

## **Kaschrut: Was heißt kosher?**

„Kaschrut“ mit dem Wortstamm „koscher“ (kasher) bedeutet tauglich bzw. „rein“ für den Genuss, also zum Verzehr geeignet. Darüber hinaus können auch Stoffe aus reinen Naturfasern (Tallit, Kleider usw.), Essgeschirr, religiöse Gegenstände „koscher“, also „rituell rein“ für den für sie bestimmten Gebrauch sein. Die Tora-Rollen müssen kosher sein. Selbst der Sofer, also der Toraschreiber muss rituell rein sein, wenn er die Torarolle schreibt. Er muss vorher im rituellen jüdischen Tauchbad gewesen sein, der sogenannten Mikwe.

Das Gegenteil von kosher - „rituell rein“- ist „trefah“ (jiddisch treife), also unrein.

## **Warum Kaschrut?**

Viele derjenigen die die Kaschrutgesetze befolgen werden häufig mit der Frage nach dem Sinn einer koscheren Ernährung konfrontiert. Oft wird geantwortet, dass die Kaschrut, die Speisevorschriften, aus gesundheitlichen Gründen erlassen worden seien. Weil in früheren Zeiten die hygienischen Verhältnisse mangelhaft gewesen seien, weil Schweine und auch Blut Krankheiten übertragen hätten. Dies ist allerdings nicht mehr die gängige Meinung.

Der Fragende kommt dann oft zu der Schlußfolgerung, es bestehe keine Notwendigkeit mehr die Speisevorschriften einzuhalten, da heutzutage auf ausreichende Hygiene geachtet wird. Es ist jedoch wichtig zu verstehen, dass die Kaschrutgesetze nicht nur aus Gesundheitsgründen erlassen wurden - hier geht es um Glauben und Selbstdisziplin. Die Einhaltung der Kaschrutgesetze dient der Seele des Menschen, nicht nur seinem Körper. Der Aufforderung nachzukommen nur bestimmte Nahrungsmittel zu sich zu nehmen, erfordert Disziplin und soll der geistigen Reinheit des Menschen entsprechen. So dient Kaschrut der Formung des Charakters, denn selbst bei so etwas Natürlichem wie der Nahrungsaufnahme ist Disziplin gefordert. Maimonides (RAMBAM), ein großer jüdischer Religionsphilosoph des Mittelalters, hat hierzu eine Interpretation gegeben:

*„Die Speisegebote erziehen uns, unsere Lust zu meistern, sie gewöhnen uns daran das Wachsen unserer Begierde einzudämmen, die Vergnügungssucht zu mildern und die Neigung zu bezwingen, Essen und Trinken als Lebenszweck anzusehen.“* (Führer der Schwankenden. ID. Kap.25, Maimonides)

Es geht darum, dass Männer, Frauen und Kinder auch im Alltag stets eine Heiligkeit, eine friedvolle liebevolle Haltung gegenüber allen Lebewesen und der Umwelt praktizieren. Nachmanides, ein weiterer Gelehrter des Mittelalters, Zeitgenosse von Maimonides und spirituell beeinflusst, geht noch etwas weiter. Er meinte, dass die verbotenen Speisen nicht körperlich, sondern seelisch schaden. Es sei bezeichnend, dass alle in der Tora für den Verzehr verbotenen Vögel Raubvögel sind (Adler, Falke, Habicht u.a.) während die zum Verzehr erlaubten (z.B. Huhn, Gans, Ente, Taube) das nicht sind. Vom Raubvogel färbe immer etwas auf den ab, der ihn verzehrt. So wird auch das Verbot des Blutgenusses verständlich. Der Genuss von Blut, so Nachmanides, gewöhne an Grausamkeit und fördere mörderische, zerstörerische Sitten. Und er betont immer wieder, dass alle diese Gebote von Gott gegeben wurden.

## **Theologische Begründung der Speisegesetze**

Im Lauf der Zeit wurden also immer wieder Versuche unternommen, Erklärungen für die Speisegesetze zu finden, Das hebräische Wort „tame“ - „unrein“ beschreibt stets einen Zustand der moralischen oder religiösen Unreinheit, der die Seele oder den Charakter des Menschen negativ beeinflusst. Daraus folgt, dass koscher sich nicht auf hygienische oder medizinische Reinheit, sondern auf spirituelle Reinheit bezieht. Koschere Nahrung soll also nicht nur den Körper nähren, sondern auch die spirituelle Reinheit von Körper, Geist und Seele des Juden ermöglichen.

Die Regeln des Kaschrut können nicht losgelöst von allen anderen Gesetzen im Judentum gesehen werden, denn sie verfolgen alle das gleiche Ziel - die Unterscheidung zwischen Richtig und Falsch, zwischen Profan und Heilig, um so das Leben auf eine höhere transzendente Stufe zu heben.

Durch die Speisegesetze entwickelte sich im Lauf der Zeit auch ein eigener Lebensstil (wie die koschere Küche, koschere Restaurants), der zu einer Gruppen- und Identitätszugehörigkeit führte.

Daher bestärkt die Einhaltung der Speisegesetze wie auch die Einhaltung anderer Rituale die jüdische Identität.

## **Fleisch**

### Schächtung oder Schechita

Für die sorgfältige Einhaltung und Durchführung der „Shechita“ ist der Schochet mit seinem Gewissen und seiner religiösen Überzeugung verantwortlich. Das Schächten der Tiere ist eine äußerst wichtige Angelegenheit. Kaschrut heißt, die zum Verzehr geeigneten Tiere schonend zu töten.

Es ist verboten:

- Tiere zu schächten, die jünger als acht Tage sind.
- Tiere zu erschießen.
- kranke oder gerissene Tiere zu verzehren.

Beim Schächten gilt, dass ein klarer Schnitt durch die Halsschlagader geschehen soll, und zwar: Schnell, sicher und mit minimalem Schmerz. Es muss sichergestellt werden können, dass das Tier tot ist, deshalb ist Betäubung verboten. Da das Fleisch nach dem Schächten noch nicht vollständig ausgeblutet ist, müssen Blutgefäße und Häute entfernt werden, genannt „Nikur“ oder Porschen. Das ist das eigentliche Koschermachen. Danach wird das Fleisch eine halbe Stunde gewässert (Auswässern), anschließend eine Stunde lang gesalzen (Salzen) und dann gewaschen (Begießen). Nun ist das Fleisch wortwörtlich „koscher“ und kann zubereitet werden.

## **Verbot des Blutgenusses**

Warum ist es verboten, das Blut der geschlachteten Tiere zu genießen? Dieses Verbot wird in der Tora mehrmals wiederholt mit der Begründung: „Denn die Seele des Fleisches ist im Blut, und Ich gab es euch auf dem Altar, um für eure Sünden Buße zu tun“ (Lev. 17.11) und „Du sollst nicht die Seele mit dem Fleisch essen“ (Dt. 12,23). Ebenso ist es verboten, diejenigen Teile eines Tieres oder Geflügels zu essen, die vorher bei lebendigem Leib (d.h. ohne vorheriges Schlachten) herausgerissen wurden. Das Verbot soll Grausamkeit verhindern. (Es ist eines der sieben Noachidischen Gebote, das übrigens auch für nichtjüdische Menschen gilt.)

## **Gebote der Fleischnahrung**

Unterschied zwischen erlaubten und verbotenen Tieren,(erwähnt in Levitikus - Deuteronomium)

Die Tora erlaubt nur den Verzehr von Tieren, die zwei Kaschrutmerkmale haben:

- Wiederkäuer, das Tier kaut seine Nahrung, schluckt sie, befördert sie danach nochmals aus dem Magen und kaut sie erneut. Koschere Tiere haben vier Mägen.

- Paarhufer, d.h. die Füße des Tiers sind längs geteilt.

Hieraus folgt, dass nur folgende Tiere koscher sind:

Rind, Schaf, Ziege sowie Hirsch und Reh.

## **Koschere Geflügelarten**

Die einzigen nicht-koscheren Geflügel, die die Tora erwähnt, sind allesamt Raubvögel. Daher sind eigentlich alle anderen Geflügelarten koscher. Da es uns aber an genaueren Kenntnissen fehlt, um nicht-koscheres Geflügel zu bestimmen, haben die Weisen folgende Regel aufgestellt: „Es darf kein Geflügel gegessen werden, das nicht der Tradition entspricht.“ Das heißt, der Verzehr nur des Geflügels ist erlaubt, das auch schon von früheren Generationen jüdischer Gemeinden gegessen wurde. Koscher sind daher nur Huhn, Truthahn, Ente, Gans, Schwan, Taube und Wachtel. Der Verzehr von Wachteln ist erst seit 40 Jahren erlaubt, nachdem renommierte Rabbiner bezeugt hatten, dass man sie in wichtigen und bedeutenden jüdischen Gemeinden zu essen pflegte. Auch hier gilt: ein Tier darf nur dann verzehrt werden, wenn es auf die vorgeschriebene Art und Weise von einem Experten mit einer koscheren Klinge geschlachtet wurde.

## **Fisch**

Fisch wird nicht als Fleisch betrachtet, er ist eine neutrale Speise. Dennoch gibt es auch hier Einschränkungen:

Koschere Fische - sie haben zwei Kaschrutmerkmale, Flossen und Schuppen.

Karpfen, Lachs, Thunfisch, Makrele, Scholle und andere sind koscher, denn sie haben Flossen und Schuppen.

Von den nichtkoscheren Fischen sei der Aal erwähnt.

Fische müssen nicht koscher gemacht werden. Es ist verboten alle Wasser-Kriechtiere, sogenannte Meeresfrüchte, zu verzehren. Dazu gehören z.B. Krabben, Hummer, Muscheln.

Eine wichtige halachische Regel lautet: „Was aus dem Reinen hervorgeht, ist rein.“ Das bedeutet, Rogen von koscherem Fisch sind koscher, Rogen von nicht koscherem Fisch zu essen ist verboten.

## **Fisch und Fleisch**

Obwohl Fisch eine neutrale Speise ist, gibt es das Verbot, Fisch und Fleisch zusammen zu kochen oder zu essen. Es ist aber erlaubt, Fisch und Fleisch bei der gleichen Mahlzeit zu essen, wenn sie auf getrenntem Geschirr angerichtet werden oder das Geschirr zwischen den Gängen gespült wird und Hände und Mund gewaschen werden. Der Verzehr von kriechendem oder schleichendem Getier ist gänzlich verboten. Das gilt besonders für Schlangen, Hummer, Krabben, Austern und natürlich auch für Insekten und Würmer (Lev.11,41). Darum muss beim Salatwaschen darauf geachtet werden, dass wirklich alle Insekten abgewaschen wurden.

## **Milchiges**

### Milchiges und Fleischiges

„Du darfst das Böcklein nicht in der Milch seiner Mutter kochen.“ (Ex. 23:19)

Dieses Gebot erscheint dreimal in der Tora und ist eines der wichtigsten Gesetze überhaupt. In einem koscheren Haushalt wird sorgsam in „fleischig“ und „milchig“ getrennt, nicht nur räumlich auch optisch. Das jeweilige Essgeschirr für Milch und für Fleisch soll optisch klar unterscheidbar sein. Gekennzeichnet wird das Geschirr und die dazugehörigen Geräte farblich, und zwar mit: Blau: Für milchig, Rot: Für fleischig und für neutrale Speisen (parve=neutral) wird die grüne Farbe weltweit eingesetzt. Milchiges und fleischiges muss getrennt aufbewahrt werden. Wo es möglich ist, wird die Benutzung zweier voneinander getrennter Spülbecken empfohlen.

Milchig ist jedes Produkt das Milch oder Milchbestandteile enthält oder mit milchigem zubereitet wurde. So ist ein in Butter gebratenes Ei (Ei zählt zu den neutralen Speisen) milchig und darf nicht mit fleischigen Produkten gemischt werden, weder beim Kochen, Essen oder sonstiger Nutzung. Und: Nur Milch und Milchprodukte von koscheren Tieren ist koscher.

### **Wartezeit zwischen dem Verzehr von Fleisch und Milch**

Nach dem Verzehr von Fleisch müssen einige Stunden gewartet werden, bis milchiges gegessen werden darf, denn Fleisch wird langsam verdaut und kann zwischen den Zähnen stecken bleiben. Wenn man sofort milchiges essen würde käme es daher zu einem gleichzeitigen Verzehr von fleischigem und milchigem. Die reguläre Wartezeit beträgt sechs Stunden, manche halten eine dreistündige Wartezeit aber für ausreichend. Nach dem Verzehr von milchigem soll man den Mund ausspülen und eine halbe Stunde warten, bevor man fleischiges zu sich nehmen darf.

### **Parve - neutral**

Jedes Produkt, das weder Fleisch oder Fleischprodukte noch Milch oder Milchprodukte enthält, wird als „parve“ bezeichnet, was so viel wie „neutral“ bedeutet.

Beispiele: Wasser, Mehl, Eier, Obst, Gemüse, Pflanzenöle, Kaffee, Zucker, Sirup, Honig, Tee, Kakao. Parve-Produkte darf man sowohl mit milchigen wie auch mit fleischigen Produkten mischen, kochen und essen.

### **Alkohol**

Grundsätzlich ist den Juden der Genuss von Alkohol erlaubt, alkoholische Getränke sind also koscher. Eine besondere Situation ergibt sich jedoch bei Weinen und allen Getränken, die aus vergorenen Trauben hergestellt wurden, z.B. Most, Champagner und Cognac. Sie sind nur dann koscher, wenn die Trauben unter Aufsicht geerntet und verarbeitet wurden. Der Hintergrund ist historisch begründet und bezieht sich auf die rituelle Bedeutung von Wein in anderen Religionen. Denn damals bestand die Gefahr, dass der Wein im Rahmen von Götzendiensten verwendet wurde. Um diese Gefahr auszuschließen, kann nur der Wein als koscher zertifiziert werden, der aus koscher produzierten Trauben überwacht von hierfür beauftragten Juden hergestellt wird. Das gleiche gilt für alle Produkte, die aus Weintrauben hergestellt werden, z.B. Traubensaft und Lebensmittel, die

Traubensaft oder Wein enthalten, Weinessig, sowie für aus Weintrauben isolierte Stoffe wie Weinsäure oder Alkohol. Die koschere Produktion von Weintrauben setzt die Einhaltung vielfältiger Vorgaben voraus. So darf in den Weinbergen zwischen den Rebstöcken weder Obst noch Gemüse wachsen. Trauben aus Neupflanzungen dürfen erst im vierten Jahr nach der Pflanzung zu Wein verarbeitet werden. Während der beiden letzten Monate vor der Ernte darf nicht mehr organisch gedüngt werden. Alle sieben Jahre, im so genannten Schabbatjahr, müssen die Felder und Weinberge zur organischen Regeneration ruhen (Schmitta), deshalb dürfen die Trauben in diesem Jahr nicht zur Weinproduktion verwendet werden. In den Kellereien sind ebenfalls vielfache Vorschriften zu beachten deren Einhaltung durch ausgebildete Rabbiner kontrolliert wird. Zum Klären und Filtern dürfen nur koschere Stoffe nichttierischen Ursprungs wie Bentonit sowie Filter aus Papier verwendet werden. Der Einsatz von Enzymen und Starterkulturen ist verboten.

### **Zertifizierung**

Um sicher zu stellen, dass ein gekauftes Lebensmittel kosher ist und damit den jüdischen Speisegesetzen entspricht, hat sich in den letzten Jahrzehnten die Vergabe von einem Koscher-Zertifikat, ein sogenannter Hechscher (Pl. Hechscharim), etabliert. Das Zertifikat ist in Israel und in den USA wie ein Siegel auf den Verpackungen angebracht oder in entsprechenden Geschäften wie Bäckereien und Metzgereien ausgehängt. In Ländern wie Deutschland sind die entsprechenden Lebensmittel von der Orthodoxen Rabbinerkonferenz Deutschland (ORD) in einer offiziellen Liste zusammengefasst und publiziert.

<https://koscherliste.ordonline.de/koscherliste/>



Hechscher der Orthodoxen Union

Die Überwachung der religiösen Vorschriften wird von einem ausgebildeten Prüfer (Hebr. Maschgiach) vorgenommen und von einem Rabbiner verantwortet.

Um ein Zertifikat zu erhalten, müssen folgende Bedingungen erfüllt sein:

- dem Zertifizierer muss eine Liste aller Zutaten und deren Lieferanten vorgelegt werden
- alle Zutaten müssen ein Koscher-Zertifikat haben
- der zuständige Rabbiner soll die Produktionsanlage besichtigen

Für Lebensmittel, die nach Israel exportiert werden sollen, sind nur das Israelische Oberrabbinat bzw. die bei ihm akkreditierten europäischen Rabbiner befugt Zertifikate zu erteilen.

## **Koscher für Pessach**

Pessach erinnert an den Auszug der Israeliten aus Ägypten und damit aus der Sklaverei. Es ist eines der wichtigsten Feste des Judentums und wird im Frühjahr als Familienfest mit diversen Ritualen gefeiert. Hierzu gehört auch der einwöchige Verzehr von Mazzot, weshalb das Fest auch „Fest des ungesäuerten Brotes“ genannt wird. An Pessach sind nicht nur Sauerteigbrote verboten, sondern auch alle anderen Lebensmittel, die „gehen“ könnten, also gesäuert sind (diese nennt man auf Hebräisch: Chametz). Das betrifft alle Getreideerzeugnisse wie Brot, Backwaren, Mehl, Getreidestärken und aus Getreide gewonnene Getränke wie Bier oder Whisky sowie alle Lebensmittel, die mit einem dieser Produkte in Berührung gekommen sind. Produkte die Hülsenfrüchte, Reis, Mais oder Soja enthalten sowie Lebensmittel, die mit ihnen in Berührung gekommen sind, sind für Pessach nur bedingt zulässig und müssen deshalb als solche gekennzeichnet werden.

Maschinen und Geräte, die während Produktion und Verpackung von Produkten für Pessach in Berührung kommen, müssen vor Aufnahme der Produktion unter rabbinischer Aufsicht gereinigt werden. Koscher-le Pessach-Produkte werden gesondert als solche gekennzeichnet. Viele Medikamente, Sprays und Kosmetika (Zahnpasta) beinhalten Chametz. Das gilt auch für Tiernahrung. Viele Juden in Deutschland besitzen ein zweites Geschirr, das nur an Pessach verwendet wird, selbst wenn sie sonst nicht Kaschrut halten.

## **Koschere Lebensmittel sind für viele Menschen interessant**

Auf der Grundlage der religiösen Hintergründe sowie der jüdischen Speisegesetze werden Lebensmittel produziert und vermarktet. Dabei sind kosher produzierte Lebensmittel nicht nur für Juden und Jüdinnen, auch für viele andere Konsumenten interessant. Dazu zählen zum einen muslimische Personen, deren Speisegesetze vielfache Überschneidungen mit den jüdischen haben. Weil die jüdischen Speisegesetze im Wesentlichen strenger sind als muslimische, können Muslime sich mit vielen Produkten versorgen, wenn keine halal-Lebensmittel zur Verfügung stehen. Auch Vegetarier zählen zur Gruppe der Koscher-Käufer, sie können sicher sein, aufgrund der strengen Trennung in milchig und fleischig und den als neutral gekennzeichneten Lebensmittel nur solche Produkte zu kaufen, die ihrer Weltanschauung entsprechen. Auch laktoseintolerante Konsumenten greifen gerne zu koscheren, weil laktosefreien Produkten. In den USA wird das Siegel „koscher“ vielfach als Qualitätssiegel angesehen, da es einen höheren Grad an Lebensmittelsicherheit verspricht als staatliche Vorgaben und Kontrollen.

## Koscher und Taref im Überblick

Koscher (erlaubt)	Taref (verboten)
Alles Gemüse und alle Früchte	Kadaver
Eier von koscheren Tieren	Kranke Tiere
Säugetiere mit gespaltenen Hufen, auch Wiederkäuer	Bei der Jagd erlegte und gerissene Tiere
Alle koscheren Tiere die kosher geschlachtet (geschächtet) wurden und deren Fleisch kein Blut mehr enthält	Blut (außer von koscheren Fischen und z.B. durch Ausaugen einer Wunde)
Hausgeflügel und zahme Vögel	Ungeschächtetes Fleisch
Geflügelfett von koscheren Tieren und Fischtran von koscheren Fischen	Meerestiere mit Ausnahme koscherer Fische
Alle Fische mit Schuppen und Flossen	Alle Insekten und Kriechtiere
Wurst- und Fleischwaren von koscheren Tieren	Raubvögel
	Mischung von milchigen und fleischgen Produkten
Beispiele:  Rind, Kalb, Hammel, Lamm  Karpfen, Hering, Forelle, Lachs, Hecht  Fischeier (Rogen) von koscheren Fischen	Beispiele:  Kriechendes und schleichendes Getier - Schlangen, Hummer, Austern, Schnecken, Frösche, Schildkröten, alle Reptilien  Pferd, Esel, Schwein, Hund, Katze  alles Jagdwild, z.B. Hase Wale, Haie, Stör, Aal

Links zum Vertiefen bzw. um koschere Produkte zu recherchieren:

Koscherliste Deutschland online: <http://koscherliste.ordonline-de/koscherliste/>

Videoformate zum koscheren Kochen und den Kaschrutregeln:

[https://www.ardmediathek.de/video/das/hausgemachte-bagel-in-hamburgs-ersten-koscherem-super-](https://www.ardmediathek.de/video/das/hausgemachte-bagel-in-hamburgs-ersten-koscherem-super-markt/ndr/Y3JpZDovL25kci5kZS80YWRjYzE3MC0xMzY1LTQzZGUtYmQxZi02YjkxZDU3ODE0NmM)  
[markt/ndr/Y3JpZDovL25kci5kZS80YWRjYzE3MC0xMzY1LTQzZGUtYmQxZi02YjkxZDU3ODE0NmM](https://www.ardmediathek.de/video/das/hausgemachte-bagel-in-hamburgs-ersten-koscherem-super-markt/ndr/Y3JpZDovL25kci5kZS80YWRjYzE3MC0xMzY1LTQzZGUtYmQxZi02YjkxZDU3ODE0NmM)

[https://www.ardmediathek.de/video/3satdoku/koscher-kochen-mit-ali-und-ad-](https://www.ardmediathek.de/video/3satdoku/koscher-kochen-mit-ali-und-adnan/3sat/Y3JpZDovL2JyLmRIL3ZpZGVvL2M4ODIzMDJkLTMzMzMDktNGQyOS05YWY4LTU1NGU5YTYxYjNhYQ)  
[nan/3sat/Y3JpZDovL2JyLmRIL3ZpZGVvL2M4ODIzMDJkLTMzMzMD-](https://www.ardmediathek.de/video/3satdoku/koscher-kochen-mit-ali-und-adnan/3sat/Y3JpZDovL2JyLmRIL3ZpZGVvL2M4ODIzMDJkLTMzMzMDktNGQyOS05YWY4LTU1NGU5YTYxYjNhYQ)  
[ktNGQyOS05YWY4LTU1NGU5YTYxYjNhYQ](https://www.ardmediathek.de/video/3satdoku/koscher-kochen-mit-ali-und-adnan/3sat/Y3JpZDovL2JyLmRIL3ZpZGVvL2M4ODIzMDJkLTMzMzMDktNGQyOS05YWY4LTU1NGU5YTYxYjNhYQ)