



By EQUILIBRIUM

## Règlement du concours 2018-2019

Quand la gastronomie invite les «OMEGA 3»

2<sup>ème</sup> édition



[www.omegabon.be](http://www.omegabon.be)



# 01. Le calendrier 2018-2019

---

## **Jeudi 22 novembre 2018:**

Dernier jour pour la remise des recettes par mail à l'adresse suivante : [info@omegabon.be](mailto:info@omegabon.be)

## **lundi 26 novembre 2018:**

Analyse et correction des recettes par un jury lecture qui sera composé de professionnels de la restauration.

## **mardi 27 novembre 2018 :**

Envoi du courrier aux 16 candidats sélectionnés (8 binômes) et aux établissements scolaires dont ils proviennent.

## **Lundi 3 décembre 2018 :**

A partir de 17h, réalisation des capsules vidéo des participants + Coaching stress & vie en vue du concours.

## **Mercredi 17 janvier 2019 :**

A 11h, conférence de presse, suivie d'une réception à la Maison Marit à Braine-l'Alleud.

## **Lundis 21 et 28 janvier 2019 :**

Dès 17h, soirée Coaching en cuisine au Centre Ifapme de Villers-le-Bouillet.

## **Mardi 19 février 2019 :**

Epreuve pratique du concours, présence au centre Ifapme de Villers-le-Bouillet pour 8h00.  
Remise des prix à 16h.

IFAPME Liège/Huy/Waremme.  
Rue de Waremme, 101  
4530 VILLERS-LE-BOUILLET.

## **Concours Epreuve Pratique**

Avec la participation de chefs étoilés et de membres éminents des différentes Associations Gastronomiques telles que :

- Ordre des 33 Master chefs de Belgique.
- Maîtres cuisiniers de Belgique
- Euro toques.
- Génération W.
- Jeunes Restaurateurs d'Europe (JRE)
- Expert skill

Remise des Prix suivie d'une réception.

## 02. Le règlement 2018-2019

---

### Art 1. Accessibilité du concours - Conditions d'admission :

Ce concours s'adresse à des apprenants en restauration tous réseaux confondus. Ils seront âgés de 17ans et +.

La participation au concours se fera sous forme de binômes qui devront réaliser : une entrée et un plat.

Le binôme peut être composé par des deux participants d'écoles différentes.

Pour cette deuxième édition, le nombre de candidats par école est limité à 3 binômes.

Toutefois, il conviendra de se rappeler que seuls les 8 meilleurs binômes seront retenus pour l'épreuve pratique.

### Art 2.: Déroulement des épreuves :

#### 1- Epreuve Ecrite:

**Pour 2 recettes obligatoires: 1 entrée (chaude ou froide) et 1 plat principal (chaud).**

REDACTION D'UN TRAVAIL ECRIT envoyé par courriel à [info@omegabon.be](mailto:info@omegabon.be)

#### **Exigences à respecter:**

- Nombre de couverts à servir : 4.
- Illustration et/ou photos de chaque plat proposé.
- Temps de préparation du menu : 3h30' max mais envoi de l'entrée après 2h de travail et envoi du plat 1h30' après l'entrée.
- Le travail sera réalisé dans la langue usitée dans l'établissement scolaire.

#### **Produits imposés by Equilibrium:**

- La côte à l'os BBB de 1 kg (Bleue des Prés - Jean Gotta)
- Le cœur de saumon fumé (Vendsyssel - SalmInvest)
- Le sprat fumé (Seagull)
- L'huile de lin (Linéo)
- La cuisse de Poulet Tradition Val Dieu (Les élevages du moulin)

L'ensemble des produits ci-dessus doivent être présent dans l'entrée ou le plat.

**Un panier sera mis à la disposition des binômes et sera composé de:**

- Baguettes «Oméga 3»
- Légumes :
  - Betteraves rouges
  - Butternut.
  - Carottes
  - Cerfeuil
  - Céleri Rave
  - Champignons frais
  - Chicons
  - Choux de Bruxelles- chou Frisé- Chou de Milan
  - Cresson des jardins
  - Echalotes.
  - Mâche.
  - Navets.

- Oignons jaunes et rouges.
  - Pain de sucre.
  - Panais.
  - Persil frisé
  - Poireaux.
  - Pommes de terre : Bleu d'Artois-- Cwènes di Gade – Ditta - Agria
  - Pomme d'or, baby boo
  - Potiron.
  - Potimarron
  - Pourpier.
  - Radis noir.
  - Rutabaga.
  - Topinambours.
- Fruits
    - Poire à cuire type St Remy, ...
    - Pommes Jonagold
    - Citrons Jaune et Lime.

### **Economat disponible**

- Produits laitiers courants.
- Epices. Condiments. Aromates.
- Matières premières sèches (courantes).
- Fond de veau lié.
- Fond de volaille clair
- Fumet de poisson

## **2- EPREUVE PRATIQUE :**

Elle sera aux réservée aux 8 binômes sélectionnés par le jury lecture.

### **Réalisations demandées : 1 entrée (chaude ou froide) et 1 plat principal (chaud)**

Pour chaque plat, 4 assiettes devront être réalisées et dressées.

- Les paniers garnis seront fournis par les entreprises partenaires.
  - La bonne gestion de ces produits sera évaluée par le jury.
  - Les économats seront fournis par le Centre Organisateur (suivant fiches techniques du binôme ou des candidats).
  - Aucune préparation ne pourra être apportée ni réalisée avant le début de l'épreuve pratique.
  - Les assiettes de démonstration (format au choix) et le matériel spécifique devront être apportés par les candidats.
  - Les 8 binômes qualifiés débiteront toutes les 10 minutes et auront 2 heures max. pour la réalisation de leur entrée, dressage compris.
- ET
- 1h30' pour le plat principal dressage compris.
- Tout retard d'envoi excédant 5 minutes amènera le candidat à passer son tour et devra présenter son plat en dernier.
  - La côte à l'os sera servie saignante.

Durant le mois qui précède la date du concours, chaque responsable de la Formation, dont dépendent les binômes, pourra prendre contact auprès du Coordinateur du concours afin d'obtenir toutes les informations qu'il jugerait utiles quant à l'équipement de l'atelier, le planning, l'accueil des participants et accompagnants, etc.:

Michael MAINVILLE 0495/67.35.09  
Mainville-michael@hotmail.com

### **Déroulement de l'épreuve pratique, chronologie :**

- 8h30 : Arrivée et accueil des 8 binômes finalistes.
- 9h00 : En tenue professionnelle complète, tirage au sort pour l'ordre de passage.
- 9h30 : Début de l'épreuve.
- 11h30 : Envoi de l'entrée du binôme 1, puis des suivantes, toutes les 10 minutes soit jusque 12h40'.
- 13h00 : Envoi du plat du binôme 1, puis des suivants toutes les 15 minutes soit jusque 14h45'.
- 16h00 : A l'issue des délibérations, proclamation des résultats suivie d'une réception.

### **Pour info :**

Durant l'épreuve pratique, pour le bon déroulement de cette dernière, aucune personne étrangère à l'organisation de ce concours ne pourra être présente dans les cuisines.

Un jury Expert Skill sera présent lors du concours pour vérifier si le binôme gagnant rentre dans les conditions pour repris dans la première sélection Skill.

Seuls les présidents jury salle et cuisine peuvent intervenir après concertation pour changer une règle lors du déroulement du concours.

Tout cas non prévu dans le présent règlement relèvera du pouvoir souverain des Jurys (Lecture - Cuisine-Dégustation).

## **Art 3. Rôle de Comité Organisateur :**

Le Comité Organisateur prend en charge :

- Le règlement du concours.
- La composition du Jury.
- La récolte et encodage des points.
- La récolte et la gestion des lots.
- La bonne organisation du concours.



[www.omegabon.be](http://www.omegabon.be)  
[info@omegabon.be](mailto:info@omegabon.be)