

## Vad en muslim måste veta om livsmedel

### Halal - födan

Islam bekämpar dålig näring, och kräver av de troende att de inte skall förbjuda något av det som Gud påbjudit dem. Gud har också uppmanat muslimerna att förtära alla sorters nyttig föda som Han har gjort Halal. Allah säger i Koranen: "Att fiska i havet och spisa därav är tillåtet som föda för eder och de vägfarande." (Koranen 5:96).

I det animaliska proteinet finns så gott som allt som människan behöver av aminosyror. Detta finns bl.a. i mjölken, vilken anses som fullvärdig näring för barnen och som mycket nyttig för vuxna. Frukterna har många näringsmässiga fördelar beroende på deras rika innehåll. T.ex. dadlar, som är mycket nyttiga för barnaföderskor. Gud har i Koranen sagt till Maryam (Maria): "Skaka på palmens stam, så faller det mogna, färska dadlar ned över dig. Ät och drick och var vid gott mod!" (Koranen 19:25-26).

I Koranen har nämnts olika sorters gröda och frukter som kroppen behöver, såsom när Gud sade: "Han är ock den, som frambragt trädgårdar, både konstgjorda och naturliga, palmer, och säd av olika slag, oliver och granatäpplen, sinsemellan lika och olika. Äten av deras frukter, då de bära frukt, och given vad tillbörligt är vid skördetiden, men slasen icke; Han älskar förvisso ej de slösaktiga". (Koranen 6:141).

Här har vi exemplet med binas honung som är både närande och botande på samma gång. Gud säger i Koranen: "Ur deras inre kommer det fram en saft med skiftande färg, som innehåller läke dom för människorna." (Koranen 16:69). Människan måste variera

sitt näringsintag mellan växtprotein och animaliskt protein, så att hon får en allomfattande näring.

### Näringsvanor

Islam har alltså klargjort vilka sorters mat som är bra för kroppens hälsa och gjort dessa tillåtna och den mat som är skadlig har förbjudits. Islam strävar också efter att varje muslim skall följa kostvanor som gör att han behåller sin hälsa. Däribland ingår att man inte skall slösa och överdriva sitt ätande. Om detta har Gud sagt: Och äten och dricker, men slösa icke! Han älskar förvisso ej de slösaktiga." (Koranen 7:31). Om man äter för mycket så blir magen uttröttad och orkar inte med att smälta maten och födan börjar jäsa. Magsår och inflammationer i magen, strupen och tolvfingertarmen beror ofta på för mycket ätande.

### Matvanor som krävs i Islam

Man skall tvätta händerna före och efter maten för att bli av med mikrober och parasiter som hamnat på händerna. Islam kräver också intagande av maten med höger hand. Detta för att den vänstra handen skall användas till orena saker, t ex. vid toalettbesök och höger hand reserveras för rena göromål. Profeten Muhammad har förbjudit sådant som försvagar kroppen, även om det görs på religiös grund, som t ex. konstant fasta e er ständigt nattvak.

Av detta framgår tydligt hur viktigt det är för muslimen att följa Islams system inom näringsläran. Han bör äta av det som Gud har gjort Halal åt honom och tacka för Guds välsignelser. Han måste likaså avhålla sig från den mat och dryck som Gud har gjort Haram (förbjuden) för honom.

## Mat som är Haram

Fläskförbudet: Islam förbjuder griskött och den främsta anledningen till detta ligger på trosprincipiell grund, eftersom muslimen måste följa Guds befallningar och avhålla sig från det som Han förbjudit, bl.a. griskött och grisfett. Den vetenskapliga orsaken som forskarna påvisat är att svin drabbas av allvarliga former av mask. Den främsta sorten av dessa är bandmasken, som när den kommer fram till tarmarna, fullbordar sin livscykel i den sjukes kropp, när den transporterar sina ägg till blodomloppet och sedan distribueras till olika organ i kroppen. Sedan förvandlar sig masken till ett tunt fodral som uppnår en bönas storlek. Om detta sker i hjärnan drabbas människan av galenskap och om det sker i ögat blir hon blind. Om masken når hjärtat leder det till försvagning och blodpropp. Masken påverkas inte av konventionella mediciner eftersom den är skyddad i sitt fodral. Grisköttets tillagningstid är kort, vilket inte ger tillräcklig tid till att döda parasiterna. Kolesterolhalten i griskött är mer än tio gånger högre än i nötkött och när detta ämne överstiger normalkvantiteten samlas det i blodådrorna, särskilt i pulsådrorna, och orsakar en höjning av blodtrycket och åderförkalkning. Av denna anledning är antalet fall av angina pectoris och åderförkalkning fem gånger större i Europa än i den muslimska världen.

Något som nyligen blivit känt, är att influensavirus kan överföras från gris direkt och indirekt genom konsumtion av korv gjord på bl.a. grisens lungor.

En svensk hudläkare berättar att han sedan många år har sett hur patienter med akne, astma, allergisk snuva, munsår och vissa former av håravfall, uppnått en betydande förbättring efter att de, i samband

med annan behandling, slutat konsumera fläskkött. Fläsk-kött innehåller svavelhaltiga ämnen och histamin, vilka kan ge hudirritationer.

Det finns en reaktion som kallas autoimmunitet, som innebär att kroppens celler börjar aktiveras mot både främmande och egna vävnader. Enligt en teori kan fläskköttet vara kemiskt släkt med människans vävnader, vilket skulle leda till en sådan reaktion, dvs. att vissa personer vill "stöta bort" det främmande ämnet. Som exempel på autoimmuna sjukdomar kan nämnas sköldkörtelinflammation, ledgångsreumatism och ungdomsdiabetes.

Kanadensiska läkare har i den engelska tidningen "The Lancet" publicerat en artikel som visar på ett tydligt samband mellan hög fläskköttkonsumtion och skrumplever.

Grisfettet försvårar matsmältningen och ökar risken för angina pectoris och åderförkalkning. Det innehåller en stor andel komplicerade fettsyror och man har lagt märke till att grisfettet, när det intas, ombildas till ett egendomligt ämne som inte korresponderar i sin uppbyggnad med människans fetter, vilket leder till en störning i kroppens ämnesomsättning, och likaså kolesterolcirkulationen, vars förändring orsakar uppkomsten av många allvarliga sjukdomar i människans kropp. Nobelpristagaren professor Damm vid Köpenhamns universitet har fastslagit att just grisfettet är en avgörande orsak till uppkomsten av gallsten och forskningen lyckas fortgående fastslå nya bevis för farorna med grisfett och griskött.

De muslimer som bor i icke-muslimska länder har svårigheter i att få tag på födoämnen som inte innehåller grisfett och många av dessa faller in i sådant som är Haram på grund av att de inte behärskar svenska språket och inte heller andra europeiska språk. Det kan

också hända att de avstår från många matvaror som i själva verket är fria från grisfett Här följer en lista över de matvaror som är Haram eller misstänkta:

- Följande termer omfattar griskött: Svenska: Späck, skinka, griskött, fläsk Engelska: Pork, Pork Chops, Ham, Bacon  
Ovannämnda produkter består till 100% av griskött.
- Gris, svin och vildsvin är alla samma typ av kött som är Haram.
- Det finns en del andra produkter av vilkas innehållsdeklaration det inte alltid framgår att de till viss del innehåller griskött eller grisfett. Exempel på dessa är: Svenska: Kalvsylta, Leverpastej, Köttbullar, Köttfärs, Kory, Oxhiärpar, m.m. Engelska: Hot Dogs, Frankfurters, Sausage, Salami, Pepperoni, Canned Meat, Corned Meat, Luncheon Meat.
- Alla produkter på vilka det står ALL MEAT innehåller oftast griskött i kombination med andra. . . köttsorter, som t.ex. nötkött eller kycklingkött.

## Beträffande fetter och oljor

- Ordet ISTER eller RENT MATFETT används för svinfett och detta kallas på engelska LARD SHORTENING eller LARD.
- Om det står skrivet att produkten innehåller ANIMALISK FETT så är det mycket sannolikt att det däri ingår grisfett sålänge det inte finns en detaljerad redovisning av fettsorterna.
- Om det står SHORTENING eller ANIMAL SHORTENING är det mycket sannolikt att det innehåller grisfett.
- Om det står VEGETABILISKT FETT eller på engelska PURE VEGETABLE SHORTENING, dvs. rent vegetabiliskt fett, så kan man vara helt säker på att det är fritt från animaliska fetter så

länge det inte står i texten t ex: VEGETABILISKT OCH ANIMALISKT FETT, på engelska PURE VEGETABLE SHORTENING AND ANIMAL FAT (eller LARD)

- Om det står BUTTER CRUST eller BUTTER TOP eller TOP SHORTENING så kan man inte vara säker på att produkten är fri från grisfett.
- Om det står MARGARIN så är sannolikheten stor att det innehåller grisfett, såvida inte annat nämnts om detta · Man bör lägga märke till att grisfett kan förekomma ensamt eller tillsammans med animaliska eller vegetabiliska fetter eller oljor i följande varor: Bröd, kakor, tårter (färdiga eller mixer), grillad kyckling, stekt eller panerad fisk, soppa (på burk eller i pulverform), glass, godis, choklad, m.m.
- Detta gäller såvida inte detaljerade beskrivningar av innehållet finns, som bevisar att det inte finns något grisfett.

## Beträffande andra ämnen

- Grishud används ibland också för tillverkning av gele, marshmallows samt GELATIN som används i en mängd olika produkter, speciellt godis. Gelatin används för att göra PUDDINGAR och FRUKTYOGHURT samt i olika sorters mediciner, där det ingår sk. KAPSLAR. Även chokladmousse med olika smaktillsatser innehåller gelatin eller alkohol
- Ibland används grisfett för framställning av LÖPE som används vid tillverkning av ost. Kvantiteterna av detta grisfett brukar emellertid vara obetydliga och en del ulama (lärde) anser att det därför inte finns tillräckliga skäl att förklara osten som Harag. Gud vet vad som är rätt.

- Stabilisatorer används i en mängd matvaror och bland dessa stabilisatorer finns SVINPEPSIN. Andra exempel på dessa ämnen är MONOGLYCERIDER. När vi kontaktade Statens livsmedelsverk med en förfrågan om tillsatsämnen fick vi det svar som återfinns nedan (Tillsatser). Det finns tillsatsämnen som är helt fria från grisfett och som används i tillverkningen av en mängd olika livsmedel. En redogörelse för några av dessa återfinns nedan (Angående vissa tillsatsers ursprung), som också är ett brev från Statens livsmedelsverk .
- Alla sorters torr mjölk som används som ersättning för modersmjölk, innehåller vegetabiliskt fett, animaliskt fett och ister (se punkt 1 i stycket om fetter och oljor). Detta gäller i synnerhet den mjölk som används för 0-3 månaders barn. Exempel på denna sorts mjölk är MILKOTAL, SEMPER och MILKOPLUS. För att sammanfatta våra rekommendationer vill vi uppmana till noggrannhet vid inhandlandet och användandet av olika livsmedel och att man noga läser innehållsdeklarationen för att kunna förvissa sig om att produkten är fri från sådant som är Haram.

## Tillsatser

Med anledning av Ditt brev till Livsmedelsverket med förfrågan om ämnen som kommer från djur eller alkohol och vin, får undertecknad meddela följande:

Tillsatser som kommer direkt från djur är gelatin och löpe. Gelatin är ett förtjockningsmedel som framställs ur olika djurvävnader (t ex. ben) och som används framför allt i konfektyrprodukter, charkuterivaror och i viss yoghurt. Löpe används vid ostframställning och består av enzymer från kalvmagar samt

enzymer från svin. I tillsatserna E 470, E 471, E 472, E 475 och E 477 ingår fettsyror som kan ha antingen vegetabiliskt eller animaliskt ursprung. Vad gäller alkohol så kan vissa tillsatser vara lösta i mycket små mängder alkohol innan de tillsätts livsmedel. Mängden i livsmedlet blir emellertid försvinnande liten.

Sänder med lite informationsmaterial om livsmedelstillsatser som jag hoppas kan vara av intresse.

Med vänlig hälsning Anita Janeon

## Angående vissa tillsatsers ursprung

Med anledning av föreningens brev 1983-03-17 till Statens livsmedelsverk med förfrågan om vissa tillsatsers ursprung får undertecknad meddela följande:

*Emuleringsmedel stabiliseringsmedel och förtjockningsmedel*

- R 440 a Pektin: Finns framförallt i citrusfruktens skal och extraheras därifrån för industriellt bruk.
- E 475 Polyglycerolestrar av intersterefierade ricinoljefettsyror Halvsyntetisk produkt tillverkad av råvaror från växtriket.
- E 1400 Kemiskt modifierad stärkelse: Stärkelsen återfinns från växtriket, framförallt från majs.

## Färgämnen

- E 811 Patentgrönt: Syntetisk färg

## Antioxidationsmedel

- E 307 Tokoferol: E-vitamin som utvinns från växtriket

- E 322 Lecitin: Finns naturligt i ägg och sojaböner. Utvinns från sojabönan.

Hoppas informationen kan vara till någon hjälp.  
Med vänlig hälsning Anita Janelm

## **De förbjudna livsmedlens påverkan på karaktären**

Islam har utöver grisköttet också förbjudit muslimerna att äta blodmat, döda djur, djur slagna till döds och rovdjur. Från blodmaten undantas lever och mjälte. Således är blodpudding förbjuden. Profeten Muhammad sade: ”Det är förbjudet för dem som tror på mig (min Ummah) att äta fåglar som har vassa näbbar (rovfåglar) och alla djur av lejonras eller rovdjur med skarpa klor.” Anledningen till förbudet är att folk ibland får en del egenskaper från de djur de äter. Detta beror på att köttet innehåller sekret som cirkulerar i blodet och musklerna och detta sekret förs sedan över till dem som äter det och påverkar dennes karaktär. När rovdjuren jagar så utsöndras i deras kroppar ett hormon som hjälper dem att öka jaktinstinkten. Dr. Liebig, som undervisar i näringslära i Storbritannien, har sagt att detta sekret utsöndras i människans kropp så fort hon får en bit kött att äta.

Farorna med de födoämnen som förbjudits i Islam är inte bara skadliga för kroppen utan även för karaktären. Detta har observerats hos en del folkstammar som äter denna typ av kött och som hänger sig åt kannibalism. Man har observerat hos dessa stammar att de drabbas av en sorts promiskuitet, likgiltighet gentemot det motsatta könet och respektlöshet mot familjesystemet och hedern.

## Förbudet mot alkohol

### Alkoholens ursprung

I Koranen har ordet Khamr använts för alkoholhaltiga drycker. Från början avsågs med detta ord den jästa juicen av vindruvor. Detta ord används på motsvarande sätt för alla jästa drycker och analogt med detta även för alla drycker eller mediciner med drogande effekt.

Det är känt att alkoholhaltiga drycker uppdelas i två huvudsakliga typer: de som produceras genom destillation för att erhålla en hög alkoholhalt (sprit), såsom whisky, konjak eller gin, och de som framställs enbart genom jäsning, såsom vin, öl, maldrycker och liknande. När förbudet mot alkoholhaltiga drycker i Islam diskuteras, är båda typerna inräknade.

De jästa dryckernas historia går tillbaka till stenåldern och förmodligen ännu tidigare, medan destillationsprocessen uppfanns år 800 e Kr av en arabisk alkemist vid namn Jabir ibn-Hayyan (i västvärlden känd som "Geber"). bAlkohol" är ett ord med arabiskt ursprung, det arabiska originalet algcool betyder "spöke" eller "ond ande". Man anade att Jabir ibn-Hayyan kan ha föreslagit detta namn på grund av dess mest uttalade effekter (18).

Å andra sidan nämner Encyclopaedia Britannica 1966 (19) att: bDen allmänt accep terade härledningen av ordet alkohol är från det arabiska kuhl, koh'l eller kohop som betyder »ett mycket fint stoft". Alkohol eller "det fina stoftet" syftade oftast på en finpulvrerad antimonsulfid som användes inom kosmetiken för att svärta ögonlocken. Stegvis kom ordet (alkohol) att betyda essens». Det

arabiska ordet khamara betyder främst att "täcka", medan khamura betyder "jäsa". Därför kommer drickandet av khamr (jästa drycker) att resultera i ett "täckande" eller ett fördunklande av en individs tankeförmåga, dvs. ett agerande utan sund tankeprocess.

Under profeten Muhammads dagar, utgjorde vindruvor, dadlar, vete, korn och honung grunder för de jästa dryckerna. Nuförtiden kan alkohol även utvinnas ur andra källor, men den är likaledes förbjuden att förtäras, eftersom den drogat människan. Islam betonar alkoholens effekt på människor och inte dess ursprung.

### Förbud mot alkohol

Informationen om förbudet mot alkohol i Islam kan hämtas direkt från Guds ord i Koranen såväl som från profeten Muhammads uttalanden. Förbudet mot alkoholhaltiga drycker nämns tre gånger i Koranen.

- I Surat al-Baqarah säger Gud: "De spörja dig om vinet och maisirspelet. Säg: "Båda medföra stor synd, men även förmåner för människorna; dock är synden större än nyttan." (Koranen 2:219).
- I Surat al-Nisa säger Gud: "I, som tron, kommen ej druckna till bönen, utan först när I veten vad I sägen..." (Koranen 4:43).
- I Surat al-Ma'idah, säger Gud: "I, som tron, vin och maisirspel, avgudabilder och lottkastningspilar är en styggelse, den Satan uppfunnit; undviken det alltså, för den händelse I månden vara lyckliga! Satan vill blott åstadkomma fiendskap och hat bland eder genom vin och maisirspel och utestänga eder från åkallan av Gud och bönen. Skolen I ej upphöra?" Koranen 5:90-91).

- Dessa tre verser i Koranen är alla knutna till förbudet mot alkoholhaltiga drycker. De uppenbarades i ovanstående ordning, men vid olika tider och tillfällen. Den sista versen gör alkoholförbudet kategoriskt.
- Vad gäller profeten Muhammads (frid över honom) uttalanden, så finns det många, inklusive följande:
- Angående bevisningsfrågan har Aisha, profetens hustru, rapporterat att Muhammad (frid över honom) sade: "Alla typer av alkohol som berusar (drogar) är förbjudna.» (16).
- Angående den mängd som behövs för berusning har Jabir, en av profetens följeslagare rapporterat att Muhammad (frid över honom) sade: "Om en stor mängd av någonting skulle orsaka berusning, då är en liten mängd av det förbjudet." (16).
- Angående bön och ånger rapporterade Abdullah ibn Umar, en av profetens följeslagare och son till den andre kalifen, att profeten Muhammad (frid över honom) sade: "Om någon dricker någon alkoholhaltig dryck, kommer inte Gud att acceptera hans bön på fyrtio dagar, men om han ångrar sig, kommer Gud att förlåta honom." (16).
- Angående inträdandet i paradiset på Domedagen har samma auktoritativa källa berättat att profeten Muhammad (frid över honom) sade: "Det finns tre personer för vilka Gud har förbjudit paradiset: Den som är beroende av alkoholhaltiga drycker, en oansvarig son och en hanrej som blundar för sina kvinnfolks äktenskapsbrott." (16).
- Beträffande Islams attityd gentemot alkoholhaltiga drycker har samma källa rapporterat att profeten Muhammad (frid över honom) har sagt: "Alkoholhaltiga drycker är en styggelse och oanständighetens moder." (16). Vidare säger samma källa, att profeten har sagt: "Sprit är orsak till mycket ont och är den mest

skamfulla av alla styggelser. Den som dricker alkohol kommer att försumma bönen och kommer kanske att begå brott som kan innebära blodskam." (16).

- Beträffande Guds vrede i förhållande till alkoholhaltiga drycker, är inte bara de som dricker sådana förbannade av Gud, utan även alla de som direkt eller indirekt handlar med dem. Anas, en av profetens följeslagare, har berättat att Muhammad (frid över honom) sade: "Guds förbannelse faller på tio grupper av människor som handlar med alkohol. Den som utvinner den, den som mottagit den, den som serverar. den, den som tillhandahållit destillatet, den som dricker den, den som transporterar den, den som säljer den, den som brukar pengar som inkommit av alkoholen, den som köper den och den som köper den åt någon." (16).

Av den autentiska informationen står det klart att alkoholhaltiga drycker av alla slag och former är olagliga för muslimerna att dricka eller handla med. Detta inkluderar alla sorters viner, sprit, jästa drycker, ren alkohol och liknande.

## Skäl för förbud

Det finns många skäl till varför alkoholhaltiga drycker har förbjulits i Islam och följande punkter tar upp de viktigaste av dem:

- Alkohol anses vara en styggelse.
- Alkohol är ett av Satans många verk.
- Alkoholdrickande skapar fiendskap och hat mellan människor.
- Alkohol hindrar människan att hålla Gud i åtanke.

- Den förhindrar och /eller försenar muslimerna att utföra sina dagliga böner. Även om de ber, förstår de inte meningen med eller betydelsen av vad de gör och säger.
- De som dricker alkohol förnekas Paradiset.
- De som dricker alkohol anses av Islam likna dem som dyrkar avgudar, vilket är också helt förbjudet i Islam.
- När en person dricker alkohol anses han inte vara en troende.
- Muslimerna anser att Guds profeter inte smakade alkoholhaltiga drycker och att alkohol var . . . förbjudet i alla gudomliga uppenbarade religioners originalskrifter.
- Alkoholhaltiga drycker har vissa fördelar, men den synd och skada som blir resultatet av konsumtionen, är mycket större än fördelarna.
- Alkohol bringar Guds förbannelse över den som intar de såväl som över den som planterar eller odlar råvarorna, producerar, säljer eller handlar med den och dem som deltar i spritfester.
- Alkoholen bär ansvaret för ett stort antal bilolyckor
- Alkoholen är orsak till många familjers splittring.
- Under alkoholens inflytande begås brott som mord, våldtäkt osv., i större grad.

Av ovannämnda anledningar gör praktiserande muslimer sitt bästa för att avhålla sig från alkoholhaltiga drycker och de fester där alkohol serveras, för att behaga Gud den Allsmäktige.

Beträffande användningen av alkoholhaltiga drycker för att värma kroppen vid kall väderlek, gör profeten Muhammads uttalande klart att konsumtion av alkohol är förbjuden även för de människor som lever i kalla klimat. Om de behöver värma sig kan de använda annan föda eller dryck som inte berusar, t ex honung. Islam har starkt

uppmuntrat användningen av honung för olika ändamål (20) och människorna kan tillgodogöra sig den färdiga energin och de lättillgängliga kalorierna såväl som näringsämnen från honung, utan de sidoeffekter man normalt får av alkohol.

## Medicinsk behandling med alkohol

Många läkemedel i Sverige innehåller en ansevärd mängd alkohol. Den förmodas bidra till att bota vissa sjukdomar eller används som bindemedel i vissa medicinska substanser. Islam har även i detta fall varit mycket exakt.

Det berättas att en man vid namn Tariq ibn Suwaid frågade profeten Muhammad (frid över honom) om användandet av alkohol som medicin, och profeten svarade honom att alkoholen inte är en medicin utan en sjukdom. Detta betyder att muslimer inte skall använda sig av mediciner som innehåller alkohol om det inte är absolut nödvändigt. Undantaget begränsas enbart till extrema nödfall. Det är därför viktigt att läkemedelsföretagen tar hänsyn till behoven hos de ca 100 000 muslimer som bor i Sverige och även till muslimerna i andra länder, då de producerar läkemedel för export. Gud har förbjudit alkohol för muslimerna för att skydda dem och vårda dem. Därför skall man inte ta alkohol som medicin mot olika sjukdomar.

Att tro på nyttan av alkoholmedicinering är en sak och nödvändigheten av den en annan. Det har vetenskapligt bevisats och är ett ovedersägligt faktum att alkoholen är ett gift som orsakar en rad sjukdomar, av vilka tusentals människor dör varje år, de flesta i de industriella och utvecklade länderna. En del forskare säger att om alkohol används i en medicin uppbyggd av andra ämnen för att behålla den i flytande form eller hålla den ren, så gör det ingenting



och detta kan jämföras med den lilla mängd silke som används i bomullstyger.

Ett annat problem som drabbar muslimer i Sverige är att en anseelig mängd livsmedel på marknaden innehåller alkohol i större eller mindre utsträckning. Eftersom alkoholen finns i dessa varor kan muslimerna inte förtära dem. Nästan utan undantag består menyerna på flyg, speciellt internationellt flyg, av mat (och efterrätter) som innehåller alkohol. Den som inte är grundligt insatt i de olika dryckernas namn och smak, kan av misstag få i sig någon av dessa maträtter och alltså omedvetet bryta mot en grundläggande princip i sin religiösa tro.

Ett annat problem är användningen av munvatten. Eftersom det stora flertalet innehåller alkohol, bör muslimerna avstå från att använda det, även om man inte sväljer det och tvättar munnen efter användning.

Vissa sorters choklad, framförallt den som finns i s.k. presentaskar, innehåller alkohol. Exempel på detta är ALADDIN-askarna, där följande praliner innehåller alkohol: Rommarsipan, korsbar i likör, likörtryffel och romrussin. Användningen av alkohol som antiseptika och i cologner och parfymer har diskuterats av många muslimska forskare. Vissa av dem förbjuder dess användning i parfymer och cologner, men tillåter att den används som antiseptikum. Deras resonemang går ut på att alkohol anses vara Rijss(3), eller en styggelse, och därför inte bör användas i någon form, om inte återstoden tvättas bort. Dofter som har olja som basis, utan någon alkohol, rekommenderas som alternativ. Andra muslimska forskare tillåter användningen av alkohol både i parfymer, cologner och antiseptiska medel. Deras resonemang är att alkoholen används som

en utvärtes lösning och inte som en dryck.

Bruket eller missbruket av droger som marijuana, hasch, LSD och liknande, är också förbjudet, eftersom Islam tar hänsyn till deras effekt på hälsan snarare än deras kommersiella värde. Som tidigare nämnts (1), tillåter inte islamisk lagstiftning att en muslim äter eller dricker förbjudna livsmedel under några omständigheter, förutom när det sker omedvetet, under tvång eller i ett absolut nödfall.

---

*1 Ali, A.Y: The Holy Qur'an Text, översättning och kommentar "Kon", kapitel*

*2 s.86 fotnot 240, Al Arabiah Publishing House, Beirut, Libanon, 1996.*

*3 Rijss: En arabis- ord för något som är smutsigt, snuskigt och ansen som en styggelse.*

## Litteraturförteckning

- Koranen, KV. Zetterstens översättning
- Alkohol i Islam:
- av fil dr. Ahmad H. Sakr, professor och ordförande i kemi- och näringsdepartementets nationella kiropraktik, College Lombard, Illinois 60140.
- Islams Principer:
- Abul A'la Maududi, Pakistan.
- Muslimska Helgdagar och Ceremonier:
- Islamisk korrespondenskurs, International Islamic Federation, Canada, USA.
- Menhaj al-Muslim (Islam Är Vår Väg):
- Abu Bakr al-Jazaeri, Medina, Saudiarabien.

- Hammouda Abdalati:
- Islam in Focus.
- Muhammad Qutb:
- Missförstånd om Islam.
- Maurice Bucaille:
- The Bible, The Qur'an and Science.
- Suzanne Haneef:
- What Everyone Should Know About Islam and the Muslims.

## Bilagor

### Vissa ingredienser i livsmedel

I skrivelse 198S12-17 till Statens livsmedelsverk har Islamiska Förbundet i Stockholm ställt vissa frågor om ingredienser i livsmedel. Livsmedelsverket får med anledning härav meddela följande:

#### 1 Gris

- Att en ingrediens härrör från gris framgår av beteckningen på ingrediensen, t.ex.~ griskött, fläsk, svinlever, svål, ister, späck. Beträffande vissa tillsatser, se bifogad kopia ”Angående Er förfrågan vilka livsmedelstillsatser som har animaliskt respektive vegetabiliskt ursprung”. Samtliga där uppräknade tillsatser med animaliskt ursprung kan ha tillverkats av produkter från gris. I de allra flesta fall är dock ingående fett av vegetabiliskt ursprung.

#### 2 Blod

- Om en ingrediens härstammar från blod framgår detta av beteckningen på ingrediensen, t.ex. blodpulver, blodplasma.

#### 3 Alkohol

- Om alkohol tillsatts ett livsmedel så framgår detta av beteckningen på ingrediensen, t ex cognac, vitt vin.

#### 4 Gelatin

- Gelatin är ett förtjockningsmedel med animaliskt ursprung. Det kan således härröra från bl.a. gris.

#### Tack för Ditt brev!

Jag skall försöka besvara det efter bästa förmåga. Den enda råvara som härrör sig från svin är gelatin. Det är till och med troligt att den gör det. Gelatin ingår i alla våra skumprodukter, typ påskskum, julska, bims, skumbjörnar, osv. Gelatin ingår naturligtvis också i geléprodukter typ geléfiskar, vingummi, små bamsar, m.fl. Vidare ingår gelatin i det vi kallar toffé, dvs. minttoffé, frukttoffé och liknande samt i hallon- och lakritsbåtar. Gelatin finns alltid klart och tydligt deklarerat på våra produkter, därför tror jag inte att det skall vara något problem för Dig Jag bifogar Livsmedelsverkets lilla nyckel över E-numren Vilka av dessa E-nr som kan innehålla ämnen som härstammar från svin kan jag inte riktigt svara på. Det bästa vore om Du med den frågan vände Dig direkt till Livsmedelsverket. Telefonnumret står på baksidan.. Hör gärna av Dig om Du har fler frågor. Med vänlig hälsning

AB NORDCHOKLAD Lars Ericsson

Angående Er förfrågan vilka livsmedelstillsatser som har animaliskt respektive vegetabiliskt ursprung.

Bland tillsatserna finns en grupp som kan ha animaliskt ursprung, nämligen de emuleringsmedel som tillverkas av fett. Dessa är E 433, E 435, E 470, E 471, E 472a, E 472b, E 472c, E 472e, E 475, E 477, E 481, E 482, E 491, E 492, E 494 samt polyoximetylen (20) sorbitantrioleat (saknar E-nr). Namnen på dessa tillsatser återfinns i den bifogade "nyckeln" till vara E-nummer. Bland övriga tillsatser, t.ex. färgämnen och aromämnen, finns inte några som har animaliskt ursprung vilka kan deklarerar med E-nummer eller bara gruppnamn. Bland färgämnena utvinns E 100, E 160b, E 160c, E 162 och E 163 från växtdelar, de övriga är syntetiska även om vissa av dem även finns naturligt. Aromämnen utvinns ur växtdelar eller framställs syntetiskt.

### Tillsatser som härrör från svin

Tillsatser som kan ha animaliskt ursprung, nämligen de emulgeringsmedel som tillverkas av fett. Följande tillsatser kan innehålla eller innehåller fett från svin:

- 70E 470 Natrium-, kalium- och kalciumsalter av fettsyror
- E 471 Mono- och diglycerider av fettsyror
- E 472a Mono- och diglyceriders ättiksyraestrar
- E 472b Mono- och diglyceriders mjölksyraestrar
- E 472c Mono- och diglyceriders citronsyraestrar
- E 472e Mono- och diglyceriders diacetylvinisyraestrar
- E 475 Polyglycerolestrar av fettsyror

- E 477 1,2-Propylenglykolestrar
- E 491 Sorbitanmonostearat
- E 492 Sorbitantristearat
- E 433 Polyoxietylen (20) sorbitanmonooleat
- E 435 Polyoxietylen (20) sorbitanmonnosterat
- E 481 Natriumstearoyl-2-laktylat
- E 482 Kalciumstearoyl-2-laktylat
- E 491 Sorbitanmonostearat
- E 492 Sorbitantristearat
- E 494 Sorbitanmonooleat

### Halal mat

Förteckning över margarin, mellarin och minarin på den svenska marknaden som innehåller endast vegetabiliskt fett.

Karlshamns oljefabriker (Konsum)

- COOP Delikatessmargarin
- COOP Mjölkfritt margarin utan salt
- COOP Bordseve
- COOP Bordsmargarin 45% fleromättat
- COOP Flytande margarin
- COOP Smörgåsmellarin (60% fett) Lättmargarin (minarin, blåvitt) Smörgåsmargarin (blåvitt)

### Margarinbolaget

- Tre Ess delikatessmargarin
- Tre Ess smörgåsmargarin
- Flora (OBS! ej Nya Flora) Solo dietmargarin

- Solo flytande margarin Linnea (minarin)

## Övriga

- Bregott (innehåller smörfett)
- Lätt & Lagom (minarin, innehåller smörfett)
- Alba Bords
- Vego
- Ädel Smörgåsmargarin
- SparÄdel (mellarin 60% fett)
- Vår Delikatessmargarin
- Vitasieg Margarin
- Vitaquelle Smörgåsmargarin

## Choklad och konfektyrer utan animaliska råvaror

*Tabletter, karameller och kola*

- Cool Tenor (Mjuka halstabletter)
- Ingredienser. Gummi arabicum, socker, stärkelsesirap, sorbitol, lakrits, aromämnen, salmiak, färgämne E 153.
- Cool Mentol (Mjuka halstabletter)
- Ingredienser Gummi arabicum, socker, stärkelsesirap, sorbitot aromämnen.
- Cool Körsbär/Menthol (Mjuka halstabletter)
- Ingredienser. Gummi arabicum, socker, stärkelsesirap, sorbitot aromämnen, citronsyra, färgämnen E 161g, E 127.
- Domino (Halstabletter)

- Ingredienser. Gummi arabicum, socker, maltextrakt, paraffinolja, aromämnen, färgämne E 150.
- Figaro (Tabletter med lakritssmak)
- Ingredienser: Socker, stärkelsesirap, aromämnen, citronsyra, vax.
- Tango (Tabletter med lakritssmak)
- Ingredienser: Gummi arabicum, socker, stärkelsesirap, lakrits, glycerol, salt, aromämnen, salmiak, färgämne E 153, paraffinolja.
- Tenor (Halstabletter)
- Ingredienser: Gummi arabicum, socker, stärkelsesirap, lakrits, salmiak, paraffinolja, aromämnen, färgämne E 153.
- Tenor sockerfri (Sockerfria halstabletter)
- Ingredienser: Gummi arabicum, sorbitol, lakrits, salmiak, aromämnen, paraffinolja, färgämne E 153.
- Nickelfrukt (Blandade karameller)
- Ingredienser: Socker, stärkelsesirap, citronsyra, aromämnen, färgämnen E 163, E 160a, E 161g, E 127, E 100.
- Nickel gammaldags (Blandade karameller)
- Ingredienser. Socker, stärkelsesirap, vegetabiliskt fett, lakrits, salt, aromämnen, färgämnen E 153, E 171, E 160a, E 161& E 127, E 163.
- Rollo mintkola
- Ingredienser: Stärkelsesirap, socker, vegetabiliskt fett, sorbitol, förtjockningsmedel E 1401, pepparmintolja, stabiliseringsmedel E 406. färgämne E 171, lecitin.

## Produkter inom Marabou Livs sortiment utan animaliska råvaror

- Start Naturell (Knapriga, rostade havreflingor)
- Ingredienser Havreflingor, farinsocker, vetegroddar, vegetabilisk olja, druv- och fruktsocker, stärkelsesirap, salt, lecitin och vanilj.
- Start Russin (Knapriga, rostade havreflingor med russin)
- Ingredienser Havreflingor, farinsocker, vetegroddar, vegetabilisk olja, russin, druv- och fruktsocker, stärkelsesirap, salt, lecitin och vanilj.
- Start Hasselnöt (Knapriga, rostade havreflingor med hasselnötter)
- Ingredienser: Havreflingor, farinsocker, vegetabilisk olja, vetegroddar, rostade hasselnötter, äppelflingor, druv- och fruktsocker, stärkelsesirap och salt.
- StartÄpple (Knapriga, rostade frukostflingor av de fyra sädeslagen med äpple)
- Ingredienser: Havreflingor, veteflingor, rågflingor, kornflingor, farinsocker, vegetabilisk olja, torkade äppelflingor, vetegroddar, druv- och fruktsocker, äppeljuicekoncentrat, maltextrakt, stärkelsesirap, salt, kanel och lecitin.
- Marabou Kakao
- Ingredienser: Kakaopulver och vanillin.
- O'boy (Snabblösligt chokladpulver för mjölk)
- Ingredienser: Socker, kakaopulver, lecitin, salt och vanillin.
- O'boy Choklad (Glass- och dessertsås)
- Ingredienser: Socker, stärkelsesirap, kakaopulver, vegetabiliskt fett, citronsyra, salt, konserveringsmedel E 202 och vanillin.  
Marabou bakpulver Ingredienser: Fosfater, bikarbonat och stärkelse.

Refererande till vårt telefonsamtal om E 471.

På Din fråga om emuleringsmedel E 47 kan vi svara att det är mono- och diglycerider av naturliga fettsyror. De fettsyror som våra leverantörer använder kommer i sin tur från vegetabiliskt fett eller från nöttalg. Med vänlig hälsning GLACE - BOLAGET AB GB konsumentkontakt Gun schaber, för Ove Solem

## Regler för Halal slakt

- Djuret eller fågeln får ej vara förbjuden föda för muslimerna.
- Proceduren att skära halsen måste utföras av en vuxen och förnuftig muslim eller av folk som fått den heliga skriften", dvs. judar eller kristna.
- När man skär av halsen måste djuret eller fågeln vara levande med ett lugnt liv bakom sig och dess rörelser efter slakten är tecken på detta lugna liv.
- När djuret slaktas måste slaktaren uttala: "Bismillah w-Allahu Akbar", vilket betyder "I Guds namn, Gud är Störst". Han får inte nämna något annat namn än Allahs. Namnet Allah skal nämnas vid varje Zabiha (slakt) eller vid varje grupp som kontinuerligt slaktas. Om den kontinuerliga proceduren av någon anledning stoppas, skall han åter nämna Allahs namn.
- Slaktproceduren skall utföras med en skarp kniv och på ett snabbt sätt.
- Djuret skall slaktas på ett sådant sätt att både luftröret, matstrupen och venerna vid halsen skärs av kvickt och blodet snabbt rinner ut, vilket gör att djuret fort dör.
- Halsen får varken skäras av helt eller brytas av, för då skadas ryggraden, vilket skulle resultera i en ögonblicklig död.

- Under slaktproceduren skall man undvika att skära bort någon del av djuret om inte djuret är helt dött. Elektrisk chock eller bedövande slag mot huvudet är oacceptabelt om det inte vetenskapligt skulle kunna bevisas att:
- det skulle vara ett effektivt sätt, dvs. orsaka djuret mindre smärta om det användes vid slaktningen än om det inte användes.
- dessa åtgärder inte skulle betyda död före den egentliga slaktningen.
- åtgärderna vore höjda över allt tvivel (Shubha).
- Utrustning som används för att döda grisar får inte användas vid slakt av djur eller fåglar som skall slaktas på Halal-sätt. Området måste också vara helt fritt från kontamination eller förorening av griskött eller icke-halal kött.
- Det skall ej finnas någon risk för sammanblandning av halalkött och griskött (eller icke-halal kött från andra djur) varken i slakthuset, frysar eller i kylskåp och inte heller när köttet packas, lastas av eller lastas på.

Dessa regler är kritiskt granskade av och godkända av Dr. Mohammad Sulaiman al-Ashqar.

## Islams åsikt om slakt av djur med elektrisk chock

### Av Sheikh Abdulaziz bin Baz

I Koranen och Sunna lär vi att kött som ges till muslimer av människor som tror på Den Heliga Skrift, dvs. judar och kristna, inte är förbjudet att äta, medan kött som kommer från slaktning utförd av icke-troende (ateister och andra människor) är förbjudet att äta. Se version paragraf 5: Surat al-Ma'idah. I denna version - paragraf 5 - ser vi att ett klart uttalande görs att muslimer tillåts äta kött där

slaktningen utförts av människor som tror på Den Heliga Skrift - judar och kristna och att muslimer får äta deras mat. Paragrafen visar också på att det är förbjudet att äta kött som kommer från slaktning utförd av andra icke-troende. Om slaktningen av djuren sker som ett offer till någon annan källa än Gud, är den absolut förbjuden av en annan paragraf, som påvisar förbud mot döda kroppar, blod och griskött och allt annat kött som ej är tillägnat Gud.

Men när det gäller det som slaktas utan att man följer muslimsk lag - t ex. ett djur som vi vet har dött av elektrisk chock eller genom strypning eller dylikt - så gäller om detta som det föreskrivs i en annan paragraf, att man ej får äta detta och det gäller vare sig slakten utförts av muslimer eller av människor som tror på Den Heliga Skrift. Djur som utsatts för elektrisk chock, klubbats eller blivit slagna utan att de dött och som - innan de dör - slaktas levande enligt muslimsk metod, får ätas av muslimer.

Paragrafen i Koranen (Surat al-Ma'idah, nr. 3) som lyder: "Det kött är förbjudet för dig, det döda djuret, blodet och grisköttet och det som tillägnades annat syfte än Allah...". Paragrafen tjäder på att det är förbjudet att äta kött som kommer från djur som klubbats, blivit slagna eller strypts och på samma sätt bedömer vi djur som utsatts för elektrisk chock och dött innan det varit möjligt att slakta dem levande. På samma sätt är det förbjudet att äta djur som klubbats eller blivit slagna i huvudet och dött innan vi kunnat infånga dem levande.

---

*Fotnot- Det har bekräftats av undersökning och vittnesbörd likaväl som av direkt observation att ett djur inte dör direkt efter elektrisk chock, utan förblir levande tillräddigt länge så att det kan slaktas i enlighet med muslimsk metod.*