

הילכתא

לדעת לחיות כהלכה

דבר העורך

גילוי היסטורי

מציאה בסקוטלנד: פוסקים רבים התחבטו בשאלה האם רגשי גלוטן יזכו לקיים מצות אכילת מצה, כאשר רק חמשת מיני דגן כשרים למצה, וכמעט בכולם יש גלוטן. הפתרון היעיל ביותר הינה מצה העשויה משיבולת שועל בגידול מיוחד ללא גלוטן, כתחליף למצה העשויה מקמח חיטה.



הרב אפרים קעסטנבוים (בתמונה משמאל, עם בעל השדה) תושב שכונת גולדרס גרין בלונדון היה הראשון שהצליח לייצר מצות מצוה מהודרות משיבולת שועל ללא גלוטן. מחקרו החל לפני עשרות שנים, כאשר השקיע כעשרים שנה במאמצים למציאת הדגן המתאים, ופיתוח ושכלול שיטת האפיה.

בשלב הראשון מיקד את המאמץ בחיפושים אחר שיבולת שועל טבעית נטולת גלוטן, ללא הנדסה גנטית, ובדק אצל חקלאים ברחבי בריטניה, צרפת, ארה"ב, איטליה, וישראל. לשמחתו מצא חלקת שדה קטנה מאוד של שיבולת שועל מהסוג המבוקש, במשק בסקוטלנד אשר בצפון אנגליה, מדרום-מערב לאדינבורו. בדיקות מעבדה אישרו את התגלית ההיסטורית.

בשלב שני חזר וזרע את גרעיני שיבולת-השועל בחלקה גדולה יותר באותו משק, וכעבור שנה קצר את היבול. אחרי גריסה וטחינה, בפיקוח **הג"ר אשר יעקב ווסטהיים זצ"ל**, הובל מקצת הקמח לאפיה בלונדון ומרביתו בארה"ב ובארץ ישראל. בשלב השלישי השקיע מאמצים לגלות את אופן האפיה הרצוי, כיון שעיסת שיבולת-שועל אינה מתגבשת ולא נדבקת טוב.

בסופו של דבר הוא הצליח להביא את הבשורה המרגשת לאלפי חולי צליאק ברחבי העולם, 'מצות מהודרות לליל הסדר ללא גלוטן'. מצות אלו משווקות תחת המותג 'מצות קעסטנבוים'. לאור ההצלחה גם 'מצות לייקוואוד' היו מהראשונים שהתחילו לאפות מצות מהודרות מקמח שיבולת שועל ללא גלוטן, וכיום ניתן להשיג בכל העולם היהודי בארץ ובחו"ל מצות מהודרות ללא גלוטן בפיקוח כשרויות מהודרות. וכלשון **הפסוק** **יאכלו עַנְוִים וְיִשְׁפְּעוּ** (תהלים פרק כב פסוק כז).

בברכת התורה
עקיבא יוסף לוי

נושא הגיליון

'מצות לפסח ללא גלוטן'

וּשְׁמַרְתֶּם אֶת הַמִּצְוֹת

תקציר: סדרת הגיליונות בנושא 'מאכלים לרגשי גלוטן', הגיליון הראשון (מספר 339), ברכה ראשונה ואחרונה על אכילת לחם ללא גלוטן. הגיליון השני (מספר 340) שיעור האכילה מלחם ללא גלוטן כדי להתחייב ב'ברכת המזון'. הגיליון השלישי (מספר 341) 'קידוש במקום סעודה' לרגישים שאינם יכולים לאכול פת. הגיליון הנוכחי (מספר 342) האחרון בסדרת גלוטן, מהי הדרך המובחרת לייצר 'מצות לפסח לרגשי גלוטן', בדגש על 'מצות שיבולת שועל'.

תחליפי חיטה: מצוי אנשים רגשי גלוטן, שאינם יכולים לאכול מצות מקמח שמכיל גלוטן, והשאלה: האם מקיימים מצות אכילה מצה באופנים הבאים; כאשר המצות עשויות מקמח שיבולת שועל (בגידול מיוחד באזור נקי מחטים שלא ידבק בו גלוטן). קלוי ולא קלוי. או מקמח חיטה מיוחד ללא גלוטן שאינו יכול להחמיץ (בחיטה מהונדסת, ולא בקמח מולינו שהוא חשש חמץ גמור). או מקמח כוסמין, שיותר קל לעיכול מקמח חיטה, והוא פתרון רק לבעלי רגישות קלה.

1. מצה מחמשת מיני דגן

יכול להחמיץ: מבואר במשנה (פסחים דף לה.) ונפסק בשו"ע (סימן תנג סעיף א.) **ומשנ"ב** (ס"ק א-ב, ביאורים ומוספים דרשו הערה 1-2 וראה שם הערה 5), אלו דברים שאדם יוצא בהן ידי חובת מצה בפסח: בחטים, בשעורים, בכוסמין, ובשיפון, ובשיבולת שועל. ודורשת **הגמ'** (שם) **מהפסוק** (דברים פרק טז פסוק ג) לא תאכל עֲלֵיו חֶמֶץ שְׂבֻעָת יָמִים תֹּאכַל עָלָיו מִצֹּת, שיוצאים ידי חובת מצה רק בדברים שיכולים לבוא לידי חימוץ. למעט אורז ודוחן שאינם יכולים להחמיץ.

המנהג בחטים: מבואר ברמ"א (סימן תנג סעיף א.) בשם **המהרי"ל** שחמשתה לכתחילה לקחת חטים למצות, והטעם משום שהתנא בלשונו הזכיר רק חטים. ולדעת **החך יעקב** (ס"ק



כוסמין

שיבולת שועל

בשל עומד לקצירה

שיבולת שועל

חודש לפני ההבשלה

5. מצות שיבולת שועל

בשנת תשכ"ז הופיע ספר **מראות המשנה** בהוצאת מדרש בני ציון שנכתב על ידי פרופסור יהודה פליקס. בו הוא מוכיח את שיטתו לערער על המוסכמות, שהקואקאר המצוי אצלנו אינו השיבולת שועל שמוזכר בתורה בדברי חז"ל, ובאמת השיבולת שועל היא מה שמכונה 'שועור דו טורית', ונפסק'מ בזה להרבה דינים כמו הפרשת חלה, ברכת מזונות, כלאים, חמץ ומצה, ועוד. דעה זו פורסמה בקובץ **שערי ציון** (אלול תשמ"ח) במאמר מאת הג"ר **שרגא קרייזלר** שמסיק להלכה שהדבר בגדר ספק האם קוואקאר הוא מין דגן לענין איסור חדש, הפרשת חלה, וברכת מזונות. ולגבי חמץ בפסח לא כתב שהוא ספק.

גדולי הפוסקים ביטלו את החידוש הזה, וראש הכותבים נגד החידוש היה הג"ר **יונה מרצבך זצ"ל** (ירחון 'הנאמן', עלה יונה עמוד תמז תמו) שהוכיח מלשון רש"י (פסחים דף לה.) בביאור המושג 'שיבולת שועל', וכתב 'אביינא - שיבולת שלה שועיה כזנב שועל'. וכן נוקטים רוב הראשונים, והמסורת המקובלת כך מדורי דורות יותר מאلف שנה עד היום, לקרוא 'קוואקאר' שיבולת שועל, והיא

זו שאנו קוראים בשם זה היינו אינא. וכמו שכתב **הגרא"ו ועסטהיים זצ"ל** (קובץ קול התורה קובץ נט) שידוע דאביינא בלע"ז של צרפת הוא מה שקורין באנגלית אוט"ם, וכן כתב המתרגם שם שהוא האפער בלשון אשכנז.

וכתב הג"ר **יוסף אפרתי שליט"א** (שו"ת ישא יוסף או"ח חלק א סימן צא, הליכות שדה קובץ 57) שיש ראיות רבות מדברי הראשונים ששיבולת שועל הוא 'קוואקאר', וגם מוכח מדברי **החזון איש** (כלאים סימן ג.) ומה שטענו ששיבולת שועל לא מחמיצה, נעך גיטוי מיוחד, בו התברר שהשיבולת שועל יכולה להחמיץ כמו חיטה. והביא את דברי הג"ר **עזריאל איערבראך שליט"א** בשם הג"ר **משה פיינשטיין זצ"ל** שגם אם

ביאו עוד אלף ראיות לכך, לא יוכלו לשנות את המקובל בכלל ישראל, ויוצאים במין זה ידי חובת מצה. וכן הביא בשם **הגרי"ש אלישיב זצ"ל** שבדואי האויני - קוואקאר היא השיבולת שועל לכל דיני התורה, לענין חמץ ומצה, חלה, חדש, ברכת בורא מיני מזונות, וכלאים, ומי שמפסק מדבר 'אינו אלא מן המתמיצה, נעך גיטוי מיוחד, נשמת אברהם (או"ח סימן תסא ס"ק א) הביא כן בשם הג"ר משה פיינשטיין והג"ר יוסף שלום אלישיב שיוצאים במין זה ידי חובת מצה.

וכתב **הגרש"ז איערבראך זצ"ל** (במכתב שמופיע בהליכות שלמה פסח פרק ט אחרות הלכה הערה 326) לגבי נושא מסוים שרצו לשנות מהמקובל בכלל ישראל, והשיב שאין לשנות מהמקובל, כמו שלא שומעים לפרופסור פליקס שהוא שומר מצוות לחדש ששיבולת שועל היא לא מה שקוראים העולם ואין שומעין לו ומברכים עליו 'מזונות', ככל מחשת מיני דגן.

ומתחילה כתב הג"ר **משה שטרנבוך שליט"א** (תשובות והנהגות כרך א סוף סימן שב.) שמעתי שאופין מצות שיבולת שועל עבור רגשי גלוטון, ויוצאים בו ידי חובת מצה שהוא מחמשת מיני דגן. ובקובץ שערי ציון אלול תשמ"ח הוכיח שקוואקאר שלנו אינו מחמשת מיני דגן ואם כן לדבריו אין יוצאים בו ידי חובת מצה וצריך לחפש מין אחר שלא זייק. ושוב חזר בו וכתב (תשובות והנהגות כרך ה סימן קל), לגבי מה שמפסקים המדענים בזמן האחרון, האם חז"ל התכוונו לשיבולת שועל שלנו, המעיין ראה שאין בדבריהם יסוד, וכל כוונתם לפקפק במקובל בישראל מדור דור.

6. תאכל עליו מצות

חשש חימוץ: מבואר **בשו"ע** (סימן תנג סעיף ג) שאם לא בדקו את החיטים מאכילת עכברים, אפי' בכך שום איסור. וכתב **המגן אברהם** (ס"ק ב) אפשר שרק לגבי חיטה לא חוששים, אבל לגבי שעורה שממהרת להחמיץ חוששים. עוד מבואר **בשו"ע** (סעיף ה) שבזמננו אסור ליתות גם חיטים וגם שעורים. ומבואר **במגן אברהם** (ס"ק ט) שמשמע **בשו"ע** שהאיסור ליתות לשעורים הוא מדינא דגמרא, ויתכן שגם אסור בשאר מינים. וכתב **הגרא"ו** **וועסטהיים זצ"ל** (קול התורה קובץ נט) להוכיח מדברי **האליה רבה** שרק בגרעיני הדגן החמירו יותר מחמיץ, אבל לא בקמח. אך **המנחת יצחק** (חלק ט סימן מט ד"ה הנה מש"כ) דחה הראיה מהא"ר שכוונתו להתיר בדיעבד כי שוראים שלא נתבקעו.

אין חשש חימוץ: לדעת **הלבושי מרדכי** (או"ח תנינא סימן קמח) אם אין חיטים למצות, מותר לאפות מצות גם משאר מינים. וגם המהרש"ם היה מודה כהא גוונא. וכתב **הגרא"ח פאדוה** (חשב האפוד חלק ג סימן ט) **וכן צידד בשו"ת שרגא המאיר** (חלק ה סימן ח ט) שמותר לחולה צליאק לאכול מצות משאר מינים כגון מצות שיבולת שועל, ומביא החשב האפוד ראייה, **שבשו"ע** (סימן תנט סעיף ב) שיעור הזמן שהעיסה מתמיצה כשלא מתעסקים בה, הוא כדי שיעור מיל. ולא כתוב בשו"ע שיש הבדל בזמן החימוץ בין חיטים לשאר מינים.

ולדעת **הגרי"ש אלישיב** (דרכי הוראה חלק א בסופו) **והגר"מ שטרנבוך**, שאף בשאר ימי הפסח יכול לאכול ממצות אלו ואין צריך להחמיר רק לכזית ראשון, אמנם דעת **השבט הלוי** שם להקל רק לכזית ראשון משום שאין ברירה. ולדעת **הגרמ"ש קליין** (צליאק בהלכה עמ' נד הע' 192 והערך 195), שאם כשימצע מהם יחסר לו שמחת יו"ט, אסור לו להחמיר וחייב לאוכלם.

לדעת המנחת יצחק: לדעת **המנחת יצחק** (חלק ט סימן מט), בתשובה להג"ר **יעקב יחזקאל פויזען** דיין דקהל עדת ישרון ניו-יארק יום ה' ג' תשמ"ג, מוכח מכמה מקומות שצריך לחשוש ששאר מינים מחמיצים מהר יותר מחיטים, ומסיים לגבי קמח שעורים שמחמיץ מהר מחיטים, צריך שיהיה שולחן ערוך מיוחד בביאור כל פרט ופרט, ומי יכול לקבל עליו האחריות בזה, ולכן צריך לחשוש גם בדיעבד.

ומאידך כתב המנחת יצחק בליקוטי תשובות (סימן מג) שאם אינו יכול לאכול כלל חיטים, אפשר להתיר לו בהוראת שעה לאפות עבורו מצות מקמח אחר, בשיעור שחייב לצאת ידי חובה, בגודל הזהירות המבואר בתשובה. וכתב בשמו **הגרא"ו ועסטהיים זצ"ל** (קובץ קול התורה קובץ נט), **ובשו"ת שרגא המאיר** (חלק ה סימן ח), שגם לדעת המנחת יצחק שהחמיר בענין, מכל מקום מותר ללוש לצורך חולים בעיסות קטנות, ולא לאפות הרבה מצות למסחר. והאריך בזה הג"ר **משה טוביה דינקל שליט"א** (במכתב להרה"ג **ברוך קול** תשנ"א, מתאריך שלשה ניסן תשנ"ט). ניתן להשיג במערכת הילכתא, שהמנחת יצחק לא אסר בהחלט, ולכן לחולי צליאק יש מקום להקל לפי התנאים שכתב **הגרא"ו** **ועסטהיים**.



מצות יד שיבולת שועל ללא גלוטן מאפית קעסטנבוים

משיב כהלכה

ההגרלה השבוע על 100 שקל במזומן

שאלה: מה מברכים על 'גרנולה', ברכה ראשונה וברכה אחרונה?



'גרנולה' הינה תערובת דגנים ופירות המבוססת על פתיתי שיבולת שועל, בתוספת חלק מהרכיבים הבאים, צימוקים, חמוציות, תמרים, תפוח, בננה, גרעיני חמניה, גרעיני דלעת, אגוזים, שקדים, קשיו, קוקוס, שמן, חמאת בוטנים, דבש, סוכר, סילאן, האם קיים הבדל בדיני הברכות לפנייה ולאחריה בין המקרים הבאים: קלוי, מבושל על האש, בכלי ראשון, בעירוי מכלי ראשון, תערובת בחלב קר?

מקורות: ש"ע ומשנ"ב (סימן קסח סעיף י"ט ק"נ; סימן רח סעיפים א, ד; ביאור הלכה סימן ר"ב ד"ה אם); אור לציון (חלק ב פרק מו סעיף מג); וזאת הברכה (פרק יב, בירור הלכה כז); שערי הברכה (פרק כג).

במיוחד זה מופיעה שאלה שבועית בנושא הגיליון הבא, כל מי ששולח תשובה נכונה על השאלה נכנס להגרלה. ההגרלה על דעת רבני המפעל. התשובות המובחרות ישולבו במידת האפשר בגיליון הקרוב. בכדי להשיב ולהכנס להגרלה, מספיק לעיין במראה מקום אחד! נא להעביר את התשובות עד יום ראשון הקרוב בערב (תשובה שתגיע אחרי יום ראשון תכנס להגרלה הבאה), בצירוף פרטי המשיב (שם, טלפון, מקום לימוד), באחת מהאפשרויות הבאות:

1. בקו 'הילכתא' טלפון 02-5377085 2-שלוחה 4
2. בעמדות 'דדים פלוס' ו'קהילות', קופת 'הילכתא' גיליון 'עומק הפשט'
3. בחדר 'קול הלשון', ישיבת מיר ירושלים, תיבת 'הילכתא'
4. בפקס מספר 1532-6507823
5. במייל 5047867@gmail.com

הזוכה בהגרלת גיליון 341 בסך 100 שקל מזומן האברך החשוב הר"ר שלום דוד רזנבוים שליט"א כולל קאמרנא בית שמש

ברכת מזל טוב להג"ר יהושע ולס שליט"א לרגל הולדת בנו מאיר שיחי' זה הקטן גדול יהיה כשם שנכנס לברית כן יכנס לתורה ולחופה ולמעשים טובים

סיכום הגיליון:

דינים העולים

- חמשת מיני דגן: את מצות אכילת מצה בליל הסדר, ניתן לקיים במצה העשויה מחמשת מיני הדגן: חיטה, שעורה, כוסמין, שובלית שועל ושיפון. וולם, לכתחילה יש לקיימה במצת חיטה, משום שטעם החיטה הוא החביב ביותר על האדם, ויש בכך 'הידור מצוה'; ומשום ש'ח'ימוצה' של החיטה איטי משל יתר המינים.
- ראוי להחמיץ: יוצאים ידי חובה בפסח רק במצות שעשויות מקמח שראוי להחמיץ. בקמח מחיטה מהונדסת ללא גלוטן, לדעת כמה פוסקים אין יוצאים בו ידי חובת מצה בפסח, משום שנחשב ממין שאינו מחמיץ. ויש מקילים שיוצאים בו.
- מהו שיבולת שועל: יש שטענו ששיבולת שועל אינו הקוואקר שמצוי כיום, אלא 'שעורה דו טורית' היא השיבולת שועל האמיתית. אך גדולי הפוסקים דחו טענה זו בראיות גדולות, והמפקפק על המסורת המקובלת, אינו אלא מן המתמהמים.
- מצות שיבולת שועל: נחלקו הפוסקים האם מותר לרגישי גלוטן לאכול מצות שיבולת שועל שאינו קלוי, יש מתירים לכתחילה, ויש שמתירים רק בחולה צליאק וכשיעור הנצרך בצמצום ולאפות בעיסות קטנות מחשב שמחמיץ יותר מהר מקמח חיטים.
- קמח כוסמין: בקמח כוסמין לכל הדעות הוא מין חיטים, ויוצאים ידי חובת מצה. יצוין שאינו מועיל לחולי צליאק כיון שהוא מכיל גלוטן.

עדכוני הלכה

מצות מהודרות



מצות יד ומכונה 'שיבולת שועל' ללא גלוטן מאפית טיב השיבולת



קצירה בפיקוח הבר"ץ

אכשר דרא, וניתן להשיג מצות חבורה שמורה עם כל ההידורים, עבודת יד ועבודת מכונה, מקמח שיבולת שועל ללא גלוטן, דקות וטעימות ללא מרידות, וכן מקמח כוסמין, תוצרת מאפיית 'טיב השיבולת'. ברכת המצות 'המוציא' ומקיימים בהן מצות אכילת מצה. הגרעינים בכשרות בד"ץ העדה החרדית כל התהליך מהקצירה עד האפיה בפיקוח משגיחי הבד"ץ. ניתן לתאם השתתפות באפיה בטלפון 02-994-3355-077-9015645 טלפון להזמנות

נושא הגיליון הבא:

'מה מברכים על גרנולה'

טלו חלק בזיכוי הרבים העצום, והשתתפו בהוצאות הגיליון הבא

הגיליון נועד לעזור את לב הלומדים, נא לא לסמוך על הדברים הלכה למעשה בלי לעיין במקורות

ברכות לראש משביר

יישר כח לעמותת 'צליאק בקהילה' על הסיוע הרב בהדפסת הגיליונות, ארגון שיעורי הילכתא, בירור ההלכות, והסיוע הגדול לרגישי גלוטן, יתן ד' שבכל אשר יפנו יצליחו.

הילכתא

לדעת לחיות כהלכה

גיליון שבועי עומק הפשט
שיעורים וימי עיון
בית הוראה טלפוני
בירור הלכה אקטואליים
קו מידע הלכתי
חוברות הדרכה

מכון הילכתא 02-535-0535

מענה אנושי בית הוראה מערכת הגיליון



קו מידע הלכתי

02-5377-085

ניתן להאזין לשיעורים, הודעות, עדכונים, רישום להגרלות, ועוד...

5047867@gmail.com לקבלת הגיליון במייל:

פקס: 02-6507823