

## Al via le iscrizioni per l'edizione 2024 di "Extra Cuoca"

Al via le iscrizioni per partecipare alla **quarta edizione di "Extra Cuoca - Il talento delle donne per l'olio extravergine di oliva"** 2024, il concorso nazionale ideato per valorizzare il talento delle **cuoche professioniste** che, attraverso le loro ricette, esaltano le caratteristiche di qualità e gli impieghi in cucina dell'**olio extra vergine d'oliva**. Le iscrizioni resteranno aperte **fino al 30 giugno 2024**.

**Novità dell'edizione 2024** è l'introduzione di una sezione a latere del concorso denominata "**Extra Telling - Narratrici d'olio, di cucina, di paesaggi, di territori**" pensata per premiare le donne che si occupano di **comunicazione sul tema dell'olio e.v.o.** e che, attraverso la loro professionalità, riescano a trasmettere i valori e i saperi, compresi quelli culinari, legati al mondo dell'olio e a celebrare le caratteristiche **dei territori e dei paesaggi ad alta vocazione olivicola**. I lavori di comunicazione, pubblicati e diffusi nell'anno in corso o in quello precedente oppure realizzati ad hoc, potranno essere inviati in autocandidatura per le **tre categorie in gara: blogger, videomaker** (con video della durata massima di due minuti) e **writer/giornaliste/comunicatrici**.

Promosso dal Comitato di Coordinamento del Premio Ercole Olivario e dall'Associazione Nazionale Donne dell'Olio APS, in partnership con Lady Chef (Dipartimento femminile della FIC - Federazione Italiana Cuochi) e con il programma televisivo Agrisapori; il concorso si propone di valorizzare **la professionalità delle cuoche e l'uso consapevole dell'olio in cucina**, premiando le ricette che rivelino particolare maestria e creatività nell'esaltare le proprietà organolettiche di uno degli **oli finalisti alla XXXII edizione del Premio Nazionale Ercole Olivario e della III edizione de La Goccia d'Ercole**, prodotto nel territorio d'origine della cuoca o nella zona in cui svolge la sua attività professionale.

Peculiarità di Extra Cuoca, **primo concorso in Italia** a premiare cuoche professioniste di eccezionale talento, sono **la formazione dedicata alle cuoche**, che si svolge secondo diverse modalità di fruizione e parallelamente al concorso, con focus sulle caratteristiche sensoriali degli oli extravergine, gli aspetti nutrizionali, gli usi dell'olio in cucina e gli abbinamenti in sala, la biodiversità legata al territorio di produzione, e la **promozione delle singole cuoche partecipanti**, perseguita attraverso la realizzazione di interviste e la pubblicazione di contenuti sui canali social e sui media.

Le cuoche professioniste potranno iscriversi gratuitamente ad Extra Cuoca 2024 **entro domenica 30 giugno 2024**, compilando il **modulo on line di iscrizione** (disponibile, insieme al regolamento, al sito <https://extracuoca.it/iscriviti/> ). 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 sottoposti al vaglio **di un Collegio composto da esperti del settore**, 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 delle 8 cuoche vincitrici**, la prima e la seconda classificata per ogni categoria di gara.