

# Alimentos Kosher

Quizá usted no lo sepa, pero si echa un vistazo en su despensa es muy posible que encuentre algunos. Es más, es casi seguro que usted y su familia los consumen todos los días: se trata de los alimentos kosher, los únicos permitidos para servirse en una mesa judía religiosa.

Por José Armando Aguilar



Aunque el término kosher es mundialmente conocido en el terreno de la alimentación, tal vez muchos de nosotros ni siquiera lo habíamos escuchado, así que comencemos por definirlo: la palabra kosher es de origen hebreo y significa “apto” o “adecuado”, y describe, precisamente, a todos aquellos alimentos que se consideran apropiados para consumirse de acuerdo con lo establecido en la Toráh (el Antiguo Testamento).

Y es que las normas dietéticas judías son muy estrictas, por ejemplo:

- ▶ Sólo se permite el consumo de animales que tengan pezuñas partidas y que sean rumiantes; por ejemplo res, borrego, cabra, carnero, pollo, pavo, pato y ganso. De comer cerdo ni hablar, eso se considera un pecado grave.
- ▶ No se permite el consumo de sangre del animal.
- ▶ Para que un pescado sea kosher debe tener escamas y aletas, de lo contrario no se puede consumir. Los mariscos quedan absolutamente prohibidos.
- ▶ Y uno de los mandatos más importantes: “jamás mezclar carne con leche”. La prohibición de la Toráh es estricta: no cocinar y/o consumir juntos estos productos. Si un judío religioso come carne, tiene que esperar seis horas para poder beber o comer cualquier producto lácteo, y si primero consume leche se debe enjuagar la boca con agua para poder comer carne.

El seguimiento de este régimen alimenticio por parte de los judíos muy religiosos es tan estricto que para ellos una cocina kosher debe tener utensilios para cocinar carne y pollo y otros para leche. Por ejemplo, no se puede cortar carne con el mismo cuchillo que partió un queso (y viceversa). Incluso al momento de lavar los platos deben utilizarse escurridores, esponjas y toallas diferentes para los platos destinados a la carne y para los que contenían leche. Usted se preguntará el porqué de estos mandamientos. Pues bien, el

rabino Meir Antebi, de la Comunidad Judía Azhkenazi de México, responde: “En la Biblia, Dios ordenó qué alimentos, qué clase de animales y en qué forma podemos comer. Es ley sin motivo, no hay ningún razón, simplemente es una orden de Dios en la que nosotros confiamos y seguimos fielmente. Es algo estrictamente religioso”.

Así, los judíos religiosos en todo el mundo se han mantenido fieles a estos principios y observan estas tradiciones milenarias desde su infancia, y son ellos los consumidores por excelencia de los productos kosher, aunque no los únicos, como veremos más adelante.

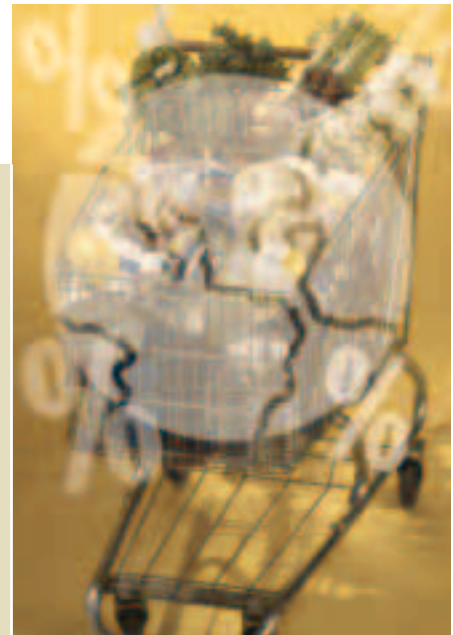
## Números “adecuados”

De acuerdo con un estudio realizado en Estados Unidos en el 2002 (en México no hay cifras al respecto), los consumidores kosher de ese país alcanzaban 10.5 millones de personas con un crecimiento promedio anual de 16%, por lo que en aquel entonces se calculaba que alcanzarían 14 millones en el 2005.

Éstos son algunos otros datos destacables sobre los productos kosher:

- ▶ De los **10.5 millones** de consumidores estadounidenses de productos kosher: **44% son judíos, 19% musulmanes, 10% vegetarianos o sensibles a la lactosa y 27% consumidores que los compran sólo por sus estándares de calidad.**
- ▶ Países que lideran el **mercado kosher** a nivel mundial: **Estados Unidos e Israel**

En algunos casos los resultados de las visitas exigen una línea de producción exclusiva para el producto que desea ser kosher, o el cambio de un proveedor de materia prima que no cumple con lo estipulado en las leyes dietéticas judías.



- ▶ Valor del **mercado global** de alimentos kosher en el 2002: **16,500 millones de dólares**

- ▶ Número de empresas **certificadoras** de productos kosher a nivel mundial: **867**

- ▶ Número de integrantes de la comunidad judía **en el mundo**: **entre 12 y 13 millones.**

Fuente Estudio Alimentos Kosher/Estados Unidos, Ministerio de Economía y Producción de la República de Argentina (en [www.proargentina.gov.ar](http://www.proargentina.gov.ar))



## Cuidado con los falsos productos kosher

La “personalidad” de lo que comemos

Sería imposible explicar en tan corto espacio todos los detalles de las restricciones y requisitos que comprenden los alimentos kosher, pero sí podemos hacer una breve revisión de los aspectos más importantes y hacer una clasificación general de ellos. Veamos:

**Carnes.** En esencia, la carne kosher es la misma que consume la mayoría de la gente, pero con estrictos controles de calidad e higiene. Lo primero es el sacrificio: el animal debe ser degollado con un cuchillo extremadamente delgado y filoso para asegurar el mínimo sufrimiento del animal y su muerte instantánea. Dicho proceso es realizado por un rabino shojet, quien es un especialista en el sacrificio. Una vez abierto, se inspecciona el perfecto estado del hígado, pulmones, sesos y menudencias para asegurarse de que el animal no tenía daño alguno. En total, en el caso de las reses, el shojet revisa 70 aspectos para asegurarse de que sea kosher. En cuanto a las aves, la inspección es igual de minuciosa. Por último, la carne es untada de sal para que ésta absorba la sangre (los judíos no pueden comerla) y se lava para poder consumirla.

**Lácteos.** El sistema kosher exige que la leche sea pura de vaca y que, por supuesto, en ningún momento y de ninguna manera se mezcle con carne, por lo que productos como los quesos y la margarina (debido a que en su elaboración pueden entrar en contacto con productos cárnicos) requieren también de certificación kosher.

De acuerdo con Supervisores en Alimentos (la empresa certificadora de la Comunidad Azhkenazi de México), en tiendas departamentales de toda la República Mexicana **se venden diversos productos** (jugos, néctares, refrescos, botanas, leches, cereales, salsas, aceites, aderezos, saborizantes, conservas, pescados empaquetados, especias, etc.) **que ostentan su logotipo VK ALEF ALEF** (registrado ante el Instituto Mexicano de la Propiedad Industrial y el Instituto Nacional del Derecho de Autor) **sin cumplir con los requisitos necesarios para obtener la certificación kosher.** Supervisores en Alimentos asegura que las empresas propietarias de esos productos muchas veces **realizan acciones** dentro de su producción y manufactura **que no están permitidas** por la norma kosher, como utilizar grasas de origen animal no autorizadas, por lo que ostentarse como kosher significa hacer **publicidad engañosa** hacia el público en general.

Por eso, si usted quiere saber si un producto **realmente cuenta** con la Certificación Kosher VK ALEF ALEF, **puede llamar** a Supervisores en Alimentos, S.C. a los teléfonos 5256-0095, 5256-0316, 5256-0907, 5256-0604, 5286-1747 y 5286-6102 de la Ciudad de México.

**Pareve (neutro).** Se les denomina así a los alimentos que no contienen carne ni ingredientes lácteos. Así, todas las frutas, granos y vegetales en su estado natural son kosher pareve.

Aun después de lo ya expuesto, tal vez persista en usted la pregunta: ¿por qué seguir ese régimen tan estricto?

Además del sentido absolutamente religioso y de salud que significa consumir alimentos kosher, existe otro aspecto que motiva el acatamiento de estas normas alimenticias: en las leyes dietéticas hebreas existe la firme creencia de que el alimento no sólo brinda al organismo los nutrimentos necesarios para fortalecerse, sino que también tiene una influencia determinante sobre la personalidad y el alma, es decir, que propicia de manera directa cambios en el comportamiento y la conducta de las personas.

“La comida influye sobre la salud personal, y no hablo sólo de salud física, hablo también de la salud moral: la comida influye sobre cualidades de la persona. Para nosotros, una persona que come comida kosher, comida permitida por la Biblia, tiene una clase moral distinta que le permite una mejor convivencia con las personas que están a su alrededor”, comenta el rabino Antebi.

¿Son más caros? ¿Cómo reconocerlos?

Ahora usted podrá imaginarse lo difícil que es para quien sigue estas estrictas reglas de alimentación encontrar productos adecuados para su consumo. Por ejemplo: ¿cómo puede una persona estar segura de que el helado que desea como postre realmente es kosher? ¿Cómo saber que

el platillo que le ofrecen en algún restaurante está preparado con alimentos permitidos?

Para salvar este problema existen las empresas certificadoras de productos kosher, que se encargan de vigilar no sólo los alimentos, sino también los restaurantes, hoteles y hasta los medicamentos que se denominan “puros”. En todo el mundo existen 867 compañías que se dedican a esta labor. Entre los sellos kosher más reconocidos a nivel mundial se encuentran los siguientes:



En México hay siete empresas certificadoras reconocidas, entre ellas se encuentra Supervisores en Alimentos, S.C., de la Comunidad Ashkenazi de México, que vigila los procesos de elaboración de 512 empresas en nuestro país y cuyo logotipo podemos encontrar en un gran número de productos.

En la actualidad, usted puede encontrar productos kosher casi en cualquier supermercado. De hecho, como le comentábamos al principio, es casi seguro que usted los consuma. Vaya y verifique en su despensa, verá que algunos productos tienen los logotipos que le acabamos de presentar. Así entonces, se percatará de que el consumo de estos alimentos no es exclusivo de un grupo y que sus precios son exactamente los mismos para todos. Aunque debemos aclarar que la excepción es la carne kosher, ya que ésta sí es más cara.

Pero ¿qué gana usted con comprar unas piernas de pollo más caras o con que la sopa que está por preparar tenga el logotipo kosher? La respuesta la encontramos en el proceso de certificación.

### Limpieza, calidad y salud para todos

El primer paso para que un producto pueda ser certificado como kosher consiste en que la empresa o planta que lo produce dé a conocer todas las materias primas que utiliza, así como un diagrama de flujo de todas sus líneas de producción, esto con la finalidad de asegurarse de que en ningún momento los alimentos puedan “contaminarse”. Los rabinos (personas con años de preparación, mucha experiencia y amplios conocimientos), por medio de visitas de inspección, son los encargados de verificar que todos los datos entregados sean verídicos.

En algunos casos, los resultados de las visitas exigen una línea de producción exclusiva para el producto que desea ser kosher o el cambio de algún proveedor de materia prima que no cumple con lo estipulado en las leyes dietéticas judías.

Muchas empresas (multinacionales, incluso) están dispuestas a asumir los costos que esto implica, ya que han encontrado en la certificación kosher una aliada para sus ventas y un medio de introducción de sus productos en nuevos mercados: una investigación interna de Dannon Yogurt Co. concluyó que, a finales de los 90, la presentación de un logotipo de alimento “adecuado” contribuyó con dos millones de dólares al total de sus ventas anuales.

Otro de los beneficios que las empresas reciben al obtener el sello kosher es posicionar sus productos como saludables para el público en general. Por ejemplo, el rabino Antebi afirma: “Nosotros podemos comer cualquier tipo de frutas y verduras, pero tenemos que cuidar que no tenga gusanos. Cuando inspeccionamos un camión lleno de chiles y le encontramos tres gusanos, ese camión, y todos esos chiles, ya no pueden ser kosher”.

Así, el sistema kosher también hace hincapié en la limpieza y pureza de los productos, lo que le ha ganado muchos adeptos.

En la actualidad, los alimentos kosher no son de consumo exclusivo de la comunidad judía ortodoxa, personas con otras creencias religiosas (como los musulmanes), vegetarianos, intolerantes a la lactosa y otros consumidores en general compran estos alimentos, derivados del profundo compromiso de los judíos con sus creencias.

Y así debemos entenderlo, como una manifestación más de las múltiples que podemos encontrar en los distintos grupos religiosos que hay en nuestro país, y que podemos aprovechar como una garantía más de calidad en los productos.

“Los productos kosher son para todo el mundo, de la religión que sea. Hoy, para la gente en general, kosher es un logotipo que garantiza limpieza, calidad y salud”, concluye el rabino Antebi. 🕯

Fuente Entrevista con el rabino Meir Antebi, de la Comunidad Ashkenazi de México • Estudio Alimentos Kosher/Estados Unidos, Ministerio de Economía y Producción de la República de Argentina (obtenido en [www.praargentina.gov.ar](http://www.praargentina.gov.ar)) • Información proporcionada por la Comunidad Judía Ashkenazi de México • [www.kosher.com.mx](http://www.kosher.com.mx)

## Si quiere saber más

- [www.ashkenazi.org.mx](http://www.ashkenazi.org.mx)
- [www.oukosher.org](http://www.oukosher.org)
- [www.chabadmx.org](http://www.chabadmx.org)
- [www.todokosher.com](http://www.todokosher.com)
- [www.kosher.org.ar](http://www.kosher.org.ar)
- [www.ou.org](http://www.ou.org)

Foto José Rodríguez