**Nevezési lap**

**Hagyományos karácsonyi ételek vegetáriánus módon elkészítve**

**Csak hiánytalanul kitöltött nevezési lapot tudunk elfogadni.**

**Beküldési határidő: 2015. december 4., péntek éjfél.**

**A nevezési lapot a** **dorka@egeszsegvar.hu** **címre küldje.**

*A következő adatok nyilvánosan nem jelennek meg, a versenyt szervező Egészség-vár Alapítvány ezen adatokat bizalmasan kezeli:*

A beküldő neve:

E-mail címe:

Telefonszáma:

Posta címe:

*A követekző adatok nyilvánosan megjelennek a* [*www.egeszsegvar.hu*](http://www.egeszsegvar.hu) *és a Facebook Vegetáriánus Fesztivál oldalon:*

A beküldő választott vagy beceneve, amivel a receptjét kívánja jelölni:

Választott kategória (kérjük, húzza alá a megfelelőt):

1. lakto vegetáriánus recept

2. vegan recept

3. nyers vegan recept

*A recept adatai*

Hozzávalók: (kérjük, egymás alá tételesen sorolja fel a hozzávalókat)

Elkészítési mód: (kérjük, írja le lépésről-lépésre az elkészítés menetét)

Hány alaklommal készítette már el korábban ezt a receptet:

Nehézségi fok (kérjük, 1-től 5-ig jelölje, ahol 1 a legkönnyebbet jelenti):

Elkészítési idő (kérjük, becsülje meg, mennyi idő alatt készül el a recept):