

# MOTSI & MÉZONOT

## en pratique

Selon la quantité et le type de pain consommé, il faudra alors réciter une bénédiction initiale et finale différente.

L'équipe Torah-Box vous offre une fiche pratique qui vous permettra rapidement de vérifier quelle attitude à adopter lors de ces types de repas (pour un séfarade).



### Selon la **quantité** de pain consommée

	Nétilat Yadaïm	Hamotsi	Birkat Hamazone
Moins de 27 grammes	✗	✓	✗
Entre 27 et 54 grammes	✓ SANS BÉNÉDICTION	✓	✓
A partir de 54 grammes	✓	✓	✓



### Selon le **type** de pâte

	Mézonot	Hamotsi	Exemples
Pâte <b>sucrée</b> (au goût)	✓	✗	Petits pains (navettes), Pizza
Pâte <b>croustillante</b> (cuite dans ce but)	✓	✗	Crackers, Biscottes
Pâte <b>farcié</b>	✓	✗	Pain farcis aux dattes, miel, etc.

Si la pâte contient plus de sucre que de sel, on ne récitera pas forcément la bénédiction "Mézonot". Il faut goûter la pâte après cuisson. Si elle est sucrée on dira "Mézonot", sinon "Hamotsi".



### Repas de **gâteaux**

	Mézonot	Hamotsi	Exemples
Si on consomme plus de 216 cm <sup>3</sup> (environ 216 g) de pâtes "Mézonot" cuits au four	✗	✓	Borékas, gâteaux, crackers, biscottes

Si la pâte n'est pas cuite au four, on récitera la bénédiction "Mézonot". Ex : pâtes, crêpes, beignets,...

## Nétilat Yadaïm : l'ablution des mains

On prend un *kéli* (récipient) non ébréché (minimum 8.6 cl) que l'on remplit d'eau. La main droite passe à la gauche qui verse à 3 reprises sur la droite. On pose le *kéli*, la main droite verse 3 fois sur la gauche. Il faut recouvrir toute la main d'eau. Il est conseillé de tourner la main de part et d'autre lors de l'ablution.

On lève les mains (encore mouillées) au niveau de notre tête, on récite la bénédiction sans attendre puis on s'essuie les mains :

*Baroukh Ata Ado-Nai,  
Elo-Hénou, Melekh Ha-Olam,  
Achère Kidéchanou Bemitsvotav,  
Vètsivanou 'Al Netilat Yadayim.*

**בְּרוּךְ אַתָּה ה' אֱלֹהֵינוּ מֶלֶךְ הָעוֹלָם,  
אֲשֶׁר קִדְּשָׁנוּ בְּמִצְוֹתָיו וְצִוָּנוּ  
עַל נְטִילַת יָדַיִם**

## La bénédiction de Hamotsi

Avant de consommer du pain, on récite la bénédiction « Hamotsi ». On prend le pain dans les deux mains puis on récite la bénédiction :

*Baroukh ata Ado-nai  
Elo-Hénou Melekh Ha-olam,  
ha-motsi lé'hem mine ha-aréts.*

**בְּרוּךְ אַתָּה ה' אֱלֹהֵינוּ מֶלֶךְ הָעוֹלָם,  
הַמוֹצִיא לֶחֶם מִן הָאָרֶץ**

Après consommation de 27g de pain et plus, nous récitons le Birkat Hamazone

## La bénédiction de Mézonot

Avant de consommer une pâtisserie à base de céréales ou de riz, on récite la bénédiction de Mézonot. On prend l'aliment dans la main droite puis on récite la bénédiction :

*Baroukh ata Ado-nai  
Elo-Hénou Melekh Ha-olam,  
boré miné mézonot.*

**בְּרוּךְ אַתָּה ה' אֱלֹהֵינוּ מֶלֶךְ הָעוֹלָם,  
בוֹרֵא מִיְּמֵי מְזוֹנוֹת**

