

Communiqué  
de presse



## Un kiwi français a fait le printemps !

Le 29.01.2024  
à Toulouse

Faites fleurir les couleurs du printemps dans vos repas avec le kiwi français ! Concoctez des plats plus légers mais pas moins savoureux et gourmands avec le kiwi français avant qu'il ne disparaisse des étals. Faites-vous plaisir avec l'arrivée des beaux jours !



**CONTACTS PRESSE : BIK - BUREAU NATIONAL INTERPROFESSIONNEL DU KIWI**  
Zoé Monchecourt, Chargée de communication, [zoe.monchecourt@kiwidefrance.fr](mailto:zoe.monchecourt@kiwidefrance.fr)  
Marjorie Rousseau, Bureau de presse, [m.rousseau@augural-strateo.fr](mailto:m.rousseau@augural-strateo.fr)



Communiqué  
de presse



## Un kiwi français a fait le printemps !

Toasts apéritifs

kiwi, asperges vertes

et cardamome



Crédits recette : Juliette Bozon - Crédits photo : Antoine Heuse



### Ingrédients

- 1 gros pain
- 100 g de fromage frais
- 1 botte d'asperges vertes
- cardamome
- 2 kiwis de France
- huile d'olive
- 100 g de radis ronds
- poivre du moulin

### Préparation

Préchauffer le four à 200°C. Tailler des tranches de pain de 2 cm d'épaisseur, verser un filet d'huile d'olive et les faire griller.

Faire chauffer de l'eau salée dans une casserole puis éplucher les asperges. Quand l'eau bout, plonger les asperges pendant 3 minutes et les refroidir dans de l'eau froide.

Tailler les radis en 4 puis éplucher et couper le kiwi en 8.

Dans un saladier, mélanger le fromage, la cardamome, l'huile d'olive, 3 tours de moulin puis saler le tout.

Pour le dressage, étaler la préparation de fromage sur le fond de la tartine puis disposer successivement asperges, kiwis, et radis.

## Un kiwi français a fait le printemps !

### Rouleaux de printemps au kiwi



Crédits recette et photo : Lucie Brisotto



### Ingrédients

- 12 feuilles de riz
- 100 g de vermicelles de riz
- 3 kiwis de France
- 1 carotte râpée
- 100 g de chou rouge
- 5 radis
- Quelques feuilles de menthe

### Préparation

Cuire les vermicelles de riz quelques minutes dans de l'eau chaude. En fin de cuisson, les rincer à l'eau froide.

Préparer les ingrédients de la garniture : râper la carotte, émincer finement le chou rouge, éplucher et couper les kiwis de France en lamelles puis laver et couper les radis en bâtonnets.

Humidifier une feuille de riz en la plongeant dans une assiette d'eau froide pendant environ 30 secondes. Celle-ci doit devenir molle. La poser immédiatement sur un torchon propre légèrement humide.

Placer de petites quantités de chaque ingrédient de la garniture au milieu de la feuille de riz en serrant le tout le plus possible. Déposer également une feuille de menthe et une tranche fine de kiwi en haut de la feuille de riz.

Replier la partie basse sur la garniture en serrant le plus possible puis replier les deux cotés tout en serrant. Pour terminer, rouler la partie restante jusqu'au bout.

Une fois les rouleaux de printemps terminés, les déposer entre des feuilles de papier cuisson afin qu'ils ne se chevauchent pas au risque de se coller entre eux.

Déguster avec de la sauce soja ou aigre douce !

Communiqué  
de presse



## Un kiwi français a fait le printemps !

Crédits photos et recette : Lucie Brisotto

Smoothie bowl

vitaminé

aux fruits frais



### Ingrédients

- 1 kiwi de France (+ une moitié pour le topping)
- 1 banane (+ quelques morceaux pour le topping)
- 100 g de mangue (+ quelques morceaux pour le topping)
- une poignée d'épinards frais
- 30 g de flocons d'avoine
- quelques gouttes de jus de citron
- quelques graines de chia
- muesli (facultatif)

### Préparation

Éplucher le kiwi, la banane et la mangue puis rincer les feuilles d'épinards à l'eau froide.

Dans un blender ou un petit mixeur, déposer le tout avec les flocons d'avoine et le jus de citron. Mixer jusqu'à l'obtention d'une consistance homogène.

Verser le tout dans un bol et dresser avec des morceaux de fruits parsemés de graines de chia et de muesli avant de déguster.