

NM-Oppgave 2023

Programområde: Kokk og servitørfag

Fag: Kokkfag



Innhold

Oversikt over alle dokumenter til oppgaven

Innhold	2
Innledning.....	3
1. Forord	3
2. Veiledning og instruks til utøverne.....	4
3. Forberedelsesdelen	5
4. Gjennomføringsdelen/konkurransedagen	6
5. Råvareliste	8
6. Tilgjengelige maskiner, materiell og utstyr	10
7. Kompetansemål fra Vg2 kokk- og servitørfag som vektlegges:.....	12
8. Vurderingskriterier	13
9. Gjenkjenningsskjema.....	15
10. Plassdommerskjema.....	16
11. Smaksdommerskjema	20

Innledning

Skolekonkurranser skal være med å motivere gjennom mestring, ved å gi elevene praktiske og realistiske oppgaver. Oppgavene er laget som en forberedelse til eksamen, og er tenkt som en naturlig metode i forhold til opplæringen innenfor yrkesfag.

1. Forord

Oppgaven er basert på en praktisk individuell oppgave relatert til tverrfaglig eksamen. Utgangspunktet er fagets læreplanmål for Vg2.

Oppgaven er laget slik at alle skal stille på likt og rettferdig grunnlag.

I dokumentet finnes også kriteriene som legges til grunn for forberedelse og gjennomføring, råvareliste, utstysliste og vurdering.

2. Veiledning og instruks til utøverne

Informasjon:

Det vil bli sendt informasjon ut til utøverskolene før arrangementet:

- Om sted og tidspunkt for åpningssermoni.
- I hvilken gruppe og tidspunkt du skal starte konkurransen.
- Det blir gitt en obligatorisk HMS gjennomgang av alt utstyr og lokaler i forhold til rømningsveier ol.
- Oppgaven gjennomgås for at dere skal bli trygge og vite hva som skjer konkurransedagen.
- Kandidaten får 20 minutter til å gjennomgå sin matkasse og du har selv ansvaret for den.
- Det blir mulighet til å stille spørsmål.

3. Forberedelsesdelen

Oppgaven – Maritim smak

- Du skal lage og levere en 2 -retters middags meny med **maritim smak**, hovedrett og dessert. Du må forholde deg til råvarelisten som er lengre bak i dokumentet, når du planlegger menyen.
- En du bruker råvarene i rettene skal du tenke bærekraft. Hvis minst på en råvare hvordan du har tenkt bærekraft. Dette skal komme frem i menyen og i presentasjonen til dommerne. Du skal også levere en skriftlig presentasjon av den bærekraftige råvaren din.
- Det skal planlegges og lages mat til 8 personer.
- Metningsgarnityret skal du lage ut fra «**mysteriøs basket**» som settes frem på konkurransedagen. Du kan da også supplere med råvarer som står oppført på råvarelisten under metnings garnityr.

Følgende kriterier gjelder:

- Konkurransen tiden er totalt 4 timer, hvor hovedrett skal serveres etter 3 timer og dessert etter 3,5 timer.
- Du bør øve inn ulike alternativer for metningsgarnityr, og ha med oppskrifter. I tillegg til «mysteriøs basket» kan du bruke råvarer som står på råvarelisten til produksjon av metningsgarnityret.
- Rettene skal presenteres for smaksdommerne.
- **For å delta må det leveres ett dokument som inneholder:**
 - Ferdig skrevet meny ut ifra vedlagte råvareliste og anledning, aktuelle allergener skal være opplyst i henhold til gjeldende regelverk.
 - Begrunnelse av meny
 - Beskrivelse av bærekraftig råvare valg
 - Råvareliste med mengde over alle ingrediensene.
 - Arbeidsplan

Forberedelsesdelen med vedlegg sendes 2 uker før konkurransedagen til:

Anne Helene Øpstebo, avdelingsleder Restaurant- og matfag, Sandsli videregående skole,

e-post: anne.helene.opstebo@vlfk.no Hun som vil bekrefte mottatt e-post.

4. Gjennomføringsdelen/konkurransedagen

Konkurransedagen gjelder følgende kriterier:

- **15 minutter** i forkant av konkurransen kan benyttes til å klargjøre egen arbeidsplass. Da vil du også få tilgang til «mysteriøs basket» som skal brukes til metningsgarnityret.
- **4 timer** er avsatt totalt til å fullføre konkurransen.
- Hovedretten skal serveres etter **3 timer** og desserten skal serveres etter **3,5 timer**.
- Vasking og rydding inngår i konkurransen og stasjonen **skal være ferdig vasket etter 4 timer**.
- Lage en 2 retters meny og ut ifra beskrevet meny, mengdeberegning, råvarebestilling og arbeidsplan.
- Det er ikke tillatt å ha med egne råvarer.
- Rettene skal ha en tradisjonell framstilling, kandidaten bestemmer selv utforming, innhold etc.
- Rettene skal presenteres for dommere – hvor du legger vekt på begrunnelsen du har valgt for rettene.
- Du vil under konkurransen ha en servitør som skal servere dine retter. Dere har 15 minutter i løpet av konkurranse tiden til å snakke sammen om servering og valg av service.
- Hovedretten skal anrettes **på fat for engelsk servering til 4 personer, og 4 personer på tallerken, 3 til dommere og 1 til utstilling**.
- Dessert skal anrettes **for amerikansk servering, 4 til gjester, 3 til dommere og en 1 til utstilling**
- Arrangør stiller med nøytralt porselen til bruk for anretning. Det er ikke tillatt å bruke medbrakt porselen.

- Dommerne kan kun stille avklarende spørsmål rundt oppgaven underveis i skolekonkurransen.
- **Uniform:** utøverne stiller i eget arbeidsantrekk som brukes ved den enkelte skole.
- Dokumentasjon for vurdering kan være skriftlig, billedtaking, videoopptak, observasjon og oppklarende spørsmål som vil danne grunnlaget for en helhetlig vurdering av utøverens kompetanse og sluttproduktet.
- Vurderingen tar utgangspunkt i læreplan og omfatter både forberedelsen, gjennomføringsdelen og tar utgangspunkt i vurderingskriteriene.
- Svare på gjenkjenningsoppgave og besvare på faguttrykk

5. Råvareliste

I tillegg til råvarene som er opplistet under, er de råvarer som finnes naturlig på et kjøkken tilgjengelig (mel, krydder, salt, pepper, sukker, vaniljesukker, melis etc.).

Råvare	Råvare
Hovedråvare hovedrett:	Diverse:
Torskefilet med skinn og bein 2kg	Sitron
Grønnsaker:	Egg
De 4 store	Tomatpuré
Hodekål	Gjær, fersk pk a 50 g
Vårløk	Griljermel
Grønn asperges	Rapsolje
Rødbete	Olivenolje
Blomkål	Epleeddik
Sjalottløk	Sennep Dijon
Spinat	Hvitvin og rødvin
Klimatomat	Spekeskinke
Gul squash	Appelsin
https://www.reklima.no/klimatomater	
Kraft:	Råvarer tilgjengelig til dessert:
Fiskekraftkraft	Eple
Melkeprodukter/ost:	Pære
Fløte	Honning
Seter rømme	Frosne Blåbær
Crème fraiche original	Jordbær,frisk til pynt og frossen
H-melk	G-35
	Frisk rips til pynt
	Kiwi
	Hvit sjokolade
	Hasselnøtter
Smør usaltet/normalsaltet	Råvarer som kan brukes til mentningsgarnityr utover «mysterious basket»
Chevre naturell Haukeli	Hvitløk
	Smør
	Fløte
Urter:	Gressløk og persille
Gressløk	Kepaløk
Bladpersille	Jarlsberg
Dill	+ krydder som er naturlig på lager
Sveitsisk mynte	

6. Tilgjengelige maskiner, materiell og utstyr

Det forutsettes at konkurranseoppgaven kan løses med maskinene, utstyret og materiellet som er spesifisert under. Dersom det er behov for annet utstyr må utøverne selv ta det med. Det forventes at utøverne har med **egne håndverktøy** (kniver). Alt av eget utstyr må være godt merket.

Det vil være faglærere tilstede, som er kjent med maskiner og utstyr, under hele konkurransen.

Dersom dere på forhånd har spørsmål om maskiner og utstyr rettes alle henvendelser til Anne Helene Øpstebo, e-post: Anne.Helene.Opstebo@vlfk.no

Utstyrsliste:

Utstyr:	Kommentar:
1 Ballong visp 35 cm	
1 Visp 40 cm	
1 Slikkepott 30 cm	
1 Slikkepott 24 cm	
1 Sleiv 27 cm	
1 Sleiv med hull 35 cm	
1 Litermål gradert 1,0	
1 Steke spade m/ knekk	
1 Skummesleiv	
1 stk platetopp elektrisk to plater	
1 stk platetopp induksjon to plater	
1 stk Convection ovn	
1 Frityr øse	
Skjærefjølør plast	
Ass. Kasseroller i stål	
2 Stekepanne m. og u.	

titanbelegg	
Rotskreller og potetskreller	
Rivjern	
1 Øse 6 cl	
1 Øse 18 cl	
1 Øse 18 cl	
1 Stålbolle 2	
1 Stålbolle 3l	
1 Stålbolle 4l	
1 Spissil20 cm	
1 Kjevle	
1 food prosessor	
1 Miksmaster type Kenwood	
1 Stavmikser	
1/1 GN Gastrobakker og brett	
I tillegg vil det være tilgjengelig følgende utstyr for deling med øvrige utøvere:	
<ul style="list-style-type: none">• 1 stk vakuumpakkemaskin for deling med øvrige utøvere• 2 stk frityrkoker for deling med øvrige utøvere• 2 stk kombidamper Electrolux	

7. Kompetansemål fra Vg2 kokk- og servitørfag som vektlegges:

RÅVARE, PRODUKSJON, SALG OG SERVICE

- planlegge, produsere, dokumentere og vurdere produkt ut fra oppskrift, ønsket mengde, råvarevalg, produksjonsmetode og produktbeskrivelse
- praktisere personlig hygiene og følge retningslinjer for næringsmiddel- og produksjonshygiene og reflektere over konsekvenser av å bryte retningslinjene
- vurdere sluttproduktene ut fra produktbeskrivelser og reflektere over sensorisk og hygienisk kvalitet
- utnytte råvarenes produksjonsegenskaper og gjøre rede for hva som skjer med råvarene i en produksjonsprosess og under lagring og omsetning
- produsere og tilby mat og drikke ut fra norsk, samisk og internasjonal kultur og gjøre rede for hva som kan påvirke endringer i forbruksmønster og vareutvalg

BRANSJE OG ARBEIDSLIV

- vurdere sammenhengen mellom råvarevalg, produksjonsmetode, lagring, omsetning og bærekraftig produksjon
- gjøre bærekraftige og etiske valg ved innkjøp, produksjon og avfallshåndtering og reflektere over hvordan overskuddsvarer kan utnyttes
- registrere og beregne kostnader ved svinn, foreslå tiltak for å begrense svinn og drøfte hvilke konsekvenser svinnet har for virksomhetens økonomi

8. Vurderingskriterier

Vurderingskriterier		
<p>Følgende blir vektlagt ved bedømming/vurdering:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Skriftlige innleverte meny med allergener, arbeidsplan, beskrivelse av lokal råvare/produsent og bestillingsliste med mengder • At du følger tema for oppgaven – maritimt smaker • Hygiene, renhold og orden, HMS • Smak og anretning • Råvarebehandling, økonomi, råvareutnyttelse/svinn • Presentasjon og kreativitet • Gjenkjenne objekter i gjenkjenningsoppgaven og besvarelse av faguttrykk • Besvare oppklarende spørsmål vedrørende oppgaven fra dommerne underveis. 		
Laveste nivå: 1 – 2 poeng	Mellomste nivå: 3 – 4 poeng	Høyeste nivå 5 – 6 poeng
<p>Må det leveres en enkel arbeidsplan som beskriver hvordan utøveren løser oppgaven.</p> <p>Må det leveres en enkel meny med allergenmerking og som viser at du følger temaet i oppgaven. Har få og enkle tilberednings metoder</p> <p>Må det leveres råvareliste. Må kunne vise til at man tar noe hensyn til utnyttelse av råvarer.</p> <p>Må holde tilfredsstillende personlig, produksjon- og næringsmiddelhygiene.</p> <p>Rettene anrettetes på en enkel og pen måte og smaker godt.</p>	<p>Må det leveres en god arbeidsplan som beskriver hvordan utøveren løser oppgaven.</p> <p>Må det leveres en oversiktlig og korrekt meny med allergenmerking, følger tydelig temaet i oppgaven og har flere ulike tilberedningsmetoder.</p> <p>Må det leveres råvareliste med mengdeberegning. Må kunne vise til bærekraftig utnyttelse av råvarer.</p> <p>Må holde god personlig, produksjon- og næringsmiddelhygiene.</p> <p>Rettene anrettetes på en estetisk måte og har smaker som harmonerer godt med hverandre.</p>	<p>Må det leveres en beskrivende og oversiktlig arbeidsplan.</p> <p>Må det leveres en korrekt meny med allergenmerking og godt menyspråk. Følger temaet og har kreative og flere ulike tilberedningsmetoder.</p> <p>Må det leveres råvareliste som viser til god mengdeberegning. Må kunne vise til god bærekraftig utnyttelse av råvarer.</p> <p>Må holde meget god personlig, produksjon- og næringsmiddelhygiene.</p> <p>Rettene må være estetisk anrettet og ha gode smaker og konsistenser som harmonerer godt med hverandre.</p>

<p>Ha en enkel muntlig presentasjon av rettene til dommere, har med deres bærekraft tiltak</p> <p>Må kunne besvare oppklarende spørsmål fra dommerne</p>	<p>Ha en god muntlig presentasjon av rettene til dommerne, har god presentasjon hvordan de har bygd inn bærekraft</p> <p>Må kunne besvare oppklarende spørsmål fra dommerne med utfyllende svar.</p>	<p>Ha en meget god muntlig presentasjon av rettene og hvordan de tenker helhetlig gjennom menyen med bærekraft og god refleksjon</p> <p>Må kunne besvare oppklarende spørsmål fra dommerne med utfyllende og reflekterende svar.</p>
--	--	--

9. Gjenkjenningsskjema

Navn på utøver:

Nummer:	Produkt/Råvare:	Riktig svar = V
1.		
2.		
3.		
4.		
5.		
6.		

Faguttrykk

10. Plassdommerskjema

1		Hovedrett		Dessert	
	Hygiene; 20 poeng	Hygiene, renhold og orden og HMS			
	Korrekt yrkesmessig håndverk; 15 poeng organisering service etc 5 poeng Tidsfradrag Minus 1 poeng per påbegynt min. Total max. 40 poeng	Planleggingsdel Råvarebehandling, økonomi, råvareutnyttelse/svinn			
2		Hovedrett		Dessert	
	Hygiene; 20 poeng	Hygiene, renhold og orden og HMS			
	Korrekt yrkesmessig håndverk; 15 poeng organisering service etc 5 poeng Tidsfradrag Minus 1 poeng per påbegynt min. Totalt max 40 poeng	Planleggingsdel Råvarebehandling, økonomi, råvareutnyttelse/svinn			

3			Hovedrett	Dessert
	Hygiene; 20 poeng	Hygiene, renhold og orden og HMS		
	Korrekt yrkesmessig håndverk; 15 poeng organisering service etc 5 poeng Tidsfradrag Minus 1 poeng per påbegynt min. Totalt max 40 poeng	Planleggingsdel Råvarebehandling, økonomi, råvareutnyttelse/svinn		
4			Hovedrett	Dessert
	Hygiene; 20 poeng	Hygiene, renhold og orden og HMS		
	Korrekt yrkesmessig håndverk; 15 poeng organisering service etc 5 poeng Tidsfradrag Minus 1 poeng per påbegynt min.	Planleggingsdel Råvarebehandling, økonomi, råvareutnyttelse/svinn		

	Totalt max 40 poeng			
5		Hovedrett		Dessert
	Hygiene; 20 poeng	Hygiene, renhold og orden og HMS		
	Korrekt yrkesmessig håndverk; 15 poeng organisering service etc 5 poeng Tidsfradrag Minus 1 poeng per påbegynt min. Totalt max 40 poeng	Planleggingsdel Råvarebehandling, økonomi, råvareutnyttelse/svinn		
6		Hovedrett		Dessert
	Hygiene; 20 poeng	Hygiene, renhold og orden og HMS		
	Korrekt yrkesmessig håndverk; 15 poeng organisering service etc 5 poeng Tidsfradrag Minus 1 poeng per påbegynt min.	Planleggingsdel Råvarebehandling, økonomi, råvareutnyttelse/svinn		

	Totalt max 40 poeng			
--	---------------------	--	--	--

11. Smaksdommerskjema

1			Hovedrett	Dessert
	Anretning og presentasjon; 10 poeng	Anretning Presentasjon og kreativitet		
	Smak 50 poeng			
2			Hovedrett	Dessert
	Anretning og presentasjon; 10 poeng	Anretning Presentasjon og kreativitet		
	Smak 50 poeng			
3			Hovedrett	Dessert
	Anretning og presentasjon; 10 poeng	Anretning Presentasjon og kreativitet		
	Smak 50 poeng			

4			Hovedrett	Dessert
	Anretning og presentasjon; 10 poeng	Anretning Presentasjon og kreativitet		
	Smak 50 poeng			
5			Hovedrett	Dessert
	Anretning og presentasjon; 10 poeng	Anretning Presentasjon og kreativitet		
	Smak 50 poeng			
6			Hovedrett	Dessert
	Anretning og presentasjon; 10 poeng	Anretning Presentasjon og kreativitet		
	Smak 50 poeng			