



RECEPTVERSENY

JÁSZAPÁTI
PRAXISKÖZÖSSÉG

AZ EGÉSZSÉGES TÁPLÁLKOZÁS JEGYÉBEN

**Beküldési határidő:
2017. április 23.**

A receptverseny nyertesei a jászapáti
Majálison vehetik majd át díjaikat!

**Téma: „Barátaid vendégségbe érkeznek,
de Ők negatív véleménnyel vannak az
egészséges táplálkozásról. Győzd meg őket
arról, hogy az egészséges is lehet finom,
varázsold el őket az általad készített
egészséges vacsorával!”**

Minden pályázó 1 főétellel ÉS mellé 1
desszerttel vehet részt a versenyben, valamint automatikusan
és térítésmentesen hozzájárul receptjének megjelentetéséhez!

Az elbírálás szempontjai: az étel az egészséges táplálkozás ajánlásainak megfelelően.
Növényi eredetű zsiradékot használjon az állati helyett, minél kevesebb sót, cukrot tartalmazzon, fe-
lesleges kalóriától mentes, könnyen és gyorsan elkészíthető legyen, és ne legyen költséges! A receptek
hozzávalóit 4 főre kérjük megadni. A recept után kérjük, írja le a sütés-főzés során használt fűszer,
összetevők pozitív hatásait, és egyéb érdekességeket, amit fontosnak tart, az ön által készített ételről!

Várjuk az ételekről készített fotót - lehet többet is - ennek hiányában érvénytelen a pályázat!

A Receptversenyen Jászapáti, Jászakisér és Jászivány lakosai vehetnek részt!

Akik elbírálják az Önök receptjeit: A zsűri elnöke: Bakos Judit, dietetikus. A zsűri tagjai:
Dr. Völgyi István, háziorvos, Palik Petra, praxisközösségi nővér, Elek Ágnes, okleveles
táplálkozástudományi szakember.

A pályázatokat névvel, lakcímmel, telefonszámmal a következő módok egyikén juttathatja el hozzánk:
e-mailben: elek.agnes89@gmail.com , postán: Elek Ágnes, 5130 Jászapáti, Kossuth u. 18.
személyesen: Jászapáti, Egészség-Lak (Kossuth u. 18., „régis Bőlcsođe”)
Kérdés esetén ezt a telefonszámot hívhatja: 06 70 491 2391

**A NYERTEST REFORM KONYHATECHNOLÓGIAI ESZKÖZZEL JUTALMAZZUK.
A MÁSODIK HELYEZETTET KONYHAI ESZKÖZÖKKEL DÍJAZZUK,
A HARMADIK HELYEZETT KÖNYVJUTALOMBAN RÉSZESÜL.**