

Харикот, смузи и рататуй готовили в СФУ

25 октября 2015 года в Сибирском федеральном университете прошли кулинарные батлы. Организаторами конкурса выступила команда проекта «Беги за мной! СФУ».

Конкурсанты должны были готовить различные блюда из предложенных организаторами наборов продуктов. Всего в мероприятии приняли участие 6 команд.

- На первом и втором этапах участники готовили тыквенную кашу и французский суп из фасоли «Харикот».
- В третьем этапе командам пришлось проявить все свои кулинарные способности: десерты готовили без рецептов, опираясь только на фантазию и собственные представления о здоровой пище.

Оценивались не только вкусовые качества, но и внешний вид блюда, его презентация и слаженность работы команды.



«Здоровый образ жизни включает в себя не только занятия спортом, но и знание подходов к рациональному питанию. Быстрый темп жизни порой заставляет студентов забывать о том, что от здоровой пищи зависит многое: и общее состояние организма, и умственная работоспособность», — рассказывает руководитель проекта «Беги за мной! СФУ» **Алёна Дворецкая**.

Пришедшие зрители выступили в роли дегустаторов. Кроме того, специально для участников и зрителей был проведён мастер-класс от приглашённого эксперта — шеф-повара кофе-холла «Крем» **Ильи Ходзицкого**.

Места разделились следующим образом:

- 1-е место — команда «Нямушки»;
- 2-е место — команда «Сытые студенты»;
- 3-е место — команда «Укропчик».

Справка

Проект «Беги за мной! СФУ» — это возможность получать знания о современных практиках здорового образа жизни и разнообразной фитнес-активности. Тренеры проекта проводят занятия совершенно бесплатно по различным дисциплинам: степ-аэробика, силовой степ, фитнес, стретчинг, круговые, силовые, интервальные и функциональные тренировки, кроссфит и др.

Информацию о расписании и месте проведения тренировок, а также о записи на спортивные занятия можно узнать на [странице проекта «Беги за мной! СФУ»](#).

© Сибирский федеральный университет. Редакция сайта: +7 (391) 246-98-60, info@sfu-kras.ru.

Адрес страницы: <https://news.sfu-kras.ru/node/16178>