



NM-oppgave 2020

Programområde: **Kokk- og servitørfag**

Fag: **Kokkfag**



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. INNHOLD

Oversikt over alle dokumenter til oppgaven

1. Forord
2. Veiledning og instruks for deltagerne
3. Forberedelse, oppgaven og innlevering
4. Gjennomføringsdelen konkurransedagen
5. Råvareliste
6. Tilgjengelige maskiner og utstyr for å kunne løse oppgaven
7. Kompetansemål som vektlegges
8. Vurderingskriterier
9. Gjenkjenningsoppgave
10. Dommerskjemaet

2. 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, utstyrsliste og vurdering.

3. VEILEDNING OG INSTRUKS TIL DELTAKERNE

Åpningsseremoni DATO: 21.april 2020 klokken 10.00

Informasjonsmøte vil bli avholdt umiddelbart etter at åpningsseremonien er avsluttet.

Informasjon

- 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.
- Det blir mulighet til å stille spørsmål.
- Du får vite hvilken gruppe og tidspunkt du skal starte på informasjonsmøtet 21.april.
- Du får 20 minutter til å gjennomgå din matkasse og har selv ansvaret for den.

4. FORBEREDELSESEDELEN

Oppgaven

- Du skal lage og levere en 2-retters middags meny, hovedrett og dessert. Du må forholde deg til råvarelisten som er lengre bak i dokumentet, når du planlegger menyen.
- Det skal planlegges for 8 personer.
- Desserten skal være en terte av råvarer oppgitt på råvarelisten. (Må ikke bruke alle råvarene som er listet opp, under dessert).
- Metningsgarnityret skal du lage ut fra «mysterious basket» som settes frem på konkurransedagen.

Følgende kriterier gjelder:

- Konkurransetiden 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 «mysterious basket» kan du bruke råvarer som står på råvarelisten til produksjon av metningsgarnityret.
- Rettene skal presenteres for smaksdommerne.
- Du må ha med egne terteformer til desserten

- **For å delta må det leveres (en fil):**
Ferdig skrevet meny ut ifra vedlagte råvareliste og anledning, aktuelle allergener skal være opplyst i henhold til gjeldende regelverk.
- Begrunnelse av meny
- Råvareliste med mengde over alle ingrediensene.
- Arbeidsplan

Forberedelsedelen med vedlegg sendes 2 uker før konkurransedagen til: e-post:

rina.myrrusten@vtfk.no som vil bekrefte mottatt e-post.

5. Gjennomføringsdelen/konkurransedagen

På konkurransedagen gjelder følgende kriterier:

- **15 minutter** i forkant av konkurransen kan benyttes til å klargjøre egen arbeidsplass. Da vil du også få tilgang til «mysterios 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.
- Desserten skal være en terte. Du kan bruke råvarer som er listet opp under dessert på råvarelisten, og på listen generelt.
- 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.
- 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:** deltagerne 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 deltagerens kompetanse og sluttproduktet.
- Vurderingen tar utgangspunkt i læreplan og omfatter både forberedelsen og gjennomføringsdelen og tar utgangspunkt i vurderingskriteriene.
- Svare på gjenkjenningsoppgave

6. 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:	Grønnsaker:
Lyr, hel med hode	Kålrot, økologisk
Hovedråvarer dessert:	Gulrot
Mandler	Sellerirot
Hasselnøtter	Persillerot
Sitron	Pastinakk
Lime	Squash grønn
Eple	Paprika (rød, grønn og gul)
Mango	Romanesco
Mandelmel	Aspargesbønner
Kraft:	Rødløk/kepaløk
Fiskekraft	Sjalottløk
Melkeprodukter/ost:	Purreløk
Fløte	Blomkål
Sæter rømme	Fennikel
Crème fraîche	Ruccola
H-melk	Spinat, renset
Ost Norvegia	Klimatomater
Smør usaltet/normalsaltet	https://www.vesar.no/aktuelt/klimavennlige-tomater/
Parmesan	Agurk
Egg	Aromasopp
Diverse:	Sitron/lime
Hermetisk tomat knust	Chili
Hvit-/ rødvinn	Ingefær
Linser	Friske urter:
Soyasaus/kikkoman	Basilikum, potte
Tomatpuré	Dill/flatpersille, bunt 150 gram
Gjær, fersk pk a 50 g	Estragon, potte
Vin eddik (rød, hvit, balsamico)	Timian, potte
Maisenna	Salvie, potte
Brødkrum/Pankomel	Koriander, potte
Frosne grønne erter	Gressløk, bunt 150 gram

7. 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 deltagerne selv ta det med. Det forventes at deltagerne har med **egne håndverktøy** (kniver, spesialutstyr ol.). Alt av eget utstyr må være godt merket. **Husk egne terteformer.**

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

NAVN: Rina Myrrusten e-post: rina.myrrusten@vtfk.no

Utstyrliste

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 gass to plater	
1 stk platetopp induksjon to plater	
1 stk stekeovn, under benk	
1 Frityr øse	
Skjærefjølør plast og tre	
Ass. Kasseroller i stål	
2 Stekepanne 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 deltagere: <ul style="list-style-type: none"> • 1 stk vakuumpakkemaskin for deling med øvrige deltagere • 1 stk Termomix for deling med øvrige deltagere • 1 stk sirkulator for sous vide for deling med øvrige deltagere • 1 stk liten frityrkoker for deling med øvrige deltagere • 2 stk kombidampere Electrolux 	

8. Kompetansemål fra vg2 kokk- og servitørfag som vektlegges:

Råvarer og produksjon

- planlegge, gjennomføre, dokumentere og vurdere eget arbeid i samsvar med gjeldende regelverk og andre styringsdokumenter
- kvalitets vurdere, oppbevare og behandle råvarer og bearbeidede produkter på faglig, etisk og ressursmessig forsvarlig måte
- planlegge, tilberede og anrette retter og måltider ut fra grunnleggende metoder, og ivareta estetiske og sensoriske egenskaper og hensynet til næringsverdi og økonomi
- bruke egnede maskiner og egnet utstyr i produksjonsprosessen
- tilberede og presentere nye og tradisjonelle lokale, regionale, nasjonale og internasjonale retter og menyer på kreativ og estetisk måte
- praktisere god personlig hygiene, produksjonshygiene og godt renhold i samsvar med gjeldende regelverk

Kosthold, ernæring og helse

- lage daglig kost, spesialkost og kost for ulike grupper ut fra den enkeltes ønsker og behov og i tråd med relevant regelverk og andre styringsdokumenter

Servering, bransje og miljø

- forberede måltider som bidrar til helse, velvære og sosialt samkvem
- presentere, anbefale og servere mat, alkoholfrie og alkoholholdige drikkevarer
- følge ergonomiske prinsipper og bruke riktig verneutstyr
- bruke relevante faguttrykk
- gjøre miljøbevisste valg i produksjon og avfallshåndtering

9.VURDERINGSKITERIER

VURDERINGSKITERIER		
<p>Følgende blir vektlagt ved bedømming/vurdering:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Skriftlige innleverte meny, arbeidsplan bestillingsliste med mengder • At du følger tema for oppgaven • Hygiene, renhold og orden, HMS, service og innstilling • Smak og anretning • Råvarebehandling, økonomi, råvareutnyttelse/svinn • Presentasjon og kreativitet • Gjenkjenne objekter i gjenkjenningsoppgaven • 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 skriftlig arbeidsplan som beskriver hvordan deltageren løser oppgaven.</p> <p>Må det leveres en enkel meny med allergenmerking.</p> <p>Må det leveres råvareliste med mengder.</p> <p>Må kunne vise til at man tar noe hensyn til utnyttelse av råvarer.</p> <p>Må holde tilfredsstillende personlig, produksjon- og næringsmiddelhygiene.</p> <p>Må kunne besvare oppklarende spørsmål fra dommerne - <u>enkelt</u>.</p> <p>Rettene må anrettes på en</p>	<p>Må det leveres en god skriftlig arbeidsplan som beskriver hvordan deltageren løser oppgaven.</p> <p>Må det leveres en oversiktlig og korrekt meny med allergenmerking.</p> <p>Må det leveres råvareliste med mengder.</p> <p>Må kunne vise til god utnyttelse av råvarer.</p> <p>Må holde god personlig, produksjon- og næringsmiddelhygiene.</p> <p>Må kunne besvare oppklarende spørsmål fra dommerne med <u>beskrivende svar</u>.</p>	<p>Må det leveres en beskrivende og oversiktlig arbeidsplan.</p> <p>Må det leveres en kreativ meny med korrekt allergenmerking og godt menyspråk.</p> <p>Må det leveres råvareliste med mengder.</p> <p>Må kunne vise til meget god utnyttelse av råvarer.</p> <p>Må holde meget god personlig, produksjon- og næringsmiddelhygiene. Må kunne besvare oppklarende spørsmål fra dommerne med utfyllende svar.</p> <p>Rettene må være estetisk anrettet og har meget gode smaker som harmonerer godt med hverandre</p>

<p>enkel og pen måte og smake godt.</p> <p>Ha en enkel muntlig presentasjon av rettene til dommere</p>	<p>Rettene må anrettetes på en estetisk måte og har smaker som harmonerer godt med hverandre.</p> <p>Ha en god muntlig presentasjon av rettene til dommerne.</p>	<p>Ha en meget god muntlig presentasjon med en historie av råvare/r/retten til dommerne.</p>
--	--	--

10. Gjenkjenningsskjema

Navn på deltager:

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

11. Dommerskjema

Navn på deltager:

Dommer 1 vurdering:	Vurderingskriterier: (Se grunnlag for vurdering på side 5 og 6)	Dommer 2 vurdering:
<input type="checkbox"/>	Planleggingsdel (1-6 poeng)	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	Hygiene, renhold og orden og HMS, serviceinnstilling (1-10 poeng)	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	Smak, anretning (1-10 poeng)	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	Presentasjon og kreativitet (1-10 poeng)	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	Råvarebehandling, økonomi, råvareutnyttelse/svinn (1-10 poeng)	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	Gjenkjenningsoppgave (1-6 poeng)	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/> Sum	Sum poeng (Max 52 poeng).	<input type="checkbox"/> Sum
<input type="checkbox"/>	Tidsbruk (-) + 5 min. = - 2 poeng + 10 min. = - 4 poeng + 15 min = - 6 poeng	
Totalsum <input type="text"/>	Totalvurdering <input type="text"/>	Totalsum <input type="text"/>

Dommer 1

.....

Dommer 2

.....