

Stort GRATTIS till att ni har kvalificerat er till finalen i kök i Gymnasie-SM 2026!

Här finner ni information om de moment som ni ska tävla inom i finalen i grenen kök under Gymnasie SM 2026. Övergripande information om årets tävlingar hittar ni i ett separat dokument.

Finaluppgift Kök 2026

Förutsättningar

Innan tävlingen lottas ett köks- och ett serveringslag samman av Visita. De sammanlottade lagen ska tillsammans planera, genomföra samt samarbeta kring vissa moment under tävlingsdagarna. Momenten i tävlingen kommer att ske i en ordning så att alla förutsättningar finns för att fullfölja varje moment samt att tid för förberedelser finns. Ett detaljerat schema kommer ca två veckor innan tävlingen. Bedömning sker av en jury som består av verksamma från branschen.

Inga mobiler, ipads eller smartwatches är tillåtna under delmomenten. Till tävlingen får endast personligt knivfodral med köksknivar, termometer, digital våg, stavmixer och handverktyg (ej maskiner) så som ballongvisp, palett, pincett, stekspade, slevlar, zestjärn, skalare samt plasthandskar tas med. Formar är inte handverktyg. Dessa får inte ta större plats än att de ryms i ett **1/1-100** GN-bleck med lock på. Eventuell utrustning som är avgörande för er förrätt som inte är adekvat i ett restaurangkök eller är specifikt handverktyg får medtagas efter godkänd inskickad utrustningslista till gymnasiesm@visita.se.

Tävlingsgren: 4-rätters lunch

Under söndagen kommer en 4-rätters lunch (**vilken ni ansvarar för och ska laga 3 rätter**) att serveras för 6 inbjudna gäster. Den fjärde rätten mellan varmrätt och efterrätt är ost som serveras och ansvaras av serveringslaget. Lunchen serveras av det

serveringslag som ni kommer att samarbeta med. Ni ska även tillaga 6 portioner av samma rätter som ska serveras till en smakjury. Totalt ska ni alltså laga de tre rätterna för 12 portioner. Ni kommer att ha 2 timmar under dag 1 för att sätta upp kök, göra mise en place och valfria förberedelser.

Menyn ska vara en helhet av en upplevelse och rätterna ska vara anpassade för gästerna som ska äta rätterna som en hel meny.

Under dag 2 kommer kökslagen med 10 minuters mellanrum få tillgång till köken utifrån detta **exempel**: Lag 1 – 8:30 tillträde till kök, 11:30 Förrätt serveras, 12:30 Varmrätt serveras, 13:30 Efterrätt serveras. Lunchen kommer att bestå av moment 1–3 (se nedan), de tävlande lagen bedöms på totalt 6 moment.

”Spara på resurser och stärk beredskapen genom att lära av historien.”

1. Förrätt ”Konserverad förrätt”

Som förrätt ska lagen servera den rätt som man kvalat in sig på. Till de 6 sittande gästerna i matsalen och till smakjuryn (6 portioner) upplagda på tallrik. Totalt så ska förrätten lagas till 12 personer.

2. Varmrätt ”Resurssmart huvudspelare”

Som varmrätt ska lagen skapa en varmrätt med tydligt fokus på sparandet av resurser för stärkt beredskap. Under dag 1 kommer laget att få skapa ett recept utefter satta råvarulistor. Huvudingrediens för varmrätten kommer att vara SVENSKA BALJVÄXTER. Mer information och anvisning ges på första tävlingsdagen. Receptet är det som ska följas dag 2 i köket.

Till de 6 sittande gästerna i matsalen ska maten läggas upp på fat (fatsservering). Detta så att serveringslaget ska visa sina färdigheter i fatsservering. Uppläggningsen på fatet bedöms inte men det bedöms efter hur ni anpassat komponenterna för att maträtten kan serveras på ett lämpligt sätt för serveringslagen. Till smakjuryn serveras 6 portioner upplagda på tallrik. Totalt så ska varmrätten lagas till 12 personer.

3. Efterrätt ”Minimerat energislut”

De tävlande lagen ska tillaga efterrätten för 12 personer och som ska serveras på tallrik. 6 portioner till sittande gäster i matsal samt 6 portioner till smakjury. De tävlande lagen kommer dag 1 få förutsättningar och råvarukorg att utgå ifrån till skapande av receptet av sin efterrätt.

Efterrätten kommer att skapas med begränsad energikälla. Efterrättens värmekälla är endast **en spisplatta**. Ni kan inte använda någon ugn, fritös, mikrovågsugn eller annan **värmekälla**. En komponent på efterrätten ska vara anpassad och planerad så att serveringslaget ska flambära och avsluta efterrätten med den flamberade komponenten. De tävlande lagen får ha med sig grundrecept (efterrättsrecept) inför planeringen och vid receptskrivandet dag 1. Medtagna recept ska vara utskrivna på papper. Ej i telefon eller dator. **Recepten ska enbart vara avsedda för efterrätter.**

4. Metodbedömning av arbete i köket

Eleverna kommer att bedömas vid yrkesutövningen i köket. Som grund i bedömningen utgår vi från examensmålen. Det som bedöms är elevernas förmåga och kunskaper för yrkesutgång kock. Metodbedömningen utgår från delarna.

- Hygien & Säkerhet
- Planering & Organisering
- Hållbarhet, resurs- & energianvändning (denna punkt är av stor vikt för årets tema **stärkt beredskap**)
- Yrkesmässig tillagning, metoder, tekniker & handhavande av utrustning

5. Teoretiskt prov

Här sätts eleverna på prov med frågor som berör hygien, närings- och livsmedelkunskap, matlagning, specialkost och arbetsmiljö. Eleverna genomför provet individuellt.

Observera att om tävlande har dyslexi eller annan problematik kring detta moment finns hjälp att få i form av exempelvis längre skrivtid, hjälp att skriva eller muntligt förklara. Om ni har behov av detta så anmäler ni det i anmälningsformuläret till finalen. Inga stafvel bedöms. Ni behöver **inte** ha med er miniräknare.

6. Samarbete

Det är av stor vikt att ni som kökslag kommunicerar och samverkar med det serveringslag ni arbetar med. Det handlar tex. om att göra anpassningar av mat och dryck samt det samarbete som ska till vid förberedelse och servering av rätterna. Det är även av stor vikt att man som lag visar samarbete och teamanda med övriga lag i köket.

Varmt välkommen till finalen och stort lycka till!