Communiqué de presse

Recettes 100% chocolat avec le kiwi français

Le 05.10.2023
à Toulouse

Le chocolat est à l'honneur lors du grand salon éponyme du 28 octobre au 1er novembre prochain ! Pour l'occasion, le Bureau national interprofessionnel du Kiwi vous propose 3 recettes alliant la rondeur et la gourmandise du chocolat à la fraîcheur et au goût acidulé du kiwi.
Au petit-déjeuner, en en-cas ou en dessert, toutes les occasions sont bonnes pour faire le plein de vitamines.

Communiqué de presse

Recettes 100% chocolat avec le kiwi français

Porridge banane chocolat noir et kiwi de France

4 personnes | 3 min. | 7 min.

Petit déjeuner

Ingrédients

- 1 banane bien mûre
- 50 g de flocons d'avoine
- 18 cl de lait (végétal ou non)
- 2 carrés de chocolat noir
- 1 kiwi de France

Préparation

Écraser la banane à l'aide d'une fourchette.

La placer dans une casserole avec les flocons d'avoine et le lait.

Mélanger puis faire chauffer à feu doux pendant environ 7 minutes en remuant de temps en temps.

Ajouter un carré de chocolat noir à mi-cuisson.

Lorsque la texture sera bien crémeuse, retirer du feu puis verser le porridge dans un bol.

Ajouter des morceaux de banane, un kiwi de France épluché et coupé ainsi que l'autre carré de chocolat. Déguster sans plus attendre !

Communiqué de presse

Recettes 100% chocolat avec le kiwi français

Brunch

Granola au chocolat fruits frais et fromage blanc

4 personnes | 25 min. | 10 min.

Ingrédients

La garniture

- 3 kiwis de France
- 6 fraises ou une barquette de fruits rouges
- 600 g de fromage blanc entier
- Miel liquide
- 1 branche de romarin ou un brin de menthe pour la décoration

Le granola

- 70 g de chocolat noir
- 50 g de gros flocons d'avoine
- 50 g de flocons de blé
- 50 g de riz soufflé nature
- 50 g d'amandes ou de noisettes
- 1 cuillère à soupe d'huile neutre
- 2 cuillères à soupe de miel liquide

Préparation

Préchauffer le four à 170°C.

Préparer le granola en mélangeant tous les ingrédients sauf le chocolat, étaler le granola sur une plaque de cuisson recouverte de papier sulfurisé et faire dorer le granola 10 minutes au four en mélangeant à mi-cuisson.

Faire fondre le chocolat au bain marie et mélanger le granola dedans. Laisser refroidir complètement.

Ce granola peut se conserver 1 mois dans une boîte hermétique bien fermée.

Dans un bol, mettre le fromage blanc, puis saupoudrer de pépites de granola. Ajouter les fruits frais, les kiwis de France et le miel liquide.

Décorer avec le romarin ou la menthe et déguster.

Communiqué de presse

Recettes 100% chocolat avec le kiwi français

Dessert

Cheesecake kiwi de France et biscuits Oreo©

4 personnes | 20 min. | 1h

Ingrédients

- 3 kiwis de France
- 200 g de biscuits Oreo©
- 250 g de fromage frais type Philadelphia©
- 1 cuillère à soupe de sucre
- 5 cl d'eau
- 50 g de beurre
- 2 feuilles de gélatine
- 1 gousse de vanille
- 1 bol d'eau froide
- 1 cuillère à soupe de jus de citron
- Quelques feuilles de menthe chocolat ou de menthe
- Copeaux de chocolat

Préparation

Mixer les biscuits Oreo© et ajouter le beurre préalablement fondu afin d'obtenir une pâte sableuse.

Étaler la pâte dans le fond de moules individuels recouverts de papier cuisson, puis placer au frais.

Fendre la gousse de vanille en deux dans le sens de la longueur et prélever les graines puis réserver.

Plonger les feuilles de gélatine dans un bol d'eau froide pour les ramollir. Dans une casserole, faire chauffer l'eau et le sucre. Ajouter la gélatine ramollie préalablement égouttée et la déposer dans le sirop encore chaud. Bien mélanger.

À l'aide d'un fouet, mélanger le fromage frais et verser le sirop petit à petit afin d'obtenir un mélange homogène. Ajouter les graines de vanille et mélanger à nouveau.

Verser la préparation dans les moules et remettre au frais pour 1h minimum.

Pendant ce temps, peler et couper 1 kiwi en morceaux. Le mixer avec le jus de citron et un peu de sucre si besoin afin d'obtenir un coulis.

Pour le montage, peler et couper les kiwis restants en fines tranches ou en petits cubes. Ciseler la menthe et l'ajouter aux kiwis.

Au moment de servir, déposer un peu de coulis sur chaque cheesecake encore dans leur moule et ajouter par-dessus les morceaux de kiwis frais. Démouler et servir aussitôt.

Décorer avec quelques copeaux de chocolat.

CONTACTS PRESSE : BIK - BUREAU NATIONAL INTERPROFESSIONNEL DU KIWI
Zoé Monchecourt, Chargée de communication, zoe.monchecourt@kiwidefrance.fr
Adeline Gachein, Directrice, adeline.gachein@kiwidefrance.fr
Marjorie Rousseau, Bureau de presse, m.rousseau@augural-strateo.fr