

Kefir Haram Mı?

[Kefir haram mı?](#) Kefirde alkol var mı? gibi sorular, kefir içenlerde ya da içmek için tereddüt yaşayanlarda zaman zaman şüpheye neden olmuştur.

Kefirin saymakla bitmeyen faydaları, kefir satışını artırmaya yönelik yapılan reklam çalışmaları, kefirin beslenmedeki önemi ve kefire diyet reçetelerinde de yer verilmesi ile birlikte, kefir son on beş yirmi yıldır hiç olmadığı kadar popülerliğe ulaştı.

Kefirde Alkol Var Mı?

Kefirde alkol var mı? Evet var. Kefir fermente bir süt ürünüdür. Fermente edilen tüm gıdalarda olduğu gibi kefirde de mayalanmaya bağlı olarak alkol meydana gelir.

Yani kefir alkollü müdür? Evet alkollüdür. Ancak ortaya çıkan alkol, sütü mayalayıp kefir elde etmeye çalışırken doğal olarak kendiliğinden oluşmaktadır.

İyi de nedir bu fermente ya da diğer adıyla fermantasyon? Bazı bakteri, mantar ve mikroorganizmalardan yararlanarak, belli başlı gıdaları kimyasal değişime uğratarak yeni bir besin oluşturmak için yapılan mayalama işlemine fermantasyon denir.

Kefir İçmek Caiz Midir?

[Kefir içmek caiz mi?](#) Kefir yemek caiz mi? Standart şartlarda, bakanlığın belirlediği koşullarda üretilmiş ve muhafaza edilmiş kefirin içilmesi caizdir. Kefir caiz mi? diye bu yönüyle de bakılmak kaydıyla kefir içmenin dinen caiz olduğunu söyleyebiliriz.

Kefir Helal Mi?

Kefir helal midir? Kefirin hükmü nedir? İki madde halinde kefir helal mi? Toparlayarak konuyu bağlamak istiyorum:

1. Türk Gıda Kodeksi Alkolsüz İçecekler Tebliği'ne göre Türkiye'de üretilen tatlı kefirin içinde oluşan kefir alkol oranı insanı sarhoş edecek düzeyde değil. Bu nedenle tebliğe göre tatlı kefirin üretilmesinde, satılmasında ve içilmesinde herhangi bir uygunsuzluk yoktur.
2. Din İşleri Yüksek Kurulu tarafından yapılan açıklama ise şu şekilde: "İslamiyet'te, sarhoşluğa neden olacak düzeyde mayalanmış içeceklerin tüketilmesi haramdır. Kısa süreli mayalanan kefirin, Alkolsüz İçecekler Tebliği'ne göre alkol oranının belirtilen sınırlar içerisinde olması ve sarhoş etmediği, besleyici özelliği ve bazı hastalıkların tedavisinde önerildiğine dair yapılan açıklamalar ışığında, kefirin içilmesinde bir sakınca yoktur. Fakat çok içildiğinde sarhoş edecek düzeyde mayalanmış kefirin içilmesi caiz değildir. Nitekim Peygamber Efendimiz, "Çoğu sarhoşluk verenin, azı da haramdır." buyurmuştur (İbn Mâce, Eşribe, 10)."

Özetle, bir insan Alkolsüz İçecekler Tebliği'ne göre Türkiye'de üretilen tatlı kefirini içebileceği kadar içtikten sonra, sarhoşluk alameti olan fiziksel ve zihinsel değişiklikler yaşamayacağı için, tatlı kefirin sarhoş eden içecekler grubunda gösterilmesi söz konusu olamaz. **Daha fazlası için:** <https://tarimmemleketi.com/kefir-haram-mi>

Kaynak: <https://tarimmemleketi.com>