

CONCURSO VÍDEO-RECEITAS

“COCIÑANDO A MARIÑA LUCENSE”

Benvidas e Benvidos ao concurso de vídeo-receitas da Mariña Lucense!

Participar no concurso de vídeo-receitas “COCIÑANDO A MARIÑA LUCENSE” é moi sinxelo. Só tes que gravar en vídeo unha receita elaborada cos alimentos que producimos na Mariña Lucense como ingredientes principais do cociñado.

Gañará a vídeo-receita que seleccione o xurado como máis orixinal, que facendo uso de alimentos da Mariña Lucense mostre tradición e innovación, tanto na realización do vídeo como na elaboración da receita.



COMO FUNCIONA O CONCURSO?

Visita a web amarinalucense.gal e desfruta da información que atoparás en cada recuncho da mesma e en particular na sección de gastronomía e da iniciativa Cociñando A Mariña Lucense.

1. **Descubre os PRODUTORES** de alimentos da Mariña Lucense, podes ver fotografías dalgúns deles no apartado de Produtores da sección Cociñando A Mariña Lucense e tamén atoparás proximamente a listaxe coa información básica de contacto de cada un deles.
2. **Coñece os ALIMENTOS** da Mariña Lucense que atoparás no apartado de Alimentos da sección Cociñando A Mariña Lucense.
3. **Aprende da HOSTALERÍA** da Mariña Lucense vendo as vídeo-receitas que realizaron cos alimentos da Mariña. Podes atopar as distintas elaboracións na canle de Youtube A Mariña lucense turismo
4. **Cociña os ALIMENTOS** da Mariña Lucense como máis desexes, pode ser que che guste cociñar seguindo o receitairo tradicional ou ben que prefiras facelo sendo orixinal e novidoso.
5. **Grava a túa VÍDEO-RECEITA**, indicando tanto a receita como os pasos imprescindibles da mesma.
6. **Envía a cocinando@amarinalucense.gal** a túa vídeo-receita indicando no asunto Concurso de vídeo-receitas + “o título da receita”.

Exemplo:

Concurso de vídeo-receitas: Merluza do pincho da Mariña en salsa verde de grelos de Lourenzá

7. **E gaña** algún dos premios.

Sinxelo! Verdade?

REQUISITOS PARA PARTICIPAR E OPTAR AO PREMIO

Ser maior de idade e residente en España durante o período de vixencia da promoción.

BASES LEGAIS

O período de recepción das vídeo-receitas **abrirase** o 23 de outubro e **pecharase** o 22 de novembro de 2020, ambos incluídos.

O día 22 de novembro ás 00:00 pecharase o concurso e procederase á selección dos 3 finalistas. O xurado, composto por membros da FCAM e das asociacións de produtores da Mariña, será o encargado de seleccionar os 3 vídeos gañadores que recibirán os seguintes premios:

PREMIOS

Os 3 finalistas recibirán:

1º Premio:

Fin de semana no [Hotel Rías Altas](#) de Barreiros para dúas persoas.

Vive unha experiencia de turismo slow!

2º Premio:

Ruta da Faba de Lourenzá para dúas persoas.

Unha [experiencia turística](#) completa que combina arte, natureza, gastronomía e cultura local.

3º Premio:

Cesta de alimentos da Mariña Lucense

¡Degusta e desfruta no teu fogar das delicias da nosa comarca!

PARTICIPACIÓN

Vídeo-receita

Cada concursante gravará a súa vídeo-receita como presentación e demostración das súas aptitudes culinarias no uso dos alimentos da Mariña. As vídeo-receitas que se presenten deberán ser explicativas e deberán expoñer a seguinte información:

- Ingredientes e utensilios necesarios para a elaboración.
- Proceso de preparación e resultado final da receita realizada.
- Alimentos da Mariña utilizados

Valorarase:

Todas as receitas deberán cumprir o requisito de facer **uso de alimentos da Mariña Lucense**, onde se teña en conta na súa elaboración os seguintes parámetros:

- Inspiración no receitario tradicional.
- Innovación e orixinalidade da receita.
- Economía e facilidade.

REQUISITOS DOS VÍDEOS

Duración máxima do vídeo: 5 minutos. Peso máximo do vídeo: 2 Gb.

Formatos de vídeo soportados: 3gp, avi, flv, mov, mp4, mpg, wmv

O vídeo poderase gravar con ferramentas como teléfonos móbiles con cámara, cámaras de fotos dixitais ou cámaras de vídeo dixitais.

A Mancomunidad de Concellos da Mariña Lucense resérvase, ao seu propio criterio, a valoración dos vídeos e o dereito a descualificar e, polo tanto, a excluír do concurso aqueles vídeos que non reúnan os requisitos de validación que considere necesarios.

Os participantes no concurso, ao compartir o seu vídeo, automaticamente ceden todos os dereitos de propiedade intelectual sobre o mesmo, así como os seus dereitos de imaxe, e quedan comprometidos a garantir a cesión dos dereitos de imaxe de todos os participantes que aparecen no seu vídeo á Organización do Concurso. Igualmente, autorizan que o vídeo sexa publicado en calquera soporte da Mancomunidade de Concellos da Mariña Lucense.

DATAS DE COMUNICACIÓN GÑADORES

O 27 de novembro do 2020 será a data na que se comunicarán as tres vídeo-receitas gñadoras dos tres premios.

USO DE NOME GÑADORES E IMAXEN

Os participantes consenten automaticamente, ao participar na presente Promoción, a utilización, publicación e reprodución en todo o mundo e sen limitación, por parte da Mancomunidade de Concellos da Mariña Lucense, da súa imaxe e nome en calquera tipo de publicidade, promoción, publicación, incluído Internet, ou calquera outro medio da natureza que sexa, con fins publicitarios ou informativos sempre que estes se relacionen coa presente promoción da Mariña Lucense, sen reembolso de ningún tipo para o participante.

ACEPTACIÓN DAS PRESENTES BASES

O simple xeito de participar neste concurso supón a aceptación das presentes Bases.