

IS CHEVAT NOUVEL AN DES ARBRES



Lev Zahav, La banque du cœur
En cuisine by Rachel

Le 15ème jour de Chevat est le Nouvel An des Arbres, connu sous le nom de *Tou BiChevat*. Il tombe cette année le **17 janvier 2022** .

D'après la loi biblique, il existe un cycle agricole de sept ans qui s'achève par l'année sabbatique, la *Chemitah*. Lorsque le Saint Temple se tenait à Jérusalem, la première, la seconde, la quatrième et la cinquième année de ce cycle, les fermiers devaient prélever une seconde dîme de leur récolte et la consommer à Jérusalem. Cette dîme s'appelle Maasser Chéni, la Seconde Dîme, car elle s'ajoute (aux deux pour cent qui doivent être données au Cohen et) aux dix pour cent qui sont donnés au Lévite. Les troisième et sixième années du cycle, la seconde dîme est donnée aux pauvres qui pouvaient la consommer où bon leur semble.

Il faut environ quatre mois pour que les pluies de la nouvelle année saturent le sol et les arbres et produisent des fruits [L'année sabbatique, aucune dîme n'est prélevée. Tous les produits de la terre qui poussent cette année-là sont sans propriétaire et quiconque peut les prendre.]

Il était donc primordial de déterminer le moment où la nouvelle année débute pour les produits agricoles. Nos Sages ont établi qu'un fruit dont la floraison s'est faite avant le 15 Chevat appartient à la récolte de l'année précédente. Si la floraison s'est faite après, c'est un fruit de la « nouvelle année ». [Les céréales et les légumes ont le même Nouvel An que nous autres, humains, le 1^{er} Tichri.] Pourquoi cette date ?

Dans l'espace méditerranéen, la saison des pluies commence à la fête de Souccot. Il faut ensuite environ quatre mois (depuis Souccot, le 15 Tichri, jusqu'au 15 Chevat) pour que les pluies de la nouvelle année saturent le sol et les arbres et produisent des fruits. Tous les fruits ayant fleuri auparavant sont donc un produit des pluies de l'année précédente et leur dîme est prélevée avec l'ensemble des récoltes de cette année.

Bien que ce jour soit un Roch Hachana pour les arbres, nous lui accordons beaucoup d'importance parce que « L'homme est [comparé à] un arbre des champs » (Deutéronome 20,19). En cultivant des racines profondes – notre foi en D.ieu et notre engagement dans Ses voies –, nous produisons de nombreux fruits : Torah et Mitsvot.

Coutumes

En ce jour il est de coutume de consommer les fruits avec lesquels la Torah fait l'éloge de la Terre Sainte (Deutéronome 8, 8) : olives, dattes, raisins, figues et grenades. Si vous goûtez à l'un de ces fruits pour la première fois cette saison, n'oubliez pas de réciter la bénédiction de *Chéhé'heyanou*. (Dans cette bénédiction, récitée en de joyeuses occasions, nous remercions D.ieu de nous avoir « accordé vie, soutenus et permis d'atteindre ce moment. » Cette bénédiction est dite avant celle de « *Ha'ets* » que l'on dit avant de consommer le fruit.)

De par la nature festive de ce jour, nous omettons les *Ta'hanoun* (demande de pardon de nos fautes et confessions) des prières.

SÉDER DE TOU BICHEVAT

Tou Bichevat signifie « 15 (du mois) de Chevat », il est qualifié de "Nouvel An des arbres" et correspond au moment de la montée de la sève dans l'arbre, avant le printemps. Dans la Torah, la terre d'Israël a été vantée de par ses fruits, ce qui témoigne de leur importance : "Un pays qui produit le blé, l'orge, le raisin, la figue et la grenade, un pays d'olive oléagineuse et de miel" (*Devarim 8,8*)

*Il est coutume de consommer des fruits ce jour-là, dans un certain ordre.
Torah-Box vous propose de découvrir le "Séder de Tou Bichevat" :*

1 Blé חֵטָה (en gâteau)

Ségoula : intelligence et réussite matérielle

Avant la consommation, on récite : « Baroukh ata adonai, elohénou mélekh ha'olam, boré miné mézonote »

2 Grenade רִימון

Ségoula : préserver sa bouche de la médisance

3 Orge שְׁעוּרָה (en gâteau)

Ségoula : chalom bayit

4 Olive זֵית

Ségoula : avoir des enfants Tsadikim

Avant la consommation, on récite :

« Baroukh ata adonai, elohénou mélekh ha'olam, boré péri ha'ets »

5 Figue תְּאֵנָה

Ségoula : acquérir la patience

6 Datte תָּמָר

Ségoula : bonne santé

7 Raisin גִּפְתָּן

Ségoula : trouver l'âme-soeur

Avant de boire du vin ou jus de raisin, on récite :

« Baroukh ata adonai elohénou mélekh ha'olam boré péri ha'Guefen »

8 Après ces fruits, on en consommera d'autres dans l'ordre que l'on souhaite.

Avant de consommer un fruit de la terre (banane, melon,...), on récitera :

« Baroukh ata adonai elohénou mélekh a'olam boré péri ha'Adama »

* Un fruit nouveau

Si on déguste un fruit nouveau de la récolte de l'année, on récitera la bénédiction « chéhé'héyanou »

« Baroukh ata adonai elohénou mélekh ha'olam chéhé'héyanou vékiyémanou véhigui'anou lazémane hazé »

Tou Bichevat : les ségoulot de chaque fruit d'après les Kabbalistes

Le rituel de Tou Bichevat n'est pas une obligation halakhique mais une coutume contenant de merveilleuses ségoulot (phénomènes métaphysiques tirés de la Torah) apportant abondance et bénédictions.

Chaque espèce possède une "ségoula" particulière. Il est suffisant de regarder l'espèce et d'avoir l'intention adéquate en la mangeant pour profiter des bontés qu'elle peut nous apporter. Offert par l'équipe Torah-Box :

Sagesse & Parnassa

Le blé (gâteaux, pain) possède une ségoula pour la lucidité, la sagesse et la réussite dans les études. Demander aussi la parnassa (subsistance) dans l'abondance.

Chalom Bayit

La bière et l'orge perlé possèdent une ségoula pour le chalom bayit. Une femme sota (soupçonnée d'adultère, qui se voit être disculpée) devait amener un sacrifice d'orge, se purifier pour son mari, et méritait ainsi d'avoir un garçon.

Mariage

Le vin, le jus de raisin, les raisins secs, les feuilles de vigne farcies possèdent une ségoula pour les zivougim (trouver son conjoint). Ce n'est pas sans raison que lors d'un mariage nous chantons « Les raisins de la vigne s'assemblent aux raisins de la vigne ». Le raisin est aussi la fécondité, « Ta femme sera comme une vigne féconde ».

Bouche pure

La grenade a la même couleur que les lèvres, comme il est dit « Tes lèvres sont comme un fil d'écarlate ». Sa ségoula est dans la protection de la bouche du Lachon hara (médisance) et des mauvaises paroles.

Enfants Tsadikim

Les olives et son huile sont une ségoula pour avoir des enfants tsadikim. De la même manière que les feuilles des olives ne tombent pas, ainsi nous aurons le mérite que nos enfants ne se dirigeront vers aucune mauvaise direction. Mais également "un bon nom" car « Un bon renom est préférable à l'huile parfumée » et une bonne mémoire car l'huile d'olive est une ségoula reconnue pour la mémoire.

Santé

La datte possède une merveilleuse ségoula pour la grandeur et la réussite, comme la datte est le cœur du ciel, ainsi nous demandons « aide-nous à nous élever comme la datte ». La datte est aussi une ségoula pour la guérison et la bonne santé.

LES RECETTES DE RACHEL

SOUPE A LA GRENADE

2 gros oignons
Huile d'olive
2 càs d'ail
85g de pois cassé
Sel et poivre
Curcuma
Persil
Coriandre
Ciboulette
400g d'agneau ou veau haché
85g de riz basmati
200ml de jus de grenade
3 cas de mélasse de grenade

Dans une casserole faites revenir l'ail et l'oignon, ajouter ensuite les pois cassé
Ajouter 4 verres d'eau et porter à ébullition

Ajouter les herbes aromatiques et les épices
Ajouter la viande hachée en forme de boulette

Ajouter le riz, la mélasse de grenade le jus de grenade et le riz

Ajouter 3 verres d'eau et faites cuire 1h30.

Servir aussitôt



MUFFINS FRUITS ROUGES

100 g de beurre, en morceaux
180 g de sucre en poudre
2 œufs
360 g de farine de blé
2 c. à café de levure chimique (1 sachet)
1 sachet de sucre vanillé
1 pincée de sel
250 g de lait
250 g de fruits rouges

Préchauffer le four à 180 °C (Th. 6).
Placer le beurre et le sucre en poudre dans le bol, puis mélanger 45 sec/vitesse 4. Racler les parois à l'aide de la spatule.
Ajouter les œufs et mélanger 30 sec/vitesse 4.
Ajouter la farine, la levure, le sucre vanillé, le sel et le lait. Mélanger 15 sec/vitesse 4.
Ajouter les fruits rouges et mélanger délicatement à l'aide de la spatule.



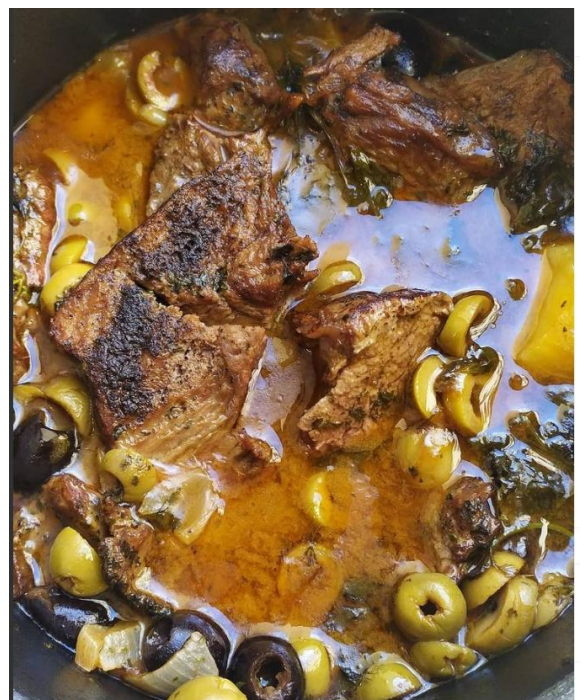
Placer les caissettes en papier dans les moules à muffins, puis répartir la pâte dedans.
Les déposer sur la plaque de four et enfourner pour 25 min.

Laisser refroidir avant de déguster.

TAJINE PALERON CITRON CONFIT ET OLIVES

Faire revenir 2 oignons dans de l'huile d'olive
Ajouter 3 gousses d'ail
De la coriandre
Du gingembre
1 sachet de spigol
Du paleron
Du sel du poivre
1 pomme de terre
Du citron confit
Des olives vertes et ou noires ou les deux
Du persil

Faire cuire le tout sous pression 20 minutes au cookeo



SALADE POMME FENOUIL GRENADE

1 fenouil en lamelles
1 pomme en lamelles
Des graines de grenades
De l'aneth
Assaisonnement : citron , huile d'olive , sel et poivre



SALADE TOMATE CONCOMBRE

1 ou des mini concombres en rondelles
3 tomates en quartiers
de la grenade

assaisonnement :
sumac , sel , poivre et huile d'olive

RAS EL HANOUT BUTTURNUT GRENADE

1 butternut squash coupé en rondelles
2 càs d'huile d'olive
3 càs de ras el hanout
1-2 pincée de Nora , flocons de piments
50g pignons de pins
100g graines de grenades
25g Crispy oignons

Sauce tahini yaourt
2 càs tahini
2 càs d'eau chaude
1 gousse d'ail hachée
1filet de jus de citron
150g yaourt Andros coco

Pesto
De la coriandre
Du persil
Jus de citron
De l'huile d'olive

1. Four à 220°C,
Couper le butternut , en rondelles , mettre sur du papier sulfurisé
Ajouter les épices et cuire pour 20 minutes .

2. Préparer la tehina.

3. Préparer le pesto

4. Dans une assiette déposer la courge .
Ajouter le pesto et la tehina
Les graines de grenades
Les pignons de pin
Les oignons cryspies
Des flocons de piments Nora

réalisé par Rebecca L



SALADE D'ORGE

200g d'orge perlé
200ml d'eau

Prévoir un peu plus d'eau

Cuisson vapeur selon votre autocuiseur ou
à la casserole

1 grenade
Des herbes : coriandre et persil
Des cranberrys
Des oignons séchés
Des lentilles séchées
Citron
Sel et poivre
Huile neutre
Un peu de paprika fumé et un peu de cumin

Mélanger le tout et servir



EN CUISINE BY RACHEL MSIHID 06.29.26.89.99

RETROUVEZ MOI SUR INSTAGRAM / FACEBOOK ET SUR LES GROUPES WHATS'APP