

Ernährung Halal / Koscher

□ Halal (Islamische Speisevorschriften)

Halal bedeutet „erlaubt“ im Islam. Lebensmittel müssen bestimmten Regeln folgen:

Erlaubte Tiere: z. B. Rinder, Schafe, Hühner.

Verbotene Tiere: z. B. Schweine.

Schlachtung: Das Tier muss von einem Muslim geschlachtet werden, der dabei den Namen Gottes ausspricht.

Kein Blut: Das Blut muss vollständig entfernt werden.

Kein Alkohol: Alkohol ist verboten.

☆ Koscher (Jüdische Speisevorschriften)

Koscher bedeutet „rein“ oder „geeignet“ im Judentum. Lebensmittel müssen folgenden Regeln entsprechen:

Erlaubte Tiere: z. B. Rinder, Schafe, Ziegen mit gespaltene Hufen und Wiederkäuer.

Verbotene Tiere: z. B. Schweine, Kamele, Hasen.

Schlachtung: Das Tier muss von einem ausgebildeten Schächter (Schochet) geschlachtet werden.

Kein Blut: Das Blut muss vollständig entfernt werden.

Keine Mischung von Milch und Fleisch: Milchige und fleischige Speisen dürfen nicht zusammen zubereitet oder gegessen werden.

□ Anlaufstellen im Ostallgäu

□ Halal-Lebensmittel

In größeren Städten wie Kaufbeuren oder Marktobendorf gibt es türkische oder arabische Supermärkte, die Halal-Produkte anbieten. Auch einige Metzgereien führen Halal-Fleisch. In der Region Ostallgäu können Sie Halal-Lebensmittel über Lieferando bestellen. Hier finden Sie Restaurants, die Halal-Gerichte anbieten: [Lieferando - 100% Halal in Ostallgäu](#)

□ Koschere Lebensmittel

Koschere Lebensmittel sind in der Region Ostallgäu weniger verbreitet. In größeren Städten wie München oder Augsburg gibt es spezialisierte Geschäfte. Eine Übersicht über solche Geschäfte finden Sie auf der Website des Verbraucherportals Bayern: [Verbraucherportal Bayern - Koscher einkaufen](#)

□ Online-Shops für Koschere Lebensmittel

Wenn Sie keine passenden Geschäfte in Ihrer Nähe finden, können Sie koschere Lebensmittel auch online bestellen. Ein Beispiel für einen solchen Online-Shop ist: [Old Abraham - Lebensmittel aus Israel](#)