



Promoting  
Happiness  
Index  
Foundation  
香港提升快樂指數基金

# 「開心廚神大賽」 比賽細則簡介

## 目的

透過參與烹飪比賽，增加「開心工作間」參與公司管理層和員工的合作和默契，亦與持份者共同渡過一個快樂的時光。

## 主辦單位

香港提升快樂指數基金

## 合辦單位

香港中華廠商聯合會、德國寶(香港)有限公司及李錦記集團

## 支持單位對象

中華電力有限公司

## 評審委員會

廚藝協會/學院廚師代表/星級食家及/或基金領導

## 對象

「開心工作間」2024 參與公司/機構

## 組別/形式

8 隊(每節 4 隊比賽)組合及不設個人組，須由管理層和員工各一員組成。每隊可安排一名陪同人員出席。擬參賽隊伍需填寫申請表，評判將根據菜式名稱及材料描述作為選出 8 隊出賽隊伍的依據。

## 日期、時間及地點

2025 年 01 月 11 日(星期六)

下午 2 時 30 分至 5 時 30 分

德國寶土瓜灣「廚樂體驗館」舉行(地址：香港九龍土瓜灣馬頭角道 116 號新寶工商中心高層地下 2-4 室)

## 比賽形式

比賽菜式	參加隊伍可以中外方式烹調，但必須使用大會提供的設備，及大會和大會合辦單位李錦記贊助提供的油、配料、醬料及調味料等。參加隊伍須自購不多於 <u>港幣 250 元</u> 之食材。  註：食材費用可於比賽後向大會申請退還(需連同收據)。
上菜形式和份量	每道菜式備兩份成品，以一碟形式上菜。 - 1 份試味為<7 人份>，供評審外觀及試味 - 1 份展示為<3 人份>，供拍照及展示
上菜用具	由大會提供
材料	1. 所有醬料及調味料全部由大會合辦單位李錦記贊助提供(附件 1)，除了特別申請的額外調味料要求外，參賽隊伍不得異議。 2. 各類菜餚的食材加工，如漲發、剝茸、醃製、煮湯及裝飾雕刻等，可以預先在場外進行。 3. 刀工形成、調味等均可以預先在場外進行。 4. 禁止攜帶預先製作的菜式或任何半成品用作參加比賽。
廚房設備	1. 一切煮食爐具均由大會提供，全部為無火電器產品(附件 2)。 2. 基本工具，包括刀、砧板、鏟鏟、平底鍋、湯煲各一
比賽時間	每隊參賽隊伍需在 45 分鐘內完成一道菜式，逾時完成之菜式將會被扣分。
獎項	「開心廚神大賽」的冠、亞、季軍分別獲得豐富電器禮品或超市現金券及獎狀。

### 評分準則：

味道(35%分)	口味鮮美純正，調味適當，保留食材的原味，主味突出，複合味運用巧妙。
質感(30%)	刀工精湛、規格整齊、汁芡均勻，主輔食材配比合理、火候得當、質感鮮明，符合其應有的特點。
外觀(10%)	色調自然悅目，裝盤美觀，器皿與菜餚協調。
創意(15%)	醬料運用創新，菜式構思巧妙而設計合理，能於烹飪工藝上體現創意及新思維。
快樂感(5%)	菜式能使人有開心的感覺。
合拍性(5%)	參賽隊伍成員能在比賽時表現出很強的合作性。

1. 大會有權取消、刪改或增補任何規則，而毋須事先通告。評審委員會對各規則擁有絕對的詮釋權，參賽者不得異議。
2. 大會及評審委員會對比賽結果擁有最後決定權，參賽者不得異議。
3. 大會有權拒絕任何不遵守大會規則或不符合比賽規則內各項內容的人士比賽。