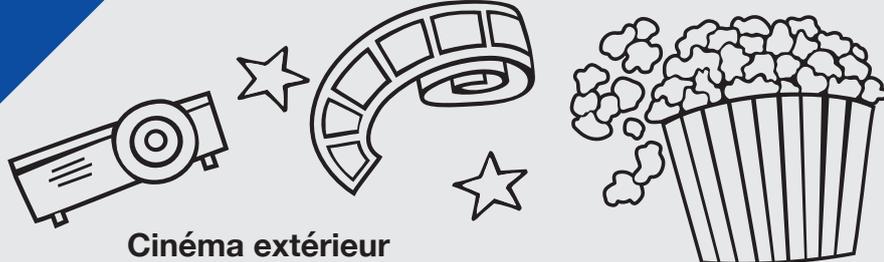


Un repas médaillé d'or
avec Usain Bolt et Epson



Cinéma extérieur

Pop-corn et milkshake aromatisés

Pop-corn marmite

Pop-corn au chocolat

Milkshake Moka sans produits laitiers

Les cinémas d'extérieur gagnent en popularité. Si vous ne pouvez pas vous rendre à un événement organisé, pourquoi ne pas utiliser un projecteur Epson et organiser votre propre soirée cinéma dans votre jardin ? Prenez vos en-cas, vos couvertures, vos poufs et vos guirlandes électriques et installez-vous pour regarder votre film préféré !

Usain Bolt



Pour **2 portions**
Préparation **20 minutes**
Cuisson **15 minutes**

Ingrédients

- 1 c. à c. d'huile végétale
- 150 g de maïs pour popcorn
- 100 g de chocolat noir à 70 % (en morceaux)
- 50 g de guimauves véganes
- 50 g d'abricots séchés hachés
- 50 g pâte à tartiner/beurre végétal sans produits laitiers
- 1 c. à c. d'extrait de levure
- 120 ml de café expresso fraîchement préparé ou 4 cuillères à café de café instantané préparé avec 120 ml d'eau bouillante
- 300 ml de lait de noisette ou d'amande, ou de lait végétal de votre choix
- 200 g de glace au chocolat sans produits laitiers
- 2 bananes mûres
- Une poignée de glaçons (facultatif)



Convient aux personnes qui ne consomment pas de produits laitiers ou végétaliens.
Cette recette est destinée à des fins de divertissement et doit être utilisée par des personnes ayant les compétences appropriées, à leur discrétion et à leurs propres risques. Avant d'essayer cette recette, vérifiez que vous et vos convives n'êtes pas allergiques à l'un des ingrédients.

EPSON®

Pop-corn et milkshake aromatisés

1



Préparez le **pop-corn**. Pour de meilleurs résultats, faites cuire en petites portions, 50 g à la fois.

Sur la plaque de cuisson, mettez l'huile et le maïs dans une grande casserole avec un couvercle hermétique à feu moyen. Mettez le couvercle et chauffez jusqu'à entendre le premier pop-corn éclater, puis tournez le feu sur moyen-faible. Lorsque vous commencez à entendre beaucoup d'éclatements, secouez la poêle. Continuez à secouer fréquemment jusqu'à ce que les éclatements s'arrêtent. Éteignez le feu.

Si vous utilisez le **micro-ondes**, mettez le maïs dans un grand bol résistant aux micro-ondes (ne pas ajouter d'huile). Couvrez-le complètement avec une plaque résistante aux micro-ondes. Cuisez à haute température, 900Watts, quelques minutes à la fois, pour vous assurer que cela ne brûle pas. Continuez jusqu'à ce que la majeure partie du maïs ait éclaté, 4 à 5 minutes. Retirez le maïs éclaté et remettez les grains non éclatés dans le bol. Couvrez à nouveau et attendez une minute de plus environ jusqu'à ce que le plus grand nombre possible d'entre eux aient éclaté. Jetez tous les grains qui n'ont pas éclaté. Veillez à ce que le maïs ne brûle pas.

2



Pour faire fondre le **chocolat**, remplissez une casserole moyenne avec 2 à 3 cm d'eau. Mettez sur feu moyen et laissez mijoter doucement. Placez un bol résistant à la chaleur sur la poêle de manière à ce qu'il s'adapte parfaitement mais ne touche pas l'eau. Baissez le feu. Ajoutez le chocolat dans le bol et laissez fondre pendant 4 à 5 minutes en remuant régulièrement.

3



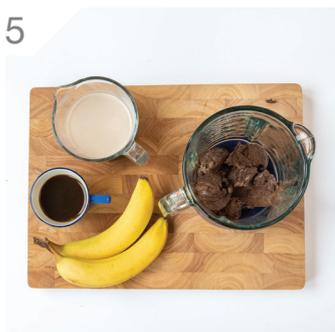
Recouvrez un plateau de papier sulfurisé, étalez un tiers du **pop-corn cuit** avec les **guimauves**. À l'aide d'une cuillère, versez la moitié du chocolat afin que tout se lie. Saupoudrez les **abricots** sur le dessus pour coller au chocolat et versez le reste du chocolat. Laissez reposer.

4



Transférez les deux tiers restants de maïs éclaté dans un grand bol. Versez le **beurre végétal** dans une petite casserole avec l'**extrait de levure** et faites fondre doucement à feu doux. Retirez du feu et versez sur le pop-corn. Mélangez pour recouvrir le maïs uniformément et laissez refroidir.

5



Préparez le milkshake au moka. Une fois que le **café** est froid, versez dans un mixeur avec le **lait de noisette ou végétal**, la **crème glacée au chocolat sans produits laitiers**. Épluchez les **bananes** et ajoutez la chair. Fouettez jusqu'à obtenir un mélange homogène et ajoutez une poignée de **glaçons** si vous le souhaitez.

6



Cassez les grains de pop-corn au chocolat et mettez-les dans des récipients adaptés. Placez le pop-corn dans un récipient séparé.

Placez le milkshake dans une bouteille Thermos ou des gobelets isothermes pour le conserver au frais. Détendez-vous et profitez du film !

Les bons conseils du chef Usain

Il y a tellement de produits végétaliens et sans produits laitiers disponibles maintenant, alors choisissez votre alternative préférée au beurre ou au lait.

Utilisez un chocolat noir à haute teneur en solides (70 % ou plus) et vérifiez sur l'étiquette qu'il est conforme aux exigences relatives aux produits sans produits laitiers ou végétaliens.

Essayez un lait au chocolat sans produits laitiers et ajoutez de la crème glacée à la vanille végétalienne avec du café comme combinaison alternative mélangée à la banane mûre.

Ne gaspillez jamais de bananes trop mûres : pelez, congelez et ajoutez-les directement aux smoothies.