

# III EDICIÓN MEJOR RECETA DEL PLATO SALUDABLE

---

Desde SEEDO creemos que la base de la salud es una alimentación equilibrada. Por eso, un año más queremos que compartáis con nosotros vuestras recetas saludables. La mejor receta saludable y el mejor vídeo de receta saludable tendrán premio.

## REQUISITOS PARA PARTICIPAR:

---

- SER MAYOR DE 18 AÑOS
- LA RECETA DEBE ESTAR BASADA EN EL USO DE ALIMENTOS NATURALES, CON PRESENCIA IMPORTANTE DE VEGETALES Y FRUTAS, BAJO EN ALIMENTOS CON GRASAS SATURADAS, TRANS Y SAL.
- SE DEBE COMPLETAR LA FICHA ANEXA EN QUE INCLUYE: NOMBRE DEL PLATO, INGREDIENTES EN FUNCIÓN DE LOS COMENSALES, PREPARACIÓN DEL MISMO DE FORMA MÁS DETALLADA POSIBLE ASÍ COMO FOTOGRAFÍA DE INGREDIENTES Y FOTOGRAFÍA DE LA RECETA FINAL. TAMBIÉN EN LA FICHA DEBES INDICAR TU NOMBRE COMPLETO.
- EN EL CASO DEL VÍDEO, DEBE COMPLETARSE LA MISMA FICHA, INCLUIDAS LAS FOTOGRAFÍAS ASÍ COMO ADJUNTAR VÍDEO QUE NO DEBE SUPERAR LOS 3,5 MINUTOS DE DURACIÓN.
- NO RELLENAR EL APARTADO DE CALIBRACIÓN YA QUE SE HARÁ POR PROFESIONALES EXPERTOS EN NUTRICIÓN.
- NO OLVIDES ESCRIBIR TUS DATOS DE CONTACTO EN EL CUERPO DEL MAIL: NOMBRE COMPLETO (QUE TAMBIÉN IRÁ EN LA HOJA DE LA RECETA), DNI, DIRECCIÓN POSTAL, DIRECCIÓN DE E-MAIL Y TELÉFONO DE CONTACTO.
- ADJUNTA LA FICHA EN FORMATO PPTX.

## PREMIOS

---

FORMATO VIDEO: IMPORTE 600€

FORMATO TEXTO Y FOTOS: 300€

¿DÓNDE TENGO QUE ENVIAR MIS RECETAS?

---

<https://intranet.pacifico-meetings.com/amsysweb/?idFF=841>

SUBIR LA RECETA EN

FORMATO TEXTO Y FOTOS O EN FORMATO VIDEO

## PLAZOS

---

¡TIENES HASTA EL 25 DE OCTUBRE PARA  
ENVIAR TUS PLATOS Y VÍDEOS!

