



GREEN COUNCIL
環保促進會 主辦機構



煤氣
Towngas 協辦機構



香港綠色日 2021

「惜食識食」有營烹飪大賽

- 主辦機構： 環保促進會
- 協辦機構： 香港中華煤氣有限公司 (煤氣公司 Towngas)
- 初賽截止報名： 2021 年 5 月 30 日 (星期日)
- 決賽日期： 2021 年 6 月 13 日 (星期日)
- 決賽時間： 上午 9 時 30 分至下午 12 時 30 分 (請提前 15 分鐘到達)
- 決賽地點： 煤氣烹飪中心
(銅鑼灣波斯富街 99 號利舞臺廣場 9 樓)

比賽簡介：

環保由生活做起，當中「惜食」更是不可或缺！選用有營養的食材，鼓勵珍惜食物及減少剩食，更可以令人吃得健康，而且物盡其用，一舉多得。環保促進會將與煤氣公司合作舉辦香港綠色日「惜食識食」有營烹飪大賽，透過選購和煮食過程中宣揚環保。

參賽組別需要自行創作符合「惜食識食」有營食譜，並提交照片。經評審後，最後 6 強的優秀隊伍可以晉身決賽，即席烹調菜式供評判品嚐，贏取豐富獎品及獲頒發證書。所有入圍作品亦將會結集成食譜，讓更多家庭可以分享箇中心得。有關各活動詳情，請參閱以下比賽章程。

歡迎任何人士參加，費用全免。如有興趣，請填妥報名表格，電郵至 hkgreenday@greencouncil.org。

查詢電話：

2810 1122 (環保促進會 周小姐)



香港綠色日 2021 「惜食識食」有營烹飪大賽

對象： 歡迎任何人士參與，每隊最多 2 人，亦可以個人身分參與

報名日期： 即日起至 2021 年 5 月 30 日 (星期日)

參賽程序： 遞交「惜食識食」食譜及照片(包括完成品 1-2 張及步驟最多 10 張)；經評選後，評審團會選出 6 隊隊伍入圍；入圍隊伍將獲邀出席 6 月 13 日的決賽，並於當日即席烹調參賽菜式，供評判品嚐及評分。

照片範例：



菜式： 時令健康的環保菜式 (一餸一湯) 或 (兩餸)
2 人份量，限時 1 小時 (連材料準備及烹調)

評分標準：

- (25%) 時令/低碳/有機/環保食材選擇
- (25%) 製作過程合符環保惜食原則 (如份量控制、菜式處理)
- (25%) 味道
- (25%) 賣相及營養價值

獎項：

冠軍： 李錦記醬料特大禮品包、昂坪 360 水晶車廂成人來回纜車車票 4 套、面子集團精美禮品

亞軍： 李錦記醬料大禮品包、昂坪 360 標準車廂成人來回纜車車票 4 套、面子集團精美禮品

季軍： 李錦記醬料標準禮品包、昂坪 360 標準車廂成人來回纜車車票 2 套、面子集團精美禮品

決賽入圍： 李錦記醬料禮品包及面子集團精美禮品

備註：

1. 所有入圍菜式及其他優秀參賽菜式之食譜將於網上分享供市民瀏覽
2. 進入決賽之隊伍需自備食材，所有材料由隊伍自費

1. 每隊只可遞交一份參賽表格。
2. 所有遞交之食譜必須全新創作。如經發現或遭相關版權擁有者檢舉並證實抄襲後，主辦機構有權保留取消抄襲者參賽資格的權利，除追回上述禮品外，參賽者須負全部法律及賠償責任，不得異議。
3. 主辦機構有權使用有關參賽者作品相片及食譜內容作宣傳及推廣用途。
4. 主辦機構有權修改活動流程，參賽者不得異議。
5. 參加者所提供的個人資料，只會用於是次活動有關事宜。
6. 香港時令食材供應可[按此](#)參考。「低碳煮食貼士」可[按此](#)參考。