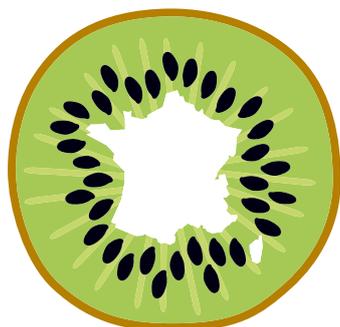


DOSSIER DE PRESSE 2020

**LE KIWI DES  
PRODUCTEURS  
FRANÇAIS  
LA BELLE  
AVENTURE !**



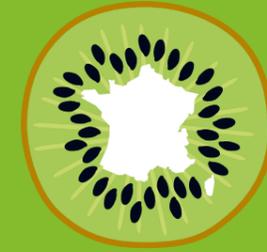
**Le kiwi  
des producteurs  
français**

# « LE KIWI DES PRODUCTEURS FRANÇAIS, VOUS DITES ? »

Tout le monde connaît le kiwi : dodu et poilu à l'extérieur, charnu et délicieusement acidulé à l'intérieur, il ne laisse personne indifférent. **Originaire de Chine, il fut importé en France une cinquantaine d'années plus tôt**, où des producteurs ont relevé le défi : le faire pousser dans l'hexagone. Défi réussi puisqu'aujourd'hui le kiwi français est présent sur tous nos étals de novembre à juin !

Découvrez l'aventure passionnante du kiwi français : **une aventure locale, récente et collective**. Ce fruit a su conquérir les producteurs de nos terroirs, mais également nos papilles ! En plus d'être bon, le kiwi possède de nombreuses vertus.

**Et si vous le regardiez de plus près ?**



Le kiwi  
des producteurs  
français

## #1

### Un fruit exotique, mais pas tant ! Zoom sur le kiwi d'ici

- > La petite histoire du kiwi français
- > Ce petit fruit dodu qui s'adapte parfaitement à nos régions de France

## #2

### Une aventure collective

- > Portraits : les aventuriers du kiwi
- > Le BIK : bureau de promotion d'intérêt général !

## #3

### Un fruit pour toute la famille

- > Le kiwi des producteurs français : champion nutritionnel
- > Recettes

# #1

## UN FRUIT EXOTIQUE, MAIS PAS TANT! ZOOM SUR LE KIWI D'ICI

Le kiwi origine France est aujourd'hui prisé par les consommateurs, et ses qualités ne sont plus à prouver. Mais il n'y a pas si longtemps, le kiwi était encore considéré comme un fruit exotique, venu d'ailleurs. Mais comment a-t-il commencé à être cultivé sur le sol français ? Ici, on vous raconte tout.



### > La petite histoire du kiwi français

Aujourd'hui, le kiwi est une production française reconnue, et les Français en mangent régulièrement, sans toujours savoir d'où il vient. Pourtant, 60 ans plus tôt, personne ne connaissait ce fruit. **Et vous, le connaissez-vous vraiment ?**



#### Un fruit qui vient de loin

Initialement, **le kiwi nous vient de Chine**, où il pousse le long d'un grand fleuve : le Yang Tsé Kiang. Au milieu du XVIII<sup>e</sup> siècle, un Jésuite passionné de botanique, Pierre Nicolas Le Chéron d'Incarville, ramène les premiers plants de kiwi en Europe. Mais, on considère l'*Actinidia* (liane où pousse les kiwis) comme une plante décorative.

#### Un nom d'oiseau

Les Néo-Zélandais se sont très vite emparés de ce fruit et sont à l'origine de la variété Hayward, qui est la plus connue à ce jour. Ayant commercialisé ce fruit dans le monde entier les premiers, **ils ont décidé de le baptiser du nom de leur emblème national : le kiwi !** Un petit oiseau brun et duveteux...

#### Du kiwi exotique au kiwi français

Lorsque le kiwi arrive sur les étals européens dans les années 1960, il est vendu en tant que fruit exotique ! Puis, dès 1965, le kiwi s'implante dans le Sud-Ouest, à la suite de plusieurs pionniers, comme Jacques Rabinel, Henri Soyez et Henri Pedelucq. **Le marché décolle dès 1972, avec la première commercialisation de kiwis français, en France**, mais également en Allemagne ! Et c'est ainsi que le kiwi a conquis la France et continue à y être cultivé avec le plus grand soin.



### > Quelques chiffres sur le kiwi

Le kiwi Hayward français est **disponible du 6 novembre au mois de juin**. C'est au cœur de saison, de janvier à avril, que le kiwi français sera au meilleur de lui-même : **du goût, des vertus et toujours avec de l'énergie à revendre !**

#### Le kiwi Hayward représente

# 98%

de la production de kiwi français. Il est produit à 75% dans le Sud-Ouest de la France par 1500 producteurs fiers de leur produit.

*\*Source BIK*



Quasi inconnu il y a 40 ans, le kiwi est désormais **le 9<sup>e</sup> fruit préféré des Français, qui en consomment 80 000t par an.**

*\*Source Kantar*



Le kiwi, une source de vitamines et nutriments reconnue : un seul kiwi couvre **102% des besoins quotidiens en vitamine C!**

*\*Source Aprifel*



**Le kiwi français s'exporte aussi ! La France est le 6<sup>e</sup> producteur mondial de kiwi** et exporte essentiellement en Europe et en Asie. L'export n'est pas la priorité des entreprises françaises, qui privilégient les consommateurs français.

## > Cultiver le kiwi en France, oui, mais pas n'importe où !

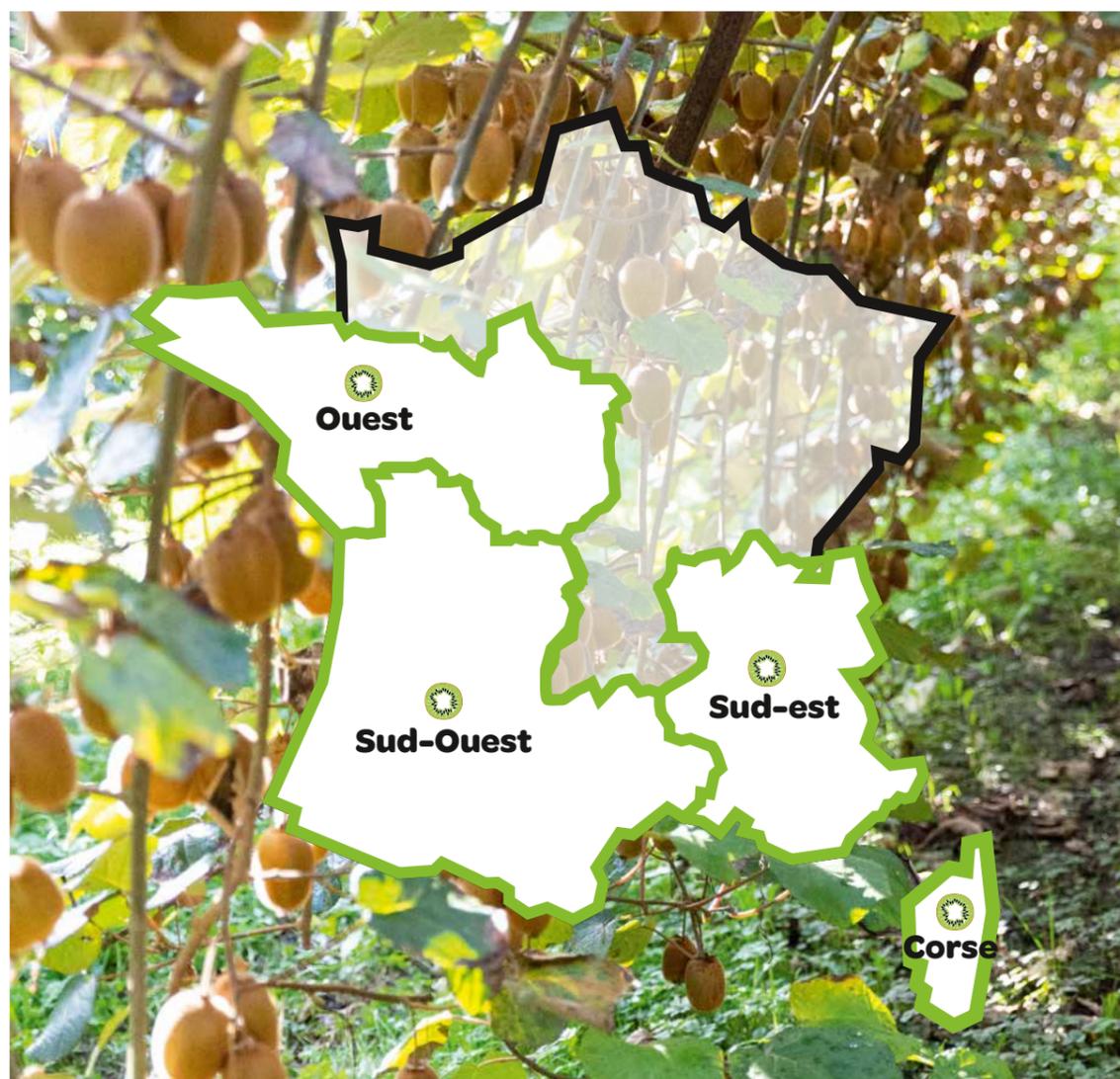
Pour bien se développer et donner de beaux fruits, un plant de kiwis a besoin de la conjugaison de plusieurs facteurs favorables : climat, sol, ensoleillement, prise au vent, variations de température... Autant d'éléments spécifiques à la culture du kiwi !

**L'eau, quant à elle, est d'une importance cruciale pour sa production :**

c'est pourquoi les vergers de kiwis sont plutôt implantés au bord des cours d'eau.

En France, on compte trois régions productrices de kiwi :

- > LE SUD-OUEST (NOUVELLE-AQUITAINE ET OCCITANIE),
- > LE SUD-EST (CORSE ET RHÔNE-ALPES)
- > L'OUEST (BRETAGNE ET VALLÉE DE LA LOIRE).



## > Interview d'un producteur Olivier Dupuy



*Je pense à replanter des plants de kiwi aujourd'hui, car avec toutes les vertus qu'on lui reconnaît maintenant, il a le vent en poupe et je me demande d'ailleurs pourquoi on n'en plante pas davantage.*



Sa rencontre avec Henri Pedeluq l'ayant fortement inspiré lorsqu'il était jeune, Olivier Dupuy décide alors de s'installer en tant que producteur de kiwi, auprès de son propre père, arboriculteur à l'esprit pionnier.

Après un tour de France des vergers de kiwi avec son père, ils décident de planter quelques plants dans l'hiver 1979-1980 et c'est une véritable passion qui commence. Malgré des années difficiles quelques temps après ses plantations, Olivier n'a pas baissé les bras et est aujourd'hui fier de ce qu'il a bâti avec son épouse, qui l'a rejoint en 1996.

Olivier Dupuy fait maintenant partie des anciens à avoir planté du kiwi dans sa région. Il continue à produire du kiwi et à le vendre lui-même grâce au magasin de producteurs qu'il a ouvert sur l'exploitation. Pour lui, le kiwi est un fruit qualitatif, qu'il prend plaisir à cultiver.



*J'ai découvert qu'on avait un kiwi de grande qualité gustative dans nos coteaux, ce qui m'a encouragé dans ma production*



# #2

## UNE AVENTURE COLLECTIVE

Plus qu'une histoire de production et de culture, le kiwi français est avant tout une aventure collective. Des pionniers aux producteurs actuels, l'histoire du kiwi est surtout une histoire de passion, de transmission, d'échange et de partage.

Découvrez les femmes et les hommes qui ont débuté l'aventure et ceux qui la continuent aujourd'hui.

### > Des pionniers aux producteurs d'aujourd'hui : la folle aventure

Aujourd'hui, le kiwi français est si naturellement présent sur nos étals qu'on en oublierait que les débuts de sa culture sont si récents. Mais qui sont les pionniers de ce petit fruit velu, qui ont fait le pari de le faire pousser à plus de 8000 km de sa terre d'origine : la Chine ?

#### Les toutes premières plantations : une expérience inédite

Jacques Rabinel, un architecte, Henri Pedelucq et Jean-Louis Soyez, deux ingénieurs agronomes, sont à l'origine de la production du kiwi en France. La liane s'acclimatant parfaitement, Henri Pedelucq a planté de l'Actinidia venu de Nouvelle-Zélande en grande quantité dès 1966. Quelques années plus tard, la technique du bouturage lui permet de reproduire directement ses plants en France. C'est aujourd'hui son fils, Julien, qui continue à exploiter ces vergers de kiwi.



À travers mes parents j'ai vécu les réussites mais aussi les déboires que vivaient les tous premiers producteurs : grêles, inondations, gels... On découvrait les problèmes techniques au fur et à mesure et on essayait de trouver des solutions.

Julien Pedelucq



#### En Lot et Garonne : une aventure prometteuse

Jacques Sanz tente la grande aventure en 1970 : produire dans sa vallée de la Garonne ce fruit encore considéré comme exotique en France. « Quand on a commencé à planter, on a rencontré un certain scepticisme » souligne Pierre Sanz. La technique pour le produire, ainsi que les marchés pour le vendre, tout était à construire ! Ce qui n'empêche pas Jacques Sanz et ses frères, comme d'autres producteurs, d'y croire, et de réussir. Guy Sanz affirme : « avec le kiwi, c'est une vraie rencontre, notre terroir lui convient parfaitement ».

À ce jour, les vergers de la famille Sanz continuent à être valorisés par leurs enfants et petit-enfants.



#### Des efforts payants : le kiwi conquiert la France

A la suite de ces pionniers, des projets de plantations se mettent en place un peu partout en France : dans la Vallée de l'Adour et de la Garonne, au départ. Puis, dans la région de Perpignan, autour du groupe Barniol, en Corse, en Vallée du Rhône (Drôme et Ardèche), en Val de Loire et en Bretagne. Des producteurs indépendants et des coopératives se structurent pour produire ce nouveau fruit.

Malgré les aléas rencontrés devant cette culture nouvelle, les efforts et le sens de l'innovation de cette première génération de kiwiculteurs paient : quelques décennies après les premières plantations de vergers, le kiwi « origine France » a conquis l'hexagone, ainsi qu'un large public.



Pour résumer selon les mots de Marie-José Sanz, fille de Jacques Sanz, « L'histoire du kiwi est une histoire de pionniers enthousiastes et déterminés. C'est un fruit nouveau qui a suscité beaucoup de passion. »

### > Le kiwi : une aventure familiale

Alors qu'il était encore un jeune garçon, le père de Franck De Biasi plantait ses premiers plants de kiwis en 1986, en Gironde. Une fois ses études finies, il revient sur l'exploitation et c'est tout naturellement qu'il s'installe auprès de son père pour continuer le développement de la culture du kiwi, ce fruit qu'il affectionne particulièrement.

« C'est un fruit agréable à cultiver car l'arbre est beau à voir pousser : la puissance qu'il dégage lorsqu'il pousse et tous les fruits qu'il est capable de donner... Je trouve cela fascinant et passionnant. »

Pour Franck, cette plante qu'il qualifie de « mystique » est devenue une production importante à bien des égards : sur son exploitation, mais aussi dans son quotidien, en termes d'investissement personnel et de temps de travail. Ce qui, loin de le décourager, lui donne du baume au cœur et contribue à lui faire produire des kiwis français avec une ferveur non dissimulée.

« On est fiers de ce qu'on produit et de ce qu'on fait. Passion et valeurs sont nos maîtres mots ! »

Respectueux des anciens, et des producteurs de kiwi qui l'ont précédé, Franck estime qu'il est de son devoir d'être constructif et d'améliorer ce que ses prédécesseurs ont construit. De quoi en inspirer plus d'un !



## > Le BIK : bureau d'intérêt général !

**Le BIK, Bureau national Interprofessionnel du Kiwi, est une association qui regroupe les producteurs, coopératives et expéditeurs du kiwi français.**

L'objectif de cette collective est de travailler ensemble pour promouvoir et valoriser le kiwi français. Communication auprès des consommateurs, interlocuteur privilégié des pouvoirs publics, défense juridique du kiwi français, recherche technique... les missions du BIK sont variées, globales et toujours pensées dans l'intérêt du kiwi français et de ses adhérents.



**Julien PEDELUCQ, Co-Président du BIK :**

*« Le BIK rassemble les acteurs de la filière qui ont désiré travailler ensemble en toute indépendance, autour d'un objectif collectif : promouvoir et faire connaître le kiwi produit en France. »*



**Marie-José SANZ, Co-Présidente du BIK :**

*« Notre objectif est de valoriser très fortement le travail des producteurs, ce qui est juste et qui permettra de renouveler et développer le verger de kiwi français. »*

### Nos missions, nos objectifs

Le BIK a 6 missions essentielles :

> Promouvoir le kiwi français en France et dans le monde

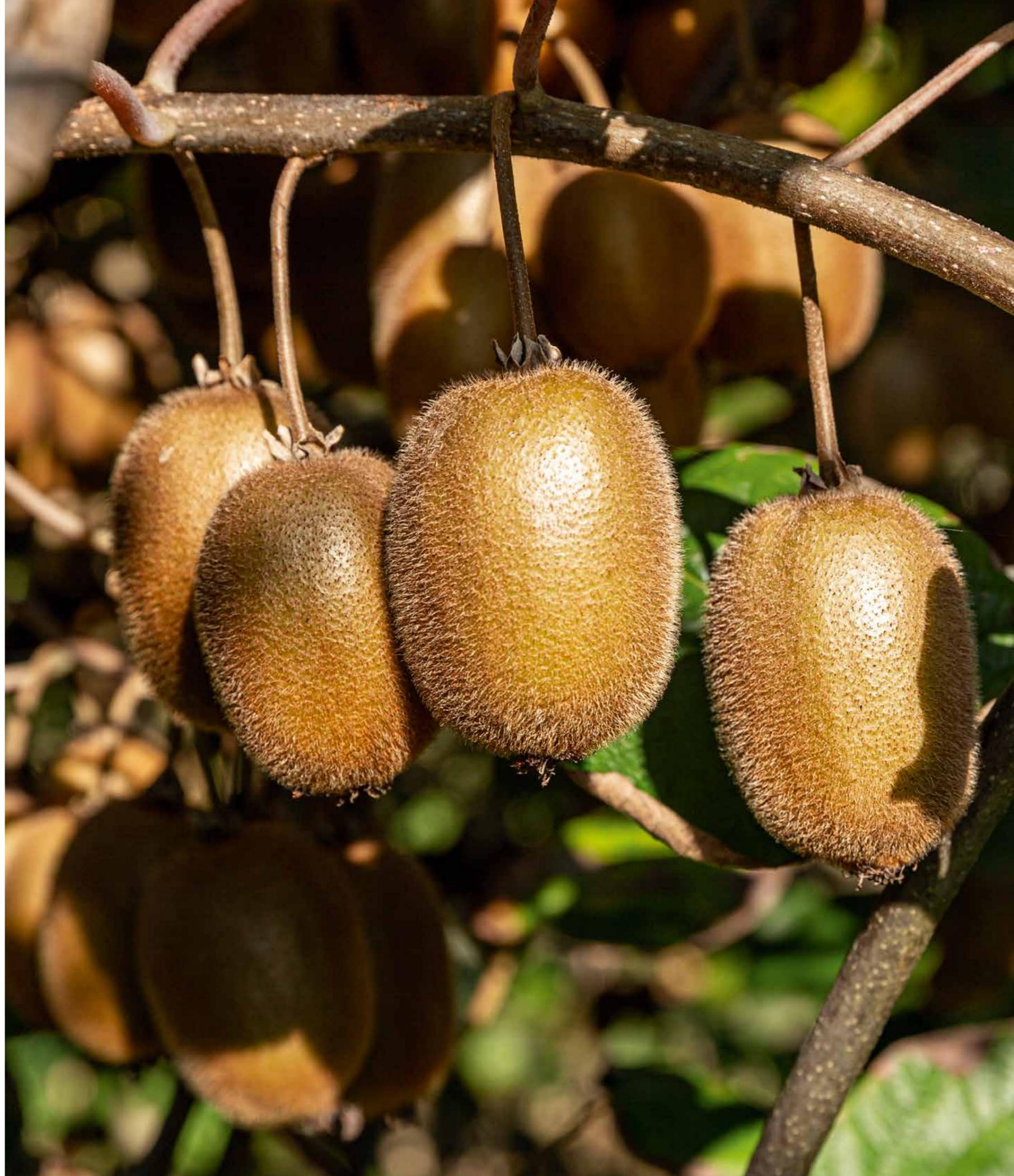
> Faciliter la culture du kiwi en France grâce à la recherche-expérimentation en kiwi

> Protéger juridiquement le kiwi français, notamment en luttant contre la francisation

> Etablir des statistiques sur le kiwi français, pour une meilleure qualité de celles-ci

> Œuvrer pour la qualité du kiwi par la mise en place de normes et réglementations

> Echanger avec les organisations des autres pays producteurs de kiwi, par le biais de l'IKO (International Kiwifruit Organisation)



# #3

## UN FRUIT POUR TOUTE LA FAMILLE

**Saviez-vous que le kiwi est bon à tout âge ? En effet, c'est un fruit plein de bienfaits sur l'organisme : source d'énergie, de vitamine C, d'antioxydants... Autant de nutriments à l'origine de bien des vertus, et qu'il ne faut pas hésiter à consommer !**

**Et vous, c'est quoi votre bonne raison de manger du kiwi ?**

### > Le kiwi des producteurs français : champion nutritionnel

Le kiwi, avec son goût sucré et acidulé, figure parmi les dix fruits préférés des Français. **Avec toute la vitamine C qu'il contient, mais également les vitamines A, B et K, c'est un concentré d'énergie !**

Riche en fibres et peu calorique, manger au minimum un kiwi par jour est bénéfique à chacun.

En effet, il contribue à la bonne croissance des enfants, mais vient aussi apporter de l'énergie. Un kiwi le matin couvre les besoins nutritionnels en vitamine C, tandis que pour seulement 47 kcal, il régale les sportifs en leur apportant du tonus ! Enfin, les personnes âgées peuvent le consommer sans modération, car il leur apporte de nombreux bienfaits : propriétés antioxydantes, stimulantes, renforcement du système immunitaire...

**Un fruit délicieusement vertueux !**

#### De la vitamine C pour faire le plein d'énergie... et pas que !

**81,9 mg pour 1 kiwi, 102 % des VNR (Valeurs Nutritionnelles de Référence)**

Comme l'organisme ne produit pas de vitamine C, il est indispensable de lui en apporter via l'alimentation. Ce qui est pratique avec le kiwi, c'est que la consommation d'un fruit permet tout l'apport nécessaire en vitamine C pour la journée !

La vitamine C est connue pour apporter du tonus et de la vitalité à l'organisme : elle apporte effectivement de l'énergie physique et mentale à l'organisme et réduit la sensation de fatigue.

Elle contribue également au bon fonctionnement du système immunitaire, et participe à la formation du collagène, qui a un rôle essentiel dans la bonne santé de la peau.

Enfin, la vitamine C est un puissant antioxydant et, de ce fait, elle aide au renouvellement cellulaire et à la protection de l'ADN contre les dommages causés par les radicaux libres.

#### Le potassium, un minéral essentiel

**290 mg pour 1 kiwi, 14,5% des VNR**

Le potassium, dont le kiwi est fortement pourvu, est un minéral indispensable pour le bon fonctionnement de l'organisme, et notamment pour la contraction musculaire. Il contribue au fonctionnement normal du système nerveux, et aide donc à lutter contre le ralentissement des réflexes et la confusion mentale, ainsi que la fatigue.

Enfin, le potassium participe au maintien d'une pression sanguine normale, et peut prévenir des problèmes d'arythmie cardiaque et d'hypertension.



#### Le folate, fabricant de cellules

**(Vitamine B9), 0,0222 mg pour 1 kiwi, 11,1 % des VNR**

Le folate, présent dans le kiwi, est une vitamine essentielle à la croissance et au développement cellulaire, puisqu'elle participe à la fabrication de toutes les cellules du corps, dont les globules rouges. Ce sont ces derniers qui participent au transport de l'oxygène, mais aussi du fer et des autres minéraux, dans l'organisme. C'est pourquoi il est primordial pour la croissance de l'enfant, mais aussi chez la femme enceinte et pour la qualité des spermatozoïdes.

#### Un antioxydant majeur : la vitamine E

**0,96mg pour 1 kiwi, 8% des VNR**

La vitamine E est un antioxydant majeur, et a donc de nombreux bienfaits sur l'organisme. Elle protège la membrane qui entoure les cellules du corps (surtout les globules rouges et blancs), et aide à lutter contre le vieillissement prématuré des cellules en neutralisant les effets des radicaux libres. La vitamine E protège le système nerveux et l'organisme contre les effets de la pollution et du tabagisme, et prévient les maladies cardiaques, ainsi que certains cancers. Enfin, cet antioxydant permet l'assimilation du fer par l'organisme et lutte contre l'élévation du mauvais cholestérol.

#### L'actinidine, une enzyme unique du kiwi

Le kiwi renferme une enzyme qui lui est spécifique : l'actinidine. Cette enzyme est une protéase, c'est-à-dire qu'elle est capable de scinder les protéines en plus petites molécules. C'est ainsi qu'elle apparaît comme l'enzyme qui améliore la digestion des protéines dans l'estomac et le petit intestin. En effet, l'actinidine permet de diminuer la sensation de lourdeur associée aux aliments riches en protéine, par l'absorption desdites protéines. Ainsi, elle apporte un réel confort digestif. Bon à savoir : en cuisine, c'est cette enzyme du kiwi qui permet d'attendrir les viandes.

#### Des fibres pour un meilleur transit !

**2,4g de fibre pour 1 kiwi (100g en moyenne),**

Les fibres sont sources de nombreux bienfaits digestifs. Il existe deux types de fibres : les fibres solubles et non solubles. Outre le rôle protecteur qu'elles jouent contre les maladies cardiaques et le diabète, elles stimulent le transit intestinal via le système digestif. Autrement dit, elles augmentent la taille et la souplesse des selles, ce qui permet de fluidifier le transit intestinal ! De plus, elles réduisent la sensation de ballonnement et apportent une satisfaction à l'occasion du transit intestinal.

En résumé, le kiwi est un laxatif doux et efficace, notamment pour les personnes souffrant de constipation chronique.





## À TRAVERS LES YEUX DES PRODUCTEURS : LES VERTUS DU KIWI

« Je veux rendre hommage au formidable produit qu'est le kiwi. A ce fruit exceptionnel, si plein de ressources. Nous avons fait beaucoup pour lui, mais il nous a donné plus encore ! Toutes les recherches scientifiques mettent en avant cette immense richesse nutritionnelle du kiwi. Personnellement, je l'aime au petit-déjeuner, simplement coupé en deux et mangé à la cuillère. »

Marie José Sanz, productrice en Garonne



« Je trouve que le kiwi est un fruit génial ! En cette période d'épidémie, la consommation a explosé, on se rend compte que le kiwi est identifié comme un fruit santé. Nous cherchons à mettre en valeur cette facette du kiwi, car c'est un fruit concentré de vitamines, qui donne de l'énergie. Et je peux dire moi-même que mon énergie me vient du kiwi que je mange tous les matins ! »

Marc Peyres, directeur commercial de coopérative

« Le kiwi a plein d'atouts : il contient des fibres qui aident le transit, et il est riche en vitamines et minéraux qui renforcent le système immunitaire. Moi le kiwi, je le mange cru et mon épouse le cuisine. Mon épouse et mes enfants en mangent tout le temps au petit-déjeuner, alors que moi je le préfère plutôt dans la journée. »

Franck De Biasi, producteur en Garonne



« Aujourd'hui, on remarque un engouement au niveau des consommateurs : il y a une demande de plus en plus forte. Ces derniers l'ont bien remarqué : le kiwi est un formidable produit, plein de vitamines. »

Jean- Marc Manent, producteur dans le Sud-Est

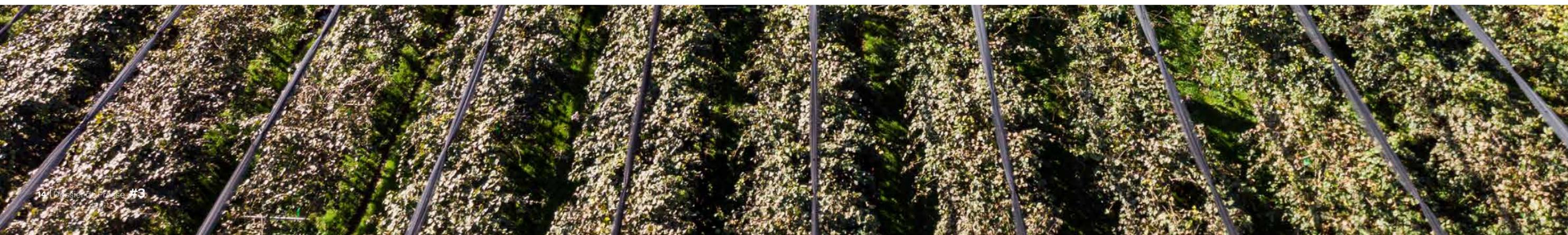
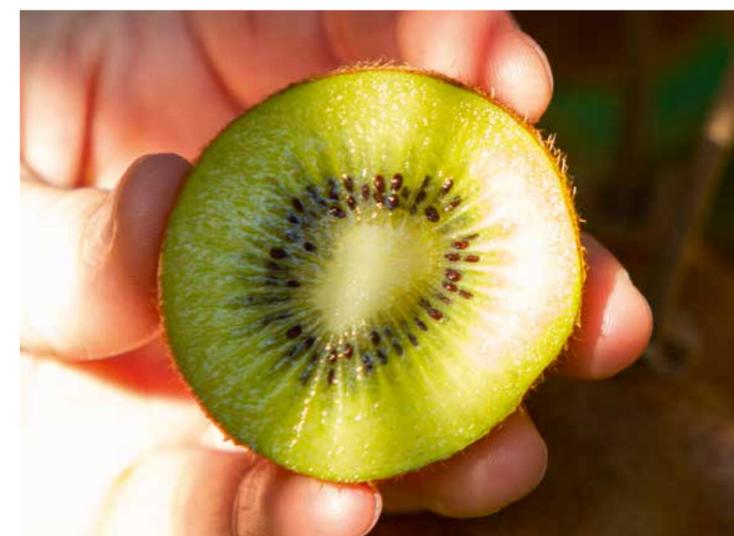


« Je pense que le kiwi français a un avenir propice : la consommation continue à augmenter et le consommateur cherche la qualité et le local/national. En production biologique, le phénomène est encore plus marqué car la consommation est exponentielle. »

Christophe Gautheron, directeur de coopérative

« La consommation française est en demande de produits certifiés, avec la notion d'achat local. De plus, il se trouve que le kiwi est naturellement peu traité... La demande en kiwi s'est encore accrue avec l'apparition du virus Covid 19. Tout ce qui est fort en vitamine C a été très demandé pendant le confinement, et comme le kiwi est connu pour sa richesse en vitamine C, il est très demandé ! »

Julien Pedelucq, producteur dans l'Adour



## > Le kiwi en cuisine



RECETTE  
ÉTOILÉE

## Nems de crabe au kiwi et pomme verte

(recette du Chef étoilé Eric Fréchon)

Une recette haute en couleurs et vitamines imaginée par le Chef triplement étoilé, Eric Fréchon. Une association de saveurs idéale pour une entrée gourmande ou pour un apéritif dînatoire qui ravira tous les convives.



### Ingrédients

- 2 kiwis
- 1 pomme verte  
"Granny Smith"
- 1 boîte de crabe
- 4 branches  
de coriandre
- 10 cl d'huile d'olive
- 1 citron jaune
- Sel fin
- 12 feuilles de romaine  
moyenne vert tendre
- 12 brins de ciboulette

### Pour commencer

Egouttez et émiettez le crabe.

Epluchez et taillez les kiwis en quartiers.

Epluchez, lavez et taillez la pomme en petits bâtonnets, en prenant soin de retirer le trognon.

Effeuillez et ciselez les feuilles de coriandre.

Pressez le citron pour obtenir un jus.

Faites la vinaigrette en mélangeant le jus de citron, le sel et l'huile d'olive.

Lavez et essorez les feuilles de romaine.

### Préparation

Dans un saladier, déposez le crabe avec les quartiers de kiwis et les bâtonnets de pomme, la coriandre, et assaisonnez avec la vinaigrette.

Déposez au centre de chaque feuille de romaine la préparation à base de crabe, de kiwi et de pomme, referme la feuille de salade comme un nem et fermez-la avec un brin de ciboulette.



Crédit recette et photo  
© Eric Fréchon / JC Amiel / O. Souksisavanh pour Interfel



RECETTE  
DOUCEUR

## Tartelettes express kiwi chocolat

Une gourmandise régressive tout en contraste !  
L'alliance divine de la rondeur du chocolat et de l'acidulé du kiwi  
fera fondre tous les gourmands.



### Ingrédients

4 kiwis  
4 fonds de tartelette  
(pâte sablée)  
150 g de chocolat  
noir à pâtisserie  
50 g de crème liquide  
30 g de beurre

### Préparation

1. Dans un bol, cassez le chocolat en petits morceaux.
2. Dans une casserole, faites bouillir la crème liquide puis, lorsqu'elle est bouillante, versez-la sur le chocolat. Remuez pour bien faire fondre le chocolat.
3. Coupez le beurre en parcelles puis l'incorporez délicatement au fouet de façon à obtenir un mélange bien lisse et homogène.
4. Nappez chaque fond de tartelette de cette préparation puis placez-les au frais environ 30 minutes afin que la préparation durcisse un peu.
5. Pelez les kiwis au couteau économe et émincez-les en fines tranches. Sortez les tartelettes du frigo et garnissez-les harmonieusement de tranches de kiwi. Le fondant crémeux du chocolat et le léger acidulé du kiwi feront un contraste des plus savoureux !



Crédit photo : © Philippe Colin pour Interfel

IDÉALE  
POUR LE PETIT  
DÉJEUNER

## Nems de crabe au kiwi et pomme verte

(recette du Chef étoilé Eric Fréchon)

À déguster au petit-déjeuner pour démarrer la journée du bon pied,  
le Tonik's smoothie est un concentré de vitamine C !

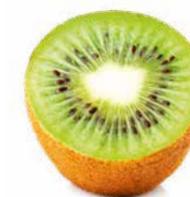


### Ingrédients

4 kiwis  
4 oranges à jus  
(type Maltaises)  
2 pommes  
4 feuilles  
de menthe fraîche  
1 cuillère à soupe  
de sucre  
8 glaçons

### Préparation

1. Ouvrez les oranges en deux pour les presser.
2. Pelez les pommes et les kiwis puis détaillez-les grossièrement en morceaux.
3. Versez-les dans le bol du blender et mixez-les finement avec le jus d'orange, le sucre et la menthe.
4. Pilez la glace : placez les glaçons au centre d'un torchon propre. Fermez bien le torchon et frappez les glaçons sur une planche à découper en bois ou sur le plan de travail. Sinon, mixez les glaçons au blender.



Crédit photo : © Phippe Dufour pour Interfel



RECETTE  
GOURMANDE

## Gâteau de crêpes aux fruits

Une recette aussi belle que bonne à faire varier selon les plaisirs et les saisons.  
Privilégiez les fruits de saison et mariez-les à l'envi avec le kiwi.



### Ingrédients

12 crêpes  
sucrées maison ou  
du commerce

1 cuillère à soupe  
de grains de grenade

1 kiwi

1 poire

½ pomme

½ mangue

### Préparation

1. Pelez la pomme, les kiwis, la poire et la mangue et taillez-les en petits dés.
2. Placez 2 crêpes sur un moule à tarte ou autre plat comportant un petit rebord.
3. Coupez les autres crêpes en lanières de même hauteur. Enroulez un peu de fruit au choix (ou mélangés) dans chaque lanière (si besoin, faites chevaucher 2 lanières pour celles les plus courtes).
4. Calez les rouleaux les uns contre les autres en commençant par le pourtour.
5. Dégustation : chaque convive "pique" dans le plat les petits rouleaux de son choix !

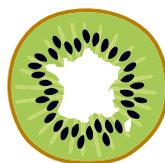


SUGGESTION



Privilégier les fruits de saison pour cette recette.  
Les pommes et poires sont parfaites  
pour accompagner le kiwi.

Crédit photo : © Amélie Roche pour Interfel



**Le kiwi  
des producteurs  
français**

[www.lekiwidefrance.fr](http://www.lekiwidefrance.fr)



**CONTACT PRESSE:**

Augural / Strateo  
Marjorie Rousseau 06 43 17 42 70  
[m.rousseau@augural-strateo.fr](mailto:m.rousseau@augural-strateo.fr)

