**FORMATO INSCRIPCIÓN**

RETO ALIMENTARTE 2025 - 3ª edición

Cada participante deberá presentar una receta original, diseñada para cuatro (4) personas. La propuesta deberá incluir, como mínimo, la siguiente información:

**Datos personales**

|  |  |
| --- | --- |
| **Nombre:** |  |
| **C.C.** |  |
| **Correo electrónico** |  |
| **Edad** |  |
| **Número de contacto (celular)** |  |
| **Institución Educativa** |  |
| **Nombre de programa**  |  |
| **Semestre** |  |
| **Ciudad** |  |

**Nombre de la preparación**

|  |
| --- |
|  |

**Identificación del ingrediente principal**

Debe ser un producto representativo del **Pacífico colombiano***.*

|  |
| --- |
|  |

**Justificación**

Explicar la relación social, ambiental y/o cultural de la receta/ingrediente con el Pacífico colombiano *(máximo 300 palabras)*.

|  |
| --- |
|  |

**Lista de ingredientes**

Incluir la unidad de medidas y las cantidades requeridas para una preparación para 4 personas. *Utilizar la siguiente tabla, incluir tantas filas como sea necesario.*

| **No.** | **Ingrediente** | **Unidad de medida** | **Cantidad** |
| --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |

**Modo de preparación**

Paso a paso detallado, y enumerar cada uno de los pasos. *Utilizar la siguiente tabla, incluir tantas filas como sea necesario.*

| **No.** | **Proceso** |
| --- | --- |
|  |  |
|  |  |

**Equipos y utensilios necesarios** **para la elaboración del plato**

| **No.** | **Equipo o utelncilio** | **Cantidad** | **¿Para qué se necesita?** |
| --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |

**Fotografía del plato**

Incluir las fotos de la preparación. Las fotos también deberán ser enviadas adjuntas en formato **JPG, GIF o PNG**, en un tamaño entre **1 MB y 5 MB**.