

# Jüdische Küche

## Teil 1: Die jüdischen Speiseregeln

Die jüdische Küche ist überaus vielfältig und geprägt vom jeweiligen Wohnort der Juden. Als die Juden vor vielen hundert Jahren ihr Land verlassen mussten, wanderten sie in die verschiedensten Regionen der Welt aus. Sie übernahmen von den Ländern, in denen sie sich niederliessen, das Angebot an Speisen und Gewürzen unter Einhaltung des Kaschrut, der koscheren Speisevorschriften.

---

Heidi Rohde-Germann

---

Kaschrut hat den Wortstamm «koscher», dies bedeutet tauglich oder rein, also zum Essen erlaubt. Die jüdischen Speisevorschriften stammen aus der Tora und dem Talmud. Sie regeln einerseits, welche Speisen für Juden erlaubt sind, andererseits aber auch die Herstellung und Zubereitung der Speisen. Von orthodoxen Juden werden diese Regeln strikt befolgt.

Die wichtigsten Reinheitsgebote sind wohl diejenigen, die den Verzehr von Säugetieren betreffen: Nur Tiere, die ganz gespaltene Hufe haben und Wiederkäuer sind, gelten als koscher. Dabei gilt der Vorbehalt, dass das Hinterviertel (Filetstück) von Huftieren nur dann gegessen werden darf, wenn die Blutgefäße, die es verbinden, sowie der Ischiasnerv entfernt worden sind. Dieses Verbot beruht auf einem religiösen Hintergrund (Genesis 32,33). Geflügel ist koscher mit Ausnahme von Raubvögeln, Aasfressern und frisch geschossenen Wildvögeln. Bei den im Wasser lebenden Tieren gelten diejenigen als koscher, die Flossen und Schuppen tragen. Krustentiere sind also nicht koscher, ebenso wenig der Stör, da er Platten anstelle von Schuppen besitzt, sowie Muscheln und Frösche.

Pflanzliche Lebensmittel wie Früchte, Salat und Gemüse gelten als koscher und neutral, allerdings mit der Einschränkung, dass nicht zwei verschiedene Sorten Samen auf einem Acker oder auf einem Weinberg gesät werden dürfen und dass Früchte, deren Träger (Baum oder Strauch) jünger als drei Jahre alt sind, nicht gegessen werden dürfen. Ebenso gelten Fische als neutral. Neutral bedeutet, dass sie sowohl mit Milchigem als auch mit Fleisch zusammen verwendet und gegessen werden dürfen. Fisch und Fleisch werden jedoch nicht zusammen gegessen, ebenso wenig dürfen

Fleisch und Milchprodukte zusammen genossen werden. Nach einer Fleischmahlzeit muss eine Pause von sechs Stunden eingehalten werden, bevor etwas Milchiges gegessen werden darf. Umgekehrt darf dagegen nach einer milchhaltigen Speise sofort Fleisch gegessen werden. Juden, die die Speisevorschriften streng befolgen, verwenden für Fleisch- und für Milchgerichte verschiedenes Geschirr, das auch getrennt abgewaschen und versorgt wird. Das erklärt, dass zwei Geschirrwaschmaschinen in einer Küche stehen können oder zumindest zwei verschiedene Garnituren von Abwaschkörben.

Das Töten von Säugetieren oder Vögeln geschieht ebenfalls nach Vorschrift. Sie müssen geschächtet werden, das heisst, die Halsschlagader, die Luftröhre und der Nervus vagus werden mit einem Messer durchtrennt, dessen Klinge die doppelte Länge der Breite der Kehle des Tieres haben muss. Nach der Durchtrennung muss das Tier mit dem Kopf nach unten aufgehängt werden, damit es ausblutet. Da Juden kein Blut essen dürfen, werden die Tiere danach noch speziell gereinigt. Auch Eier dürfen nicht gegessen werden, wenn ein Blutstropfen darin ist. Gewisse Innereien wie Nieren und Magen sind nicht koscher, dürfen also nicht verzehrt werden.



Menora vor der Knesset in Jerusalem (Bild: pixelio.de)

Käse, der mit Lab aus dem Magen von Kühen hergestellt wird, ist nicht koscher. Es existieren aber Labersatzprodukte, die zur Herstellung von koscherem Käse und anderen Milchprodukten Verwendung finden. Da Gelatine oder Sulze aus Tierknochen hergestellt wird, müssen sie in der jüdischen Küche durch Agar-Agar ersetzt werden.

Unkoscherer Wein ist zwar erlaubt, muss aber vor dem Verzehr gekocht werden. Die Traubenernte für koscheren Wein muss unter Aufsicht stattfinden, dasselbe gilt für Schnäpse. Nicht nur in Israel, sondern auch in Kalifornien und Frankreich wird koscherer Wein hergestellt.

Um die Speisevorschriften einhalten zu können, werden zum Beispiel Saucen mit Sojamilch hergestellt, anstelle von Speckwürfeln wird Entenbrust verwendet, auch Kokosmilch wird gebraucht. Zwiebeln und Knoblauch finden häufig Verwendung in der jüdischen Küche.

In vielen Ländern, auch in der Schweiz, gibt es koschere Nahrungsmittel und Fertiggerichte, oft sind sie mit einem U in einem O gekennzeichnet, was «Orthodox Union» bedeutet. ■