



## JEU CONCOURS LES CORDONS BLEU POUR MARS BLEU,

### Jury composé de grands noms de la cuisine française et aveyronnaise, professionnels de la cuisine et amateurs

Depuis 2004, le mois de mars est dédié à la mobilisation pour le dépistage du cancer colorectal sous l'appellation « Mars Bleu ». De nouveau en 2016, le Comité de sensibilisation pour le dépistage des cancers en Aveyron organise, à cette occasion, un concours de cuisine « **Les cordons bleu pour mars bleu** » ouvert à tous les aveyronnais(es).

Passionné de cuisine ? Amateur reconnu dans votre entourage pour vos talents culinaires ou simplement envie d'apporter votre contribution à la sensibilisation sur le dépistage du cancer colorectal, parce que c'est l'affaire de tous, ce concours s'adresse à vous. L'idée est que l'on peut parler de tout, partout et en toute occasion. C'est pourquoi, votre participation à ce concours sera certes un challenge personnel : gagner le concours mais peut-être plus selon vos souhaits ou votre ambition : se faire le porte-parole du dépistage à travers ce concours et en faisant prendre conscience à votre entourage de son intérêt.

Sur un plat de résistance ou un dessert, le principe du concours est de laisser libre cours à son imagination pour régaler le jury de **la meilleure recette**. Plusieurs conditions : c'est un **plat équilibré** : Des fruits et/ou légumes, des féculents et des protéines (végétales ou animales) ! Le plat peut être chaud ou froid, avec l'obligation de présenter une assiette en « **trompe l'œil** » (voir l'image ci-dessous). Attention à la **saisonnalité** des produits ! Vous n'excéderez pas 5 euros par assiette.

Vous avez du **1<sup>er</sup> janvier au 1<sup>er</sup> mars 2016** pour vous inscrire et envoyer votre recette accompagnée d'une photo. Les quatre meilleures seront sélectionnées pour participer à la finale le **18 mars 2016**.

Les critères de sélection pour participer à la finale seront le respect du **thème** et **des conditions**, la **créativité** et **l'esthétisme** de votre recette. A vous de jouer maintenant !



**Un goûter équilibré puisque les œufs sont en fromage blanc et abricots, le lard est un sablé et les frites sont... des pommes ! A s'y méprendre !**

Comité de sensibilisation pour le dépistage des cancers en Aveyron  
4, Rue François Mazenq – 12 000 Rodez  
05.65.73.34.90.  
06.18.44.25.03.

**Conditions de participation :**

- L'inscription est gratuite et sans obligation d'achat.
- Le concours est ouvert à toute personne majeure résidant en Aveyron
- La participation du candidat sera invalide en cas de non-respect du thème, de bulletin d'inscription et de fiche recette incomplets ou mal renseignés.
- Le candidat certifie être l'auteur de la recette et de la photographie.
- Le candidat donne son accord au Comité de sensibilisation pour la diffusion de sa recette et de son prénom sur sa page Facebook. Le Comité de sensibilisation s'engage à citer l'auteur de la recette et de la photographie et à publier un lien vers le blog du candidat. Les recettes finalistes seront publiées sur la page Facebook de l'association.

Les finalistes seront invités à cuisiner lors de la finale le 18 mars 2016 et feront goûter leur recette au jury qui comptera, entre autres, Noémie Honiat, Top Chef à Villefranche-de-Rouergue.

**Calendrier du concours :**

- Inscription par mail à [contact@depistage-cancers-aveyron.com](mailto:contact@depistage-cancers-aveyron.com) ou par courrier du 1<sup>er</sup> janvier au 1<sup>er</sup> mars 2016.
- Information des candidats finalistes le 7 mars 2016.
- Dégustation des recettes et remise des prix le 18 mars 2016 au lycée hôtelier de Villefranche-de-Rouergue.



## JEU CONCOURS LES CORDONS BLEU POUR MARS BLEU

### ***Bulletin d'inscription***

Prénom : ..... Nom : .....

Age : .....

Adresse postale complète : .....

.....

Téléphone : ..... Mail : .....

Je certifie sur l'honneur être l'auteur de la recette et de la photographie déposées.

J'atteste avoir lu le règlement du concours et j'en accepte les conditions.

---

### ***Fiche recette***

Titre de la recette : .....

Résumé de la recette (quelques mots pour nous donner envie) : .....

.....

Joindre la photo au présent document annotée au dos du nom et prénom du participant.

Si vous disposez d'un blog, merci d'inscrire le lien vers la recette :

.....

Temps de préparation : ..... Temps d'attente : .....

Temps de cuisson : ..... Nombre de parts : .....

<b>Ingrédients :</b>	<b>Quantité :</b>	<b>Coût :</b>
----------------------	-------------------	---------------

**Préparation :**

*Nous serons attentifs aux quantités précises des recettes et ne voulons pas de gaspillage !  
N'oubliez pas d'indiquer le matériel nécessaire.*

Merci de renvoyer, avant le **1<sup>er</sup> mars 2016**, le présent document dûment complété par courrier à l'adresse suivante :

**Comité de sensibilisation pour le dépistage des cancers  
4, Rue François Mazerq  
12 000 RODEZ**

Il vous est également possible de l'envoyer par mail à [contact@depistage-cancers-aveyron.com](mailto:contact@depistage-cancers-aveyron.com)

Comité de sensibilisation pour le dépistage des cancers en Aveyron  
4, Rue François Mazerq – 12 000 Rodez  
05.65.73.34.90.  
06.18.44.25.03.