

## Al via il Concorso nazionale “Extra Cuoca”

Anche le **cuoche professioniste dell'Umbria** hanno tempo fino al 10 maggio per iscriversi alla **terza edizione di “Extra Cuoca - Il talento delle donne per l'olio extra vergine di oliva”**, il concorso nazionale che valorizza la creatività delle chef professioniste promuovendo l'impiego in cucina dell'**olio extra vergine d'oliva** di alta qualità.

La partecipazione al concorso, organizzato dal Comitato di Coordinamento del Premio Ercole Olivario e dall'Associazione Nazionale Donne dell'Olio, in partnership con Lady Chef (Dipartimento femminile della FIC - Federazione Italiana Cuochi) e la collaborazione tecnica dell'Università dei Sapori di Perugia, della Fondazione EVOO SCHOOL, del programma televisivo Agrisapori e di Italia a Tavola, consentirà anche alle **cuoche professioniste dell'Umbria** di mettere alla prova il proprio talento e la propria capacità creativa, elaborando ricette che non solo esaltino le qualità organolettiche di uno degli **oli finalisti alla XXXI edizione del Premio Nazionale Ercole Olivario e della II edizione de La Goccia d'Ercole**, ma che siano anche in grado di valorizzare l'impiego di prodotti tipici dell'Umbria, coniugando al meglio **la tradizione gastronomica umbra con un utilizzo innovativo e originale** degli ingredienti necessari alla ricetta proposte.

Iscriversi al concorso Extra Cuoca significherà, quindi, per le cuoche partecipanti **affrontare una sfida appassionante e ricca di emozioni** che persegue un duplice obiettivo: attribuire il meritato **valore alla professionalità delle cuoche** iscritte che, nelle loro creazioni, dovranno trovare il giusto equilibrio tra fedeltà alla tradizione e slancio creativo, evidenziando il ruolo dell'olio e.v.o. in cucina non come semplice condimento, bensì come vero e proprio **ingrediente dei piatti** proposti, da abbinare correttamente agli altri prodotti utilizzati; far conoscere alla platea dei consumatori le **potenzialità legate all'uso consapevole dell'olio e.v.o. italiano** di qualità, rafforzando l'incontro e l'interscambio tra il mondo della produzione e il settore della ristorazione, comunicando la capacità dell'olio di farsi strumento di promozione anche turistica della bellezza dei territori delle Regioni italiane da cui proviene.

Le cuoche professioniste potranno iscriversi gratuitamente **entro mercoledì 10 maggio 2023**, compilando il **modulo on line di iscrizione** (disponibile, insieme al regolamento, al sito [www.extracuoca.it](http://www.extracuoca.it)). Per info contattare la Segreteria Organizzativa del Concorso “EXTRACUOCA” c/o Promocamera - Azienda Speciale Camera di Commercio dell'Umbria Tel. 075.9660.589 - 639 [extracuoca@umbria.camcom.it](mailto:extracuoca@umbria.camcom.it).

Le partecipanti avranno la possibilità di inviare un massimo di **quattro ricette**, una per ciascuna delle quattro categorie in gara: **Antipasti** e altre preparazioni (finger food, contorni, torte salate, tramezzini, cocktail), **Primi Piatti, Secondi Piatti e Dolci**.

Gli elaborati, completi di foto del piatto finito, verranno poi sottoposti al vaglio **di una Giuria di esperti** multidisciplinare - presieduta da Giorgio Donegani, Tecnologo alimentare ed esperto di



nutrizione e composta da Alessandra Baruzzi, Cuoca e Coordinatrice Nazionale Lady Chef; Giuseppe Capano, Chef dell'olio e scrittore-divulgatore; Gianna Fanfano, cuoca e segretaria generale di Lady Chef; Antonietta Mazzeo, Assaggiatrice esperta di olio e giornalista; Martina Rusconi Clerici, Imprenditrice e membro del direttivo Associazione Nazionale Donne dell'Olio; e Fabrizio Salce, Giornalista enogastronomico; - che attribuirà loro un punteggio attenendosi a **sette parametri**: l'attenzione prestata al profilo sensoriale dell'olio prescelto, la cura nella scelta degli ingredienti utilizzati, la **valorizzazione dei prodotti locali**, la gradevolezza desumibile dalla descrizione della ricetta, l'aspetto estetico valutabile dalla foto del piatto, la salubrità e il profilo nutrizionale del piatto proposto e infine l'originalità, creatività e innovazione come valori aggiunti.

Una volta formata la graduatoria, si procederà alla fase successiva di **proclamazione delle finaliste**, che parteciperanno alla **"Sfida ai fornelli" finale**, dove eseguiranno, in presenza presso l'Università dei Sapori a Perugia, le loro preparazioni davanti a un **commissario di cucina**.

La **Giuria delle finali**, composta da un tecnologo alimentare, con funzioni di Presidente, tre giudici internazionali di cucina, un assaggiatore d'olio oliva e un commissario di cucina, **assaggerà i piatti ed esprimerà il proprio giudizio** assegnando un punteggio sulla base di specifici criteri di valutazione: la *Mise en place* e pulizia, la **valorizzazione dell'olio extravergine utilizzato**, la preparazione professionale, la gestione degli scarti alimentari e sostenibilità, l'aspetto estetico e servizio, e il gusto (sapore gradevole in armonia con il tipo di alimento impiegato e uso corretto dei condimenti). A seguire la **proclamazione le 8 cuoche vincitrici**, la prima e la seconda classificata per ogni categoria di gara.

Extra Cuoca, **primo concorso in Italia** a premiare cuoche professioniste di eccezionale talento, punta anche ad affinare la **conoscenza degli oli e.v.o. di qualità**, promuovendo uno specifico **percorso di formazione** dedicato alle partecipanti, destinato a svolgersi secondo diverse modalità di fruizione parallelamente alle fasi del concorso, con focus sulle caratteristiche sensoriali degli oli extravergine, aspetti nutrizionali, usi dell'olio in cucina ed abbinamenti in sala, biodiversità legata al territorio di produzione e tecniche di conservazione del prodotto. Un'attenzione particolare sarà poi riservata alla **promozione delle singole cuoche** partecipanti, attraverso interviste e contenuti diffusi sui canali social e sui media.

**Per maggiori informazioni:**

**Segreteria Organizzativa c/o Promocamera - Azienda Speciale Camera di  
Commercio dell'Umbria**

Tel. +39 075 9660589 / 075 9660639

[promocamera@umbria.camcom.it](mailto:promocamera@umbria.camcom.it) - [info@extracuoca.it](mailto:info@extracuoca.it)

[www.extracuoca.it](http://www.extracuoca.it)