



初賽：2020年5月6 - 7日

決賽/ 青年刀神賽/ 頒獎典禮：2020年5月28日

此參賽表格分兩部份遞交，詳情如下：

第一部份：**2020年3月17日或之前**

第二部份：**2020年3月24日或之前**

遞交方法：

I) 電郵至 [ycc2020@vtc.edu.hk](mailto:ycc2020@vtc.edu.hk) 或 II) 親身遞交或郵寄往以下地址：

香港薄扶林道145號職業訓練局薄扶林大樓7樓中華廚藝學院  
信封上需註明：「2020全港青年廚師中餐烹飪比賽」

## 第一部份 - 個人資料



遞交日期：**2020年3月17日或之前**

### 甲部：參賽組別

<input type="checkbox"/>	青少年組 (2020年5月6日)	16 - 23歲 (由1996年3月18日至2004年3月17日期間出生)
<input type="checkbox"/>	公開組* (2020年5月7日)	24 - 40歲 (由1980年1月1日至 1996年3月17日期間出生)
<input type="checkbox"/>	青年刀神組# (2020年5月28日)	18 - 40歲 (由1980年1月1日至 2002年3月17日期間出生)

學院提供比賽食材為一條17cm長及底部直徑6cm的甘筍。參賽者須於4分鐘內完成2-3款料頭花<sup>△</sup>，並切片排好。

△ 尺寸：

方形：每件 2.5cm x 2.5cm x 4-5cm長		長方形：每件 2.5cm x 4cm x 4-5cm長	
---------------------------------	---	--------------------------------	---

\* 「公開組」首三名得分最高之參賽者，將獲邀參加2020年舉辦之「李錦記青年廚師中餐國際大賽 2020」，成為該比賽之香港區代表，詳情請參閱條款及細則。

# 「青年刀神組」參賽者只需填「甲」、「乙」及「丙」三部份，可申請單獨一項或同時參加「青少年組」或「公開組」比賽。

### 乙部：參賽者資料

姓名 (中文) \_\_\_\_\_ (英文) \_\_\_\_\_

出生日期 \_\_\_\_\_ 年 \_\_\_\_\_ 月 \_\_\_\_\_ 日 性別  男  女

聯絡電話 \_\_\_\_\_ 電郵地址 \_\_\_\_\_ (為主要聯絡方法)

通訊地址 (中文) \_\_\_\_\_

(英文) \_\_\_\_\_

現職機構 / 就讀學校名稱 \_\_\_\_\_

(請以正楷清楚填寫，並在適當格內加✓)

**學歷或專業資格**

(與參賽項目有關,如填寫位置不敷應用,請加附頁)

日期	所獲資格 / 證書	學校 / 頒授機構

**工作經驗**

(與參賽項目有關,如填寫位置不敷應用,請加附頁)

日期	職位 / 部門	機構名稱

**丙部：聲明****(此欄必須簽署,否則參賽表格將被作廢)**

本人現謹此聲明：

1. 已細閱本參加表格/宣傳單張及相關資料文件,並同意遵守比賽規則,也同意大會及評判團所作的決定為最後裁決。
2. 本參加表格內的一切資料及有關文件均屬真實、正確無誤及完整,並同意上述資料如有錯漏,主辦單位毋須負責。
3. 明白本參加表格內的資料將會用於一切有關「2020全港青年廚師中餐烹飪比賽」之比賽及宣傳用途。主辦單位有權使用、印刷、宣傳及拍攝參加者及與比賽相關之產品、創作、照片作推廣之用,媒體、形式、地區及時間不限。
4. 本人亦尊重及配合大會,願意在入選決賽和獲獎後接受由主辦單位安排有關是次比賽之傳媒訪問及宣傳活動,亦同意將個人資料和初賽及決賽(如適用)的參賽食譜公開及刊登於「2020全港青年廚師中餐烹飪比賽」相關和伸延的賽後宣傳刊物內。
5. 知悉「2020全港青年廚師中餐烹飪比賽」相關知識產權均屬主辦單位所有。如需使用,本人將事先徵求主辦單位之同意。
6. 同意在任何情況下,主辦單位不需就任何因「2020全港青年廚師中餐烹飪比賽」而引起之任何申索,不論為財產或其他損失、受傷、死亡或其他性質之申索,向本人負責(無論是以彌償、分擔款項或其他形式負責),不論該申索是否因主辦單位或其僱員、代理、承辦機構及/或次承辦機構故意失責或疏忽而導致。

參賽者簽署 \_\_\_\_\_

日期 \_\_\_\_\_

參賽者姓名 \_\_\_\_\_



參賽者姓名 \_\_\_\_\_ 參賽組別 \_\_\_\_\_

## 第二部份 - 參賽食譜資料

遞交日期: 2020年3月24日或之前

參賽作品名稱：

食材及配料：

青少年組	主食材：馬鈴薯	副食材：自攜
公開組	主食材：羊架	副食材：自攜

各參賽者需預備 2份 - 各6人分量，共12人份量的菜式供試味及展示。初賽不設「位上」形式上菜。時間為一小時（5分鐘準備；30至45分鐘內完成烹調；10分鐘清潔）。

請✓選適當參賽組別，以及填寫下列 I 至 VII 部分。

### (I) 初賽主食材 - 12人份量

青少年組：  
美國焗薯 4 個



公開組：  
急凍紐西蘭羊架 2 排  
(約 8 條骨一排)



### (II) 自攜副食材及特別配料 (調味料 / 汁醬)

	名稱	份量		名稱	份量
1			6		
2			7		
3			8		
4			9		
5			10		

備註：必須列出所有所需配料及其份量。

### (III) 配料(調味料 / 汁醬)

各個比賽爐頭均會提供下列基本配料：

配料	生粉	200 克	芥花籽油	4200 毫升		
調味料	幼鹽	200 克	雞汁	1150 毫升	舊庄特級蠔油	510 毫升
	砂糖	200 克	雙璜醇釀頭抽	500 毫升	純芝麻油	115 毫升
	胡椒粉	50 克	特級老抽	500 毫升		
	無鹽純味雞粉	100 克	紹酒	150 毫升		

如需基本配料以外之配料，請填妥下列部分。

香料類	咖哩粉	_____ 克	五香粉	_____ 克	黃芥末粉	_____ 克	
	花椒	_____ 克	沙薑粉	_____ 克	陳皮 (已浸發)	_____ 克	
	八角	_____ 克	白胡椒粉	_____ 克			
	桂皮	_____ 克	黑胡椒粉	_____ 克			
調味料	茄汁	_____ 毫升	磨豉	_____ 克	泰式甜辣醬	_____ 克	
	蕃茄醬	_____ 毫升	磨豉醬	_____ 克	是拉差辣椒醬	_____ 克	
	喼汁	_____ 毫升	豆豉	_____ 克	是拉差蛋黃醬	_____ 克	
	OK汁	_____ 毫升	梅子粒	_____ 克	桂林風味辣椒醬	_____ 克	
	美極®鮮醬油	_____ 毫升	沙律醬	_____ 克	貴州豆豉辣椒醬	_____ 克	
	XO醬	_____ 克	芝麻沙律汁	_____ 克	辣豆瓣醬	_____ 克	
	白米酒	_____ 毫升	芝麻醬	_____ 克	韓式辛辣醬	_____ 克	
	玫瑰露酒	_____ 毫升	幼滑蝦醬	_____ 克	香辣豆豉醬	_____ 克	
	白胡椒碎	_____ 克	沙爹醬	_____ 克	蒜蓉豆豉醬	_____ 克	
	蒸魚豉油	_____ 毫升	沙茶醬	_____ 克	蒜蓉	_____ 克	
	辣椒豉油	_____ 毫升	咖喱醬	_____ 克	腐乳	_____ 克	
	花椒辣油	_____ 毫升	叉燒醬	_____ 克	南乳	_____ 克	
	花椒香油	_____ 毫升	柱侯醬	_____ 克	蜜糖	_____ 克	
	潮洲辣椒油	_____ 毫升	豆瓣醬	_____ 克	清雞湯 (250毫升)	_____ 包	
	甜醬	_____ 克	美味黃豆醬	_____ 克	調味白醋	_____ 毫升	
	黑椒汁	_____ 毫升	甜麵醬	_____ 克	調味紅醋	_____ 毫升	
	鮑魚汁	_____ 毫升	海鮮醬	_____ 克	浙醋	_____ 毫升	
	鹵水汁	_____ 毫升	蘇梅醬	_____ 克	鎮江醋	_____ 毫升	
	瑞士汁	_____ 毫升	蒜蓉辣椒醬	_____ 克	錦珍甜醋	_____ 毫升	
	照燒汁	_____ 毫升	港式香辣爆炒醬	_____ 克	醇釀米醋	_____ 毫升	
	麻辣火鍋上湯	_____ 毫升	辣椒醬	_____ 克	醇釀陳醋	_____ 毫升	
	清雞火鍋上湯	_____ 毫升	川式麻辣醬	_____ 克	臻選香醋	_____ 毫升	
	奶類 製品	鹹味牛油	_____ 克	紙包奶 (250毫升)	_____ 包	全脂奶粉	_____ 克
		芝士片	_____ 片	忌廉奶	_____ 毫升		
全脂淡奶 (250毫升)		_____ 罐	椰奶 (250毫升)	_____ 罐			
配料	葵花籽油	_____ 毫升	米粉	_____ 克	澄麵	_____ 克	
	花生油	_____ 毫升	粘米粉	_____ 克	白芝麻	_____ 克	
	白豬油	_____ 件	泡打粉	_____ 克	黑芝麻	_____ 克	
	鷹粟粉	_____ 克	麵粉	_____ 克	合桃肉 (生)	_____ 克	
	馬蹄粉	_____ 克	特級雞粉	_____ 克	腰果 (生)	_____ 克	
	吉士粉	_____ 克	根粉	_____ 克	威化紙	_____ 克	
	食用梳打粉	_____ 克	糯米粉	_____ 克	春卷皮	_____ 克	
	鬆肉粉	_____ 克	麵包糠	_____ 克	花生肉	_____ 克	

備註：必須列出所有所需配料及其份量。



## (VII) 參賽作品圖片

請附上參賽作品

郵寄 – 3R/4R 彩色清晰照片一張

電郵 – 檔案類型：JPEG 檔案大小：1MB

備註：如參賽者以電郵方式遞交報名表格，可以JPEG 檔案提交參賽作品之彩色相片。檔案名稱必須包含參賽者姓名和參賽作品名稱，格式為「參賽者姓名\_參賽作品名稱」。參賽作品相片需與比賽當日之作品相符，違規者可能會被扣分。

### 條款及細則

- (1) 有關「比賽規則」及「上菜餐具清單」，均可於中華廚藝學院網頁www.cci.edu.hk下載。
- (2) 每位參賽者只可遞交一份參賽表格，重覆遞交者將會被取消資格。
- (3) 表格若不敷應用，請於網頁下載或自行影印。
- (4) 各組別表格之截止日期為2020年3月17日（星期二），請以郵寄、電郵或親身遞交至中華廚藝學院。如報名人數超過限額，學院將以抽籤決定參賽者名單。
- (5) 合資格的申請人將以電郵收到確認通知。
- (6) 初賽簡報會暫訂於2020年4月20日（星期一）下午3時正至下午5時正舉行，詳情將於電郵內列明。參賽者須於出席簡報會時，向學院出示身份證明文件，以核實出生日期並證實符合比賽的年齡要求。當天會抽籤決定爐頭位置。
- (7) 參賽者如違反任何參賽規則或要求，主辦單位有權取消其參賽資格。
- (8) 主辦單位對參賽者是否符合參賽資格持有最終決定權。
- (9) 「公開組」首三名得分最高之參賽者，將獲邀代表香港出戰於2020年下半年在香港舉行之「李錦記青年廚師中餐國際大賽2020」。上述比賽之主辦單位對參賽者是否符合參賽資格持有最終決定權。  
(註：「李錦記青年廚師中餐國際大賽2020」之參加者，必需為現職香港中餐廚師及以個人名義參加。「公開組」首三名得分最高之參賽者，將獲邀參加「李錦記青年廚師中餐國際大賽2020」，亦可選擇是否參加；若得獎者決定不參與該比賽，學院將順延邀請往後排名之合適參賽者，或將另行物色參賽者。)
- (10) 主辦單位及評審團對比賽結果擁有最終決定權，各參賽者不得異議。



查詢：中華廚藝學院

電話：2538 2550（星期一至五上午九時至下午五時）

電郵：ycc2020@vtc.edu.hk

參賽者簽署 \_\_\_\_\_ 日期 \_\_\_\_\_

參賽者姓名 \_\_\_\_\_