



MENÚ DE 3 TIEMPOS

INSTRUCTIVO TÉCNICO E INSTRUMENTO DE EVALUACIÓN





MENÚ TÍPICO REGIONAL DE TRES TIEMPOS CON MARIDAJE

Instructivo Técnico

OBJETIVO: Promover el desarrollo de las habilidades prácticas y creativas en el área de preparación de alimentos y bebidas, incentivando la tradición cultural, el profesionalismo y la sana convivencia entre los estudiantes de nivel medio superior así mismo, a través de la preparación de platillos, impulsando su formación gastronómica.

PRIMERA

Podrán participar estudiantes regulares inscritos en planteles de la DGETAyCM.

- Cada estado podrá registrar hasta 3 (tres) **participantes** quienes conformarán una brigada.

SEGUNDA

La brigada en competencia deberá realizar un menú de tres tiempos cumpliendo las siguientes características:

1. ENTRADA- COCINA FRÍA

- Elaboración de entradas frías, ensaladas, o terrinas con proteína seleccionada según las características regionales (mariscos, carnes rojas, blancas o alternativas de origen vegetal).
- Se evaluará la higiene, armonía de sabores, balance nutricional, técnicas de corte, decoración y presentación.

2. PLATO FUERTE- COCINA CALIENTE Y MARIDAJE MOCTELERÍA DE AUTOR (SIN ALCOHOL):

- Elaboración de un platillo principal, donde los participantes resalten los sabores de su estado, el plato deberá tener como elemento central una proteína indistinta (mariscos, carnes rojas, blancas o alternativas de origen vegetal) con guarnición a base de carbohidratos o vegetales y una salsa.





- El maridaje será un mocktail de autor (cóctel sin alcohol) que resalte los sabores del plato fuerte buscando un balance y armonía entre él y el plato fuerte.
- Se valorará el uso adecuado de técnicas culinarias, cocción, sabor, textura, presentación y creatividad.

3. POSTRE- PANADERÍA Y REPOSTERÍA

- La elaboración del pan o postre como tercer tiempo será a libre elección buscando tenga correlación con sus platos antecesores siempre rescatando los valores gastronómicos de México.
- Se valorará el uso adecuado de técnicas culinarias, cocción, sabor, textura, presentación y creatividad.

TERCERA:

REQUISITOS DE PARTICIPACIÓN

- Llenar ficha de registro en tiempo y forma.
- Presentar carta aval de la institución educativa.
- Entregar la propuesta de menú especificando los tres tiempos y maridaje a elaborar en el concurso (antes del concurso), impreso en 5 (cinco) tantos, tal como se presenta de manera formal para un evento.
- Firmar carta responsiva.
- Cada brigada de trabajo deberá presentar su receta escrita (ingredientes y procedimientos) en formato impreso al momento del concurso en cinco (5) tantos.
- Portar uniforme completo de cocina (pantalón negro, filipina, mandil, cofia/gorro, cubrebocas y dos caballos).
- Los ingredientes deberán ser cubiertos por la escuela participante llevando la cantidad necesaria para 4 comensales.
- Adicionalmente, cada brigada participante elegirá un platillo de su menú el cual además de preparar para 4 comensales, deberá disponer para degustación a 50 personas en la muestra gastronómica posterior al concurso.
- Cada brigada traerá consigo jabón lava trastes para dejar sus utensilios y espacio limpios.





CUARTA:

TIEMPO DE PREPARACIÓN

- Primer tiempo-Cocina fría: 60 minutos (15 minutos de mise en place y 45 minutos para la elaboración y presentación del plato)
- Segundo tiempo-Cocina Caliente: 150 minutos. (30 minutos de mise en place y 120 minutos para la elaboración y presentación del plato y el mocktail maridaje)
- Tercer tiempo-Panadería y repostería: 120 minutos. (30 minutos de mise en place y 90 minutos para la elaboración y presentación del plato)

NOTA: MONTAR CUATRO PLATOS POR TIEMPO, TRES SERÁN PARA JUECEO Y EL CUARTO SALDRÁ A LA EXPOSICIÓN GASTRONÓMICA.

QUINTA:

NORMAS DE COMPETENCIA

- El primer tiempo deberá ser servido en los primeros 60 minutos al jurado calificador por un integrante del equipo que deberá explicar la elaboración de este y la justificación de su elección mientras los demás participantes se quedan trabajando en el siguiente tiempo.
- El segundo tiempo deberá presentarse en los siguientes 150 minutos al jurado calificador por un integrante del equipo mientras los demás participantes se quedan trabajando en el siguiente tiempo. El mocktail se presentará junto con el plato fuerte explicando ambos procedimientos de elaboración y justificación del maridaje.
- El tercer y último tiempo deberá ser servido en los últimos 120 minutos al jurado calificador por todo el equipo que deberá explicar la elaboración de este y la justificación de su elección, una vez terminada la explicación del tercer tiempo, también deberán explicar el concepto general de su menú.
- Si se excede del tiempo establecido existirán penalizaciones a la calificación:
 1. De 0 a 5 minutos: menos 3 puntos.
 2. De 6 a 10 minutos: menos 6 puntos.
 3. Si 10 a 20 minutos (tiempo máximo tolerado): menos 10 puntos.
- Las brigadas de trabajo podrán presentar al jurado antes del tiempo establecido sus platos para no poner en riesgo la integridad de este, lo que no tendrá ninguna penalización ni favorecerá al resultado final, pudiendo utilizar el





tiempo extra en la siguiente etapa.

SEXTA:

CRITERIOS DE EVALUACIÓN Y JUECEO

- Creatividad y presentación: 25 puntos.
- Sabor, aroma y balance: 20 puntos.
- Técnica y dominio de procedimientos culinarios: 40 puntos.
- Higiene y manejo de insumos: 15 puntos.

El jurado estará integrado por especialistas en el área gastronómica y de hospitalidad. Cada tiempo del menú será calificado de manera individual por los criterios de evaluación, pero el resultado final e inapelable será la sumatoria de los tres puntajes obtenidos en la evaluación de cada tiempo, con los que cada brigada podrá obtener un máximo de 300 puntos.

SÉPTIMA:

EQUIPO Y MATERIALES

- La Universidad sede proporcionará un espacio a cada brigada donde podrán disponer de mesa de trabajo, estufa y horno.
- La Universidad sede proporcionará los utensilios e instrumentos para elaborar sus platillos, mismos que serán facilitados a contra entrega de una requisición que deberá llenar y firmar el asesor del equipo participante, además de entregar identificación oficial, que será devuelta una vez que se entreguen los materiales y utensilios concedidos.
- Se prohíbe el uso de ingredientes con alcohol en las presentaciones de degustación para jurado.

OCTAVA

SEGURIDAD E HIGIENE

- Es obligatorio el uso de gorro, mandil, pantalón negro, filipina y cubrebocas.
- Los participantes deberán mantener el área de trabajo limpia y ordenada, además de dejarla así al término de su participación.
- El incumplimiento de las normas de higiene será motivo de amonestación, descontando puntuación en el rubro de higiene.





NOVENA

PREMIACIÓN

Se premiarán los tres primeros lugares, siendo estos los que obtengan la mayor puntuación en la sumatoria de los tres tiempos de su menú.

DÉCIMA

TRANSITORIOS

Los aspectos no previstos en esta convocatoria serán resueltos por el comité organizador y el cuerpo de jueces.





PRESENTACIÓN Y DEGUSTACIÓN DE PLATILLO TÍPICO DE LOS 32 ESTADOS

La Muestra Gastronómica tiene como propósito promover la cultura gastronómica mediante la exhibición de platillos regionales dignos de ser representados por los planteles establecidos, así como el fomento al trabajo en equipo, la creatividad y el respeto por las tradiciones culinarias. La muestra se llevará a cabo de acuerdo con las siguientes consideraciones:

1. Podrán participar alumnas y/o alumnos por brigadas (mínimo 2, máximo 3, inscritos en cualquier plantel del subsistema en el área de alimentos y bebidas o carreras afines, representando a su estado (pudiendo participar una brigada por estado).
2. Cada estado participará con un menú de 3 tiempos, el cual deberá ser típico del estado que representa. Dicho menú se realizará en la fase de competencia, de los cuales, solo uno de sus tiempos (a elegir por la brigada participante) será preparado y dispuesto para degustación (porciones pequeñas) para 50 personas, mientras que los 3 tiempos serán dispuestos en el stand para muestra visual.
3. Para la presentación del Stand cada equipo contará con:
 - **1 mesa** asignada (aprox. 1.80 m).
 - **1 mantel.**
 - Para la exposición del platillo los participantes deberán de portar vestimenta adecuada como filipina y pantalón negro.
 - El montaje del platillo quedará a cargo de la brigada participante y podrán ser auxiliados por el docente asesor (solo en la etapa del montaje para la muestra).
 - Cada brigada tiene la responsabilidad de adquirir y/o llevar los elementos necesarios para la decoración de su stand.
 - Las brigadas participantes pueden decorar su stand con accesorios que armonicen con su platillo y temática (opcional), como manteles adicionales, servilletas decorativas, carteles con el nombre del platillo, ingredientes principales y breve historia, elementos culturales relacionados (artesanías, mini decoraciones, flores artificiales).





4. Elementos prohibidos:

- Velas reales, fuego abierto o braseros.
- Objetos punzocortantes visibles como parte decorativa.
- Alcohol.

5. Horarios

Montaje del Stand a partir de las 13:30 pm

Lugar: velaría de la expo ganadera

Hora: una vez terminado el concurso de alimentos.

Día: 2 del evento.

Desmontaje: Inmediatamente al cierre del área de exposición.

6. Responsabilidades

Cada equipo es responsable de sus utensilios, decoración y limpieza del área.

El comité organizador no se hace responsable por objetos extraviados y/u olvidados.

NOTA: COMO PARTE DE NUESTRO COMPROMISO CON EL CUIDADO DEL AMBIENTE, AL MOMENTO DE LA MUESTRA, NUESTRAS DEGUSTACIONES NO PODRÁN ER ENTREGADAS EN DESECHABLES DE PLÁSTICO.





Instrumento de Evaluación
“PREPARACIÓN DE ALIMENTOS Y BEBIDAS”

Datos de identificación		
Plantel:	Ubicación del plantel:	Estado:
Participantes:		
1. _____		
2. _____		
3. _____		
Nombre del asesor:		

PRIMER TIEMPO

CRITERIO	PUNTUACIÓN MÁXIMA	PUNTUACIÓN OBTENIDA
CREATIVIDAD Y PRESENTACIÓN	25 PUNTOS	
SABOR, AROMA Y BALANCE	20 PUNTOS	
TÉCNICA Y DOMINIO DE PROCEDIMIENTOS CULINARIOS	40 PUNTOS	
HIGIENE Y MANEJO DE INSUMOS	15 PUNTOS	
SUMA TOTAL	100 PUNTOS	





SEGUNDO TIEMPO

CRITERIO	PUNTUACIÓN MÁXIMA	PUNTUACIÓN OBTENIDA
CREATIVIDAD Y PRESENTACIÓN	25 PUNTOS	
SABOR, AROMA Y BALANCE	20 PUNTOS	
TÉCNICA Y DOMINIO DE PROCEDIMIENTOS CULINARIOS	40 PUNTOS	
HIGIENE Y MANEJO DE INSUMOS	15 PUNTOS	
SUMATORIA TOTAL	100 PUNTOS	

TERCER TIEMPO

CRITERIO	PUNTUACIÓN MÁXIMA	PUNTUACIÓN OBTENIDA
CREATIVIDAD Y PRESENTACIÓN	25 PUNTOS	
SABOR, AROMA Y BALANCE	20 PUNTOS	
TÉCNICA Y DOMINIO DE PROCEDIMIENTOS CULINARIOS	40 PUNTOS	
HIGIENE Y MANEJO DE INSUMOS	15 PUNTOS	
SUMATORIA TOTAL	100 PUNTOS	

SUMA DE 3 TIEMPOS	300 PUNTOS	
----------------------	------------	--

NOMBRE Y FIRMA DEL EVALUADOR

