cualquier indicación que cualquier representante del Equipo Organizador haga durante cualquier momento del Concurso, incluyendo el derecho del representante de denegar o suspender su participación en el Concurso por cualquier razón que, a su criterio, lo justifique.
- Declara haber leído este Reglamento y otorga su consentimiento informado de conocer que, con pleno uso de sus facultades, releva de cualquier responsabilidad al Organizador, de cualquier reclamo o responsabilidad que pueda surgir de la participación en este Concurso.