**אכל בשר לא יאכל גבינה**

**1. תלמוד בבלי מסכת חולין דף קה עמוד א**

גופא, אמר רבי זירא: אין קינוח הפה אלא בפת, והני מילי - בדחיטי, אבל בדשערי - לא, ודחיטי נמי, לא אמרן אלא בקרירא, אבל בחמימא - משטר שטרי, והני מילי ברכיכא, אבל באקושא - לא. והלכתא: בכל מילי הוי קינוח, לבר מקמחא תמרי וירקא. בעא מיניה רב אסי מרבי יוחנן: כמה ישהה בין בשר לגבינה? א"ל: ולא כלום; איני, והא אמר רב חסדא: אכל בשר - אסור לאכול גבינה, גבינה - מותר לאכול בשר! אלא, כמה ישהה בין גבינה לבשר? א"ל: ולא כלום. גופא, אמר רב חסדא: אכל בשר - אסור לאכול גבינה, גבינה - מותר לאכול בשר. אמר ליה רב אחא בר יוסף לרב חסדא: בשר שבין השינים מהו? קרי עליה: הבשר עודנו בין שיניהם. אמר מר עוקבא: אנא, להא מלתא, חלא בר חמרא לגבי אבא, דאילו אבא - כי הוה אכיל בשרא האידנא לא הוה אכל גבינה עד למחר עד השתא, ואילו אנא - בהא סעודתא הוא דלא אכילנא, לסעודתא אחריתא - אכילנא.

**2. רש"י מסכת חולין דף קה עמוד א**

אסור לאכול גבינה - משום דבשר מוציא שומן והוא נדבק בפה ומאריך בטעמו.

**3. רמב"ם הלכות מאכלות אסורות פרק ט**

הלכה כח

מי שאכל בשר בתחלה בין בשר בהמה בין בשר עוף לא יאכל אחריו חלב עד שיהיה ביניהן כדי ג שיעור סעודה אחרת והוא כמו שש שעות מפני הבשר של בין השינים שאינו סר בקינוח.

**4. תוספות מסכת חולין דף קה עמוד א**

לסעודתא אחריתא אכילנא - לאו בסעודתא שרגילין לעשות אחת שחרית ואחת ערבית אלא אפילו לאלתר אם סילק השולחן ובירך מותר דלא פלוג רבנן.

**5. שולחן ערוך יורה דעה הלכות בשר בחלב סימן פט**

סעיף א

הגה: . . .והמנהג הפשוט במדינות אלו, להמתין <ב> [ג] אחר אכילת הבשר ו) שעה אחת, ואוכלין אחר כך גבינה. מיהו צריכים לברך גם כן ברכת המזון אחר הבשר (ע"פ הארוך והגהות ש"ד), דאז הוי כסעודה אחרת, דמותר לאכול לדברי המקילין. אבל בלא ברכת המזון, לא מהני המתנת שעה. . . .ויש מדקדקים להמתין (ג) שש שעות אחר אכילת בשר לגבינה, ח וכן נכון לעשות.

**6. ש"ך יורה דעה סימן פט**

ח (פמ"ג) וכן נכון לעשות - וכ"כ מהרש"ל דכן ראוי לעשות לכל מי שיש בו ריח תורה ע"ש:

**7. שולחן ערוך יורה דעה הלכות בשר בחלב סימן פט**

סעיף ב

אכל גבינה, מותר לאכול אחריו בשר, מיד, ט ובלבד (ד) שיעיין ידיו שלא יהא שום דבר מהגבינה נדבק בהם. ח) ואם היה ט) בלילה, שאינו יכול לעיין אותם היטב, י צריך י) לרחצם. יא ט] [ה] וצריך לקנח פיו ולהדיחו. והקינוח הוא (ה) שילעוס פת ויקנח בו פיו יפה, וכן בכל דבר שירצה, יב חוץ מקימחא (ו) ותמרי וירקא, לפי שהם נדבקים בחניכים (פי' מקום למעלה מבית הבליעה קרוב לשינים) ואין מקנחים יפה. י] יג ואחר כך ידיח פיו במים או ביין. במה דברים אמורים, יד בבשר בהמה יא) וחיה. אבל אם בא לאכול בשר עוף, אחר גבינה, אינו צריך יב) לא קינוח ולא נטילה. הגה: יא] <ד> ויש מחמירין אפילו בבשר אחר גבינה (מרדכי בשם מהר"ם וב"י בא"ח סעיף קע"ג), וכן נוהגין טו שכל שהגבינה קשה טז אין אוכלין אחריה אפילו בשר עוף, כמו בגבינה אחר בשר. (וכן הוא בזוהר). ויש מקילין. ואין למחות, רק שיעשו קנוח והדחה ונטילת ידים. יז מיהו טוב להחמיר.