

2026H0TELEX国际厨师精英赛
暨国际厨王争霸赛
目录

大赛总规则和条例2-4

个人赛

现代中式热菜5

团体赛

元气靓餐（正餐）6

大赛总规则和条例

所有参赛选手须认真阅读并严格遵守本次大赛各项规则条例，凡违反赛事规则者，大赛组委会有权取消其参赛资格及赛事成绩。

一、赛事通用规则

1. 本次赛事裁判评分结果为最终裁定，参赛选手不得异议、申诉或复议。
2. 大赛面向全球餐饮从业者开放，不限国籍、从业资历，符合报名条件均可参赛。
3. 赛事评审全程实行匿名评分制，评审过程中，选手作品、展示台面及所有参赛物料严禁出现单位名称、标识、图案、个人专属标识；评审结束后方可展示相关标识信息。
4. 选手完成报名缴费后，因个人原因缺席、退赛、弃赛，参赛费用不予退还。
5. 参赛选手如遇不可抗力因素需取消参赛，须第一时间主动告知大赛主办单位，由主办方统筹备案。
6. 比赛期间，选手个人用具、参赛作品、私人设备若发生损坏、遗失，主办单位不承担任何赔偿责任。
7. 赛事闭馆结束前，参赛选手须全程驻守比赛区域，待赛事结束后有序完成作品、用具清点及撤离工作。
8. 选手参赛即视为授权：主办单位可无偿使用赛事期间产生的选手姓名、肖像、个人参赛资料、菜谱内容、菜品实拍、现场影像等全部素材，用于赛事宣传、赛前预热、赛中直播、赛后总结及行业推广等公益及官方宣传用途。
9. 参赛选手若造成主办方提供的场地物资、设备道具损坏或遗失，须按原价予以赔偿。
10. 主办单位拥有对本赛事规则条例的修改、补充、调整及最终解释权利。
11. 主办方有权根据赛事统筹需要，调整各项目参赛名额、赛程安排、赛事规则，必要时可延期、调整或取消单项赛事及整体赛事活动。

二、报名确认须知

报名审核通过后，主办方将通过短信、邮件、选手微信群等官方渠道通知参赛选手，所有参赛人员须遵守以下报名及参赛要求：

1. 参赛选手须如实、完整填写官方赛事报名表，并按要求完成线上缴费，报名缴费成功即为参赛报名生效。
2. 选手须严格遵照大赛统一发布的赛事流程及时间安排参赛。

3. 各参赛项目需准备三份菜谱卡，选手自行打印两份携带至赛场，分别用于作品展示、评委评审使用；菜谱卡全程禁止标注单位名称、logo及相关标识。
4. 个人赛参赛费用：200元/人；团队赛参赛费用：300元/队（2人组队），报名缴费成功后，所有费用概不退还。
5. 选手可同时报名参加团队赛与个人赛。

三、最终说明

本次大赛所有赛事规则、赛程安排、未尽事宜，均以大赛主办单位官方解释为准，主办单位保留最终解释权。

个人赛—现代中式热菜烹饪大赛

（一）赛事基本信息

赛事定位：聚焦地域美食传承、个人风味创作为核心，打造具有专业性、权威性、观赏性的个人厨艺赛事。

参赛对象：年满二十二周岁，具有2年及以上的独立操作从业经验。

（二）相关规定

选手需在 90 分钟内完成两道位上现代中式热菜制作。

可自带基本高汤与酱汁，但必须在现场进行制作，调味及烹煮。

展示桌为 80 厘米长桌，器皿及餐盘均由选手自备。

比赛内容：制作两款不同主食材的菜品，一款为指定食材，一款为创意菜。

每道菜需独立装盘，装饰和点缀物需可食用，搭配比例协调，注重构图比例，布局关系和谐。

营养均衡，调味适当，主味突出，富有层次感。

参赛选手可根据自己擅长，自选具有地域文化，烹饪技艺特征的比赛菜品。

创意菜建议可使用下列食材

（1）鱼、海鲜、贝类

（2）家畜 - 牛肉、羊肉、猪肉、小牛肉、肉鸽、鸡肉

（三）竞赛规范

1. 着装要求：统一穿戴工作服、帽、围裙，展现良好形象（选手自带白色围裙、白色厨师帽）。

2. 制作标准：全程现场制作，食材 100%可食用，严禁人工色素、化学添加剂。

（四）菜品要求

每道菜品各制作两份（单份 150-250 克），一份展示，一份评分，共计 4 份。

（五）违规处理

1. 使用违禁食材、超时操作、未完成清理：扣 10 - 20 分；

2. 未按要求着装、菜品卡：扣 5 - 10 分；

3. 严重违规（如作弊）：直接取消参赛资格。

团体赛-元气靓餐（正餐）

（一）赛事基本信息

赛事定位：聚焦中式精品正餐创新与文化遗产，打造专业烹饪竞技平台

参赛对象：以 2人团队形式参赛，需为餐饮企业或专业烹饪团体

（二）相关规定

1. 比赛时间：150分钟。

比赛内容：制作四道菜：1道凉菜（单品或组合形式均可）、1道汤品、2道热菜。

出菜顺序：凉菜—汤品—热菜（2道）。

比赛将从口感（味）、刀工、卫生安全、食材运用、菜肴摆饰、菜单完整性等进行整体考察和评分。

展示桌为 80 厘米方桌，器皿及餐盘均由选手自备。

每道菜需独立装盘，装饰和点缀物需可食用，搭配比例协调，注重构图比例，布局关系和谐。

营养均衡，调味适当，主味突出，富有层次感。

参赛选手可根据自己擅长，自选具有地域文化，烹饪技艺特征的比赛菜品。

（三）竞赛规范

1. 着装要求：全员统一穿戴企业专属工作服、帽、围裙，展现品牌形象（选手自带白色围裙、白色厨师帽）。

2. 制作标准：全程现场制作，食材 100%可食用，严禁人工色素、化学添加剂。

3. 展示要求

— 菜卡（自备）：1 份中英文立式菜卡，标注菜品名称；

（四）菜品要求

1. 菜品构成：每道菜品制作2份位上，其中1份位上供评委试吃，1份用于现场展示（每道位上菜品重量在150—250克）；

2. 品质标准

— 文化特色：融合地域饮食文化，体现独特品牌调性；

— 原料传承：核心食材具备历史渊源或文化底蕴；

— 工艺规范：制作流程标准化，确保品质稳定；

— 健康理念：优先选用绿色有机、原生态食材，禁用违禁原料；

— 观赏性：具有现代艺术观赏性，富有食欲和视觉冲击力。

（五）违规处理

1. 使用违禁食材、超时操作、未完成清理：扣 10 - 20 分；

2. 未按要求着装、菜品卡：扣 5 - 10 分；

3. 严重违规（如作弊）：直接取消参赛资格。