

Alimentos sin TACC en Pesaj

Pesaj es la celebración judía por excelencia. Sus grandes cantidades de leyes, sin embargo, pueden transformar la festividad de la libertad en un yugo. Según los estudios sociológicos los Sedarim de Pesaj convocan más judíos, incluso, que los momentos culmines de Iom Kipur. Los aromas, la Keará, las melodías y la Hagadá hacen de Pesaj una festividad única. Para muchos, no obstante, la alegría de la festividad se ve nublada por las restricciones alimentarias de la misma. Durante los ocho días de la festividad (siete en Israel) no se nos está prohibido comer ciertos cereales leudados. Con el correr de las generaciones (hace más de 3200 años que según lo que nos relata la Torá festejamos nuestro primer Pesaj) las restricciones de que se puede comer durante la festividad se han ensanchado hasta inflarse (o leudarse) tanto que a veces nos hace perder el foco, la esencia.

El pan de la pobreza (Ha Lajmá Aniá) ¿?

En la Argentina el pan de la pobreza (Ha Lajmá Ania), el nombre que en el relato de Pesaj recibe la matzá, sale \$170 pesos el kilo (y ni que hablar de la harina de la pobreza...). Pero a la matzá no podemos escaparle. Si bien no es obligatorio comer matzá todos los días de la festividad, necesitamos por lo menos un par de matzot para comer las primeras dos noches. La Torá nos dice, además, que no sólo del pan vive el hombre, y mucho menos de la matzá podríamos nosotros suponer. Durante Pesaj necesitamos ingerir otras comidas y sobre este asunto es que hoy me quiero enfocar. ¿Fueron alguna vez a comprar mayonesa u otros aderezos Kasher lePesaj? ¿Leche Kasher lePesaj? ¿Galletitas Kasher lePesaj? ¿Aceites? ¿Aceitunas? A muchos de los que fuimos casi nos da un infarto, por la escasez y por los precios. Artículos de almacén se transforman en artículos de lujo.

¿Es correcto tener que gastar miles de pesos para cumplir un mandamiento? ¿Es justo? ¿Es Kasher? El Talmud nos dice: *תורה חות על ממון של יישראַל* – *La Torá cuida el dinero del pueblo de Israel*. Este principio aparece en 13 oportunidades en el Talmud Babilónico (ver por ejemplo, Julin 49b). 13 veces los sabios nos recuerdan que Dios y la Torá se preocupan por el dinero del pueblo judío. De esta forma los sabios nos dicen que cuando existe la posibilidad no tenemos que entrar en grandes gastos para cumplir los mandamientos. La ley judía es flexible en ciertos casos para evitar grandes inversiones (o perdidas) económicas. Siendo este el caso ¿cómo podemos cuidar nuestro dinero durante Pesaj? ¿Existe la posibilidad de consumir productos sin supervisión rabínica durante Pesaj? La respuesta, o mi respuesta, es que sí y estos son algunos productos con sello sin TACC (libres de gluten).

La relación entre el TACC y Pesaj

La pregunta que me hago es ¿Cómo sobrellevar Pesaj en la Argentina (o en muchas otras ciudades del mundo) teniendo en cuenta la escasez de oferta y los precios exorbitantes? Hace unos años luego de haber estudiado las halajot de Pesaj tomé una decisión: *consumiría en Pesaj muchos de los productos sin TACC aprobados por la ANMAT*. Esté no fue una decisión tomada a la ligera pero sólo hace algunos días consulte con algunos rabinos sobre que opinaban de esta práctica. Varios de ellos convalidaron la práctica, con más o menos reservas. Si bien no tengo la intención (ni los conocimientos) para escribir una Teshuvá (respuesta rabínica) quisiera compartir con ustedes los argumentos para permitir la ingesta ciertos productos sin TACC durante Pesaj.

Comencemos con lo primero ¿Qué tienen que ver los celiacos con Pesaj? ¿Qué tiene que ver los productos libres de gluten con la festividad de la libertad? Nunca terminé de entender cabalmente cual es la relación pero por designio divino o casualidad (cada uno juzgue según su parecer) los cinco cereales que no pueden comer quienes padecen de celiaquía son los mismos cinco cereales que leudados no podemos comer durante Pesaj. Los celiacos son intolerantes, en mayor o menor medida, a la ingesta de gluten del Trigo, avena, cebada y centeno (TACC) y algunos otros derivados (especialmente para nuestro tema, la espelta). La Mishná (Pesajim 2:5), unos cuantos siglos antes de ser descubierta está enfermedad, decía:

אלו דברים שאדם יוציא בהן י' חובהו בפסח בחיטים בשעורים בכוסמין ובשיפון ושבולות שועל

Estas son las cosas con las que se cumple en la Pascua con su obligación: trigo, cebada, espelta, avena y centeno.

Es decir, la matzá en Pesaj debe ser hecha, para cumplir así la obligación durante el Seder, de alguno de estos cinco cereales. Por este motivo los celiacos tienen un gran dolor de cabeza (por no nombrar otros) durante Pesaj ya que si quieren cumplir con la obligación bíblica de comer panes no leudados deben poner en riesgo su salud. De este principio los legisladores medievales derivaron una enseñanza vital (Rambam, Mishne Torá, Jametz uMatzá 5:1):

אין אסור מושום חמץ בפסח אלא חמאת מני דגן בלבד, והם שנין מיני חיטים שהן החטה והכוסמת, ושלשת מני השעורים שהן השעורה ושבולות שועל והשיפון, אבל הקטניות כגון אורז ודוחן ופולים ועדשים וכיוצא בהן אין בהן מושום חמץ.

La prohibición de jametz (producto leudado) se aplica sólo a las cinco especies de grano. Entre ellos hay dos especies de trigo: trigo y centeno; y tres especies de cebada: cebada, avena, y espelta. Sin embargo las kitniot (legumbres), como por ejemplo, arroz, mijo, frijoles, lentejas y similares – no son consideradas jametz.

Repasemos entonces: los cinco tipos de granos que un celiaco no puede comer son los mismos cinco tipos de granos con los cuales tenemos la obligación de hacer la matzá en Pesaj y además son esos mismos cinco granos (y sólo esos cinco para el mundo Sefaradí y para muchos ashkenazím que adoptaron la práctica de comer kitniot, legumbres) los cuales leudados no podemos ingerir durante la festividad.

En la Argentina la ANMAT (administración nacional de medicamentos, alimentos y tecnología médica) edita periódicamente una lista de productos libre de gluten (sin TACC). La última edición es del 20 de marzo del 2015: (<http://www.anmat.gov.ar/listados>Listado de Alimentos Libres de Gluten 20 03 2015.pdf>) La agencia certifica que todos estos productos no contienen aquellos granos que leudados están prohibidos en Pesaj.

Tres observaciones prácticas: la Kashrut, Taarovet Jametz y Marit Ayn

Entonces ¿podríamos comer estos productos durante Pesaj? Algunos elementos debemos tener en cuenta para dar una respuesta. La primera es que los ingredientes de aquellos productos deben ser *Kasher leJol Iemei HaShaná*, deben ser aptos para el consumo durante todo el año. Es decir que si por ejemplo aquel producto tiene grasas vacunas o bovinas está prohibida ya que si bien al ingerirlo uno no estaría trasgrediendo el mandamiento de no comer productos leudados durante Pesaj uno sí estaría trasgrediendo otras reglas de la Kashrut.

El otro punto a tener en cuenta es lo que la tradición legal judía denomina *Tarovet Jametz* (la mezcla de jametz). Es decir en un alimento en el cual se pudo haber mezclado un pequeño grano (de aquellos cinco prohibidos) anula la Kashrut de aquella comida durante Pesaj. El principio que rige es el siguiente: *Afihu beElef loBatel* (incluso en una proporción de uno sobre mil aquel grano no se anula). Se es tan estricto con las leyes de Pesaj que uno debe cerciorarse que absolutamente nada de jametz haya entrado en contacto con aquel alimento. Si bien podríamos decir que los procesos industriales y los controles de la ANMAT hacen casi imposible que encontremos trazos de jametz en aquellos productos libres de gluten aún algunos podrían opinar que quizás existe la posibilidad de que por error algún grano de trigo o de cebada, por ejemplo, se haya mezclado en la producción. La manera de superar dicho posible obstáculo legal es comprando aquel producto con certificación sin TACC antes de Pesaj, ya que previo a la festividad el principio que rige es batel beshishim, es decir, se anula como otros productos prohibidos en la Kashrut, en uno sobre sesenta (Shuljan Aruj, Oraj Jaim, Pesaj 447).

El tercero de los puntos a tener en cuenta es lo que la tradición de rabínica denomina “Marit Ayin”, literalmente: “la apariencia a los ojos”. Este principio sostiene que muchas veces uno debería evitar realizar ciertos actos que por apariencia a otro le podrían parecer que están prohibidos pero que verdaderamente están permitidos. El caso más paradigmático es el de mezclar pollo con leche. Según la halajá uno podría llegar a comer pollo con leche ya que esto no viola el precepto bíblico de no cocer el cabrito en la leche de su madre, sin embargo por “Marit Ayin” para evitar posibles apariencias engañosas (ya que el pollo cocinado se asemeja mucho a una carne, ¡y ni que hablar si están hechos milanesa!) los sabios decidieron prohibir también la mezcla de pollo y leche. En relación a nuestro tópico uno debería evitar hacer pensar a los demás, a la hora de comprar estos productos o de servirlos en una comida durante la festividad, que otros piensen que uno está sirviendo comida no kosher para Pesaj. No obstante este no es un obstáculo muy grande para la permisibilidad de los alimentos sin TACC ya que estos uno los compra habitualmente en un supermercado regular y aunque uno vista con Kipá la gente no sospechará que uno está comprando un producto no kosher ya que está ya es una práctica habitual en la judería porteña.

Una posible conclusión

Quizás en Jerusalén, París o Nueva York no tendríamos necesidad de buscar alternativas a los productos kosher autorizados para Pesaj, sin embargo en Buenos Aires, Montevideo o Bogotá (como en muchas otras ciudades, imagino) sí. Lo ideal sería, y esto hay que afirmarlo, es que para evitar todo tipo de duda habría que consumir solamente productos supervisados por autoridades rabínicas durante Pesaj (como también durante el año). Sin embargo no vivimos en el mundo de lo ideal sino de lo real.

Antes de concluir quisiera presentar un principio más que guía este breve ensayo: כה – **דָהִיתֵרָא עֲדִיף לַיה** La fuerza de la permisibilidad es preferible (Talmud, Julin 58b). En cada caso, si existe la posibilidad, nos enseñan nuestros sabios de bendita memoria, debemos optar por la opinión flexible por sobre la rígida, por la postura más permisiva y no por la más restrictiva. En otras palabras: si se puede decir que sí ¿Para qué decir no?

Desde mi humilde lugar, entonces, sostengo que dadas las condiciones que se presentan anteriormente y teniendo en cuenta la costumbre ya arraigada en varios de los países de Sudamérica de contar con una lista abierta de Kashrut (como la del rab Openheimer en

Alimentos sin TACC en Pesaj | Uriel Romano

Argentina o Kosher Chile, por ejemplo) uno podría comer durante Pesaj ciertos de los productos sin TACC aprobados por la ANMAT en la Argentina teniendo en cuenta los siguientes puntos:

1. Los productos deben tener la certificación sin TACC aprobada por la ANMAT.
2. Los productos deben ser comprados antes de la festividad de Pesaj y no durante los días intermedios de la festividad.
3. Los productos deben cumplir con los cánones de Kashrut para el resto del año.

Como siempre, sin embargo, consúltelo con su rabino de cabecera.

¡Jag Pesaj Kasher veSameaj!

¡Por un Pesaj, sin TACC, Kasher y feliz!

Uriel Romano, estudiante rabínico

Agradezco la colaboración, los comentarios y las sugerencias de los siguientes rabinos: Juan Mejía, Gustavo Surazski, Alejandro Bloch, Ariel Stofenmacher, Iosef Kleiner, Fabian Werbin y Manes Kogan.