

## نظر اسلام درباره خواص و مضرات پنیر

حکما گفته‌اند هرگاه پنیر با خرما خورده شود، کیفیت و اثر غذایی آن بیشتر می‌شود.



حکما گفته‌اند هرگاه پنیر با خرما خورده شود، کیفیت و اثر غذایی آن بیشتر می‌شود. به گزارش خبرنگار دین و اندیشه خبرگزاری دانشجویان ایران (ایسنا)، یکی از مواد غذایی که ایرانی‌ها اکثر روزهای خود را با آن شروع می‌کنند پنیر است و خیلی از انسان‌ها به مصرف آن علاقه زیادی دارند. پیامبر خدا (ص) درباره مصرف پنیر می‌فرمایند: پنیر بخورید چرا که خواب می‌آورد و غذا را هضم می‌کند. امام صادق (ع) نیز در حدیثی فرمودند: چه نیکو لقمه‌ای است پنیر، دهان را تر و تازه می‌کند بوی دهان را خوش می‌سازد، غذای پیشین را هضم می‌کند و برای پس از خود اشتهاآور است هر کس آن را سر هر ماه بخورد نزدیک است که هیچ حاجت او بی پاسخ نماند. پیامبر خدا (ص) همچنین در حدیث دیگری می‌فرمایند: پنیر درد است گردو درد است، اما چون با هم در یک جا جمع گردند درمان می‌شود. امام صادق (ع) فرمودند: پنیر و گردو چون با هم یک جا جمع شوند در هر یک از آنها درمان است، اما اگر از هم جدا شوند در هر یک از آنها درد است. پیامبر خدا (ص) می‌فرمایند: هیچ زن بارداری نیست که خربزه با پنیر بخورد مگر آنکه کودکش خوش روی و خوش خوی شود. محمدبن فضل نیشابوری نقل می‌کند: مردی درباره پنیر از امام صادق (ع) پرسید. فرمود: دردی است درمانی هم در آن نیست. چون شامگاهان فرا رسید همان مرد بر امام صادق (ع) وارد شد و نگاه خود را به پنیری که بر سفره بود افکند و پرسید قربانت شوم صبحگاهان از تو درباره پنیر پرسیدم و به من گفתי آن دردی است درمانی هم در آن نیست، اما اکنون آن را بر سفره می‌بینم؟ فرمود: صبحگاهان زیانبر و شامگاهان سودمند است و آب کمر را افزون می‌سازد.

منابع:

بحارالانوار

طب النبی(ص)

الکافی