



The Nation's Health

# Ramadan Cookbook

## كتاب طبخ رمضان



**Sharing Delicious Memories, with Al Rawabi.**

**لمشاركة الذكريات اللذيذة مع الروابي.**



## CHEESY KUNAFI

### Try out Kunafa today!

This traditional dessert is made with crispy layers of shredded dough, Al Rawabi's Mozzarella Cheese, and a sweet syrup infused with lemon juice. It's the perfect combination of crunchy, salty and sweet, and will satisfy any sweet tooth

### ALL YOU NEED IS

- 1 pound (450g) of kunafa dough shredded
- 1 cup (225g) of unsalted butter melted
- 1 cup (200g) of sugar
- 1 cup (240ml) of water
- 1 tablespoon of lemon juice
- 1 pound (450g) of Al Rawabi's Mozzarella cheese
- Crushed pistachios, for garnish

### START YOUR DELICIOUS RECIPE NOW

1. Preheat your oven to 350°F (180°C).
2. Mix the shredded kunafa dough with melted butter until the dough is evenly coated
3. Spread half of the dough in a 9x13 inch baking dish, pressing it down firmly.
4. Mix sugar, water, and lemon juice in a saucepan and bring it to a boil. Reduce heat and let it simmer for 10-15 minutes.
5. Pour the syrup over the kunafa dough into the baking dish.
6. Spread a layer of crumbled cheese or cheese slices over the syrup.
7. Cover the cheese with the remaining half of the kunafa dough, pressing it down firmly.
8. Bake in the preheated oven for 30-35 minutes or until the kunafa is golden brown.
9. Remove from the oven and let it cool for a few minutes.
10. Invert the kunafa onto a large serving dish, drizzle with additional syrup and sprinkle with crushed pistachios.
11. Serve warm and enjoy



## كنافة بالجبنة

### جرب الكنافة اليوم!

تعتبر الكنافة طبق حلوى تقليدي مقرمش، تتكون من طبقات مقرمشة من العجين المبشور، وجبنة الموزاريلا من الروابي، والقطر المليء بعصير الليمون تعتبر الكنافة مزيج مثالي يجمع بين الطعم المالح والحلو، وتناسب كل من يعشق الحلويات

### المكونات

- ٤٥٠ غرام من عجينة الكنافة المبشورة
- ١ كوب (٢٢٥ غرام) زبدة غير مملحة ذائبة
- ١ كوب (٢٠٠ غرام) سكر
- ١ كوب (٢٤٠ ملل) من الماء
- ١ ملعقة كبيرة عصير الليمون
- (٤٥٠ غرام) من جبنة الموزاريلا من الروابي
- فستق مطحون للتزيين

### التعليمات

- ١-سخني الفرن مسبقاً إلى ٣٥٠ درجة فهرنهايت (١٨٠ درجة مئوية)
- ٢-اخلطي عجينة الكنافة المبشورة مع الزبدة الذائبة حتى تغطي العجينة بالتساوي
- ٣-افردى نصف العجينة في صينية فرن مقاس ٩،١٣ اضغطي عليها بقوة
- ٤-اخلطي السكر والماء وعصير الليمون في قدر واتركيه حتى يغلي. خففي الحرارة واتركيها تنضج لمدة ١٠-١٥ دقيقة
- ٥-صبي القطر فوق عجينة الكنافة في صينية
- ٦-وزعي طبقة من الجبن المفتت أو شرائح الجبن فوق القطر
- ٧-غطي الجبنة بالنصف المتبقي من عجينة الكنافة مع الضغط عليها بقوة
- ٨-اخبري الكنافة في الفرن لمدة ٣٠ - ٣٥ دقيقة أو حتى تصبح الكنافة ذهبية اللون
- ٩-أخرجيها من الفرن واتركيها تبرد لبضع دقائق
- ١٠-اقلبي الكنافة في طبق تقديم كبير ورشي عليها المزيد من القطر ورشي الفستق المطحون
- ١١-قدميها دافئة واستمتعي بها

الروابي  
AL RAWABI

## KOUSSA B LABAN



الروابي  
AL RAWABI

## كوسه باللبن



### If you're looking for a delicious and healthy Lebanese dish to try out, look no further than Koussa b Laban!

This zucchini in yogurt sauce recipe is easy to make and bursting with flavor, making it the perfect addition to any dinner table.

Let's get started!

### إذا كنت تبحث عن طبق لبناني لذيذ وصحي لتجربته فإنه الكوسه باللبن

هذه الوصفة من الكوسه في الزبادي سهلة التحضير ومليئة بالنكهة، مما يجعلها إضافة مثالية لأي مائدة عشاء. هيا بنا نبدأ

#### ALL YOU NEED IS

- 6 small zucchinis
- 1 lb. ground beef
- 1 cup rice
- 2 cups Al Rawabi yoghurt
- 3 cloves garlic, minced
- 2 tablespoons cornstarch
- 1 teaspoon salt
- 1/2 teaspoon black pepper
- 1/4 teaspoon cinnamon
- 1/4 teaspoon nutmeg
- 1/4 teaspoon allspice
- 1 tablespoon dried mint
- 2 tablespoons olive oil
- 2 cups water

#### START YOUR DELICIOUS RECIPE NOW

1. Preheat your oven to 375°F
2. Rinse the zucchinis and trim the ends.
3. Cut off the top of each zucchini and scoop out the flesh using a small spoon.
4. Leave about 1/4 inch of flesh on the skin. Set aside.
5. In a bowl, mix the ground beef, rice, 1 tablespoon of olive oil, 1 teaspoon of salt, 1/2 teaspoon of black pepper, cinnamon, nutmeg, allspice, and dried mint.
6. Stuff each zucchini with the beef and rice mixture.
7. Press the mixture down with the back of the spoon.
8. In a large bowl, whisk together Al Rawabi yogurt yoghurt, garlic, cornstarch, and 2 cups of water.
9. In a baking dish, arrange the stuffed zucchinis in a single layer.
10. Pour the yogurt mixture over the zucchinis.
11. Drizzle the remaining tablespoon of olive oil over the yoghurt mixture.
12. Bake for about 50-60 minutes, or until the zucchinis are tender and the yogurt sauce is thick and bubbly.
13. Serve hot with some Lebanese flatbread or rice. Enjoy!

#### المكونات

- ٦ حبات كوسه صغيرة
- ١ رطل لحم مفروم
- ١ كوب أرز
- ٢ كوب زبادي عادي
- ٣ فصوص ثوم مفروم
- ٢ ملاعق كبيرة نشأ ذرة
- ١ ملعقة صغيرة ملح
- ١/٢ ملعقة صغيرة فلفل أسود
- ١/٤ ملعقة صغيرة قرفة
- ١/٤ ملعقة صغيرة جوزة الطيب
- ١/٤ ملعقة صغيرة بهارات
- ١ ملعقة طعام نعناع مجفف
- ٢ ملاعق كبيرة زيت زيتون
- ٢ كوب ماء

#### التعليمات

- ١- سخني الفرن مسبقاً إلى ٣٧٥ درجة فهرنهايت
- ٢- اغسلي الكوسه وقصي الأطراف
- ٣- اقطعي الجزء العلوي من كل كوسه واستخري اللب باستخدام ملعقة صغيرة
- ٤- اتركي حوالي بوصة من اللحم على القشرة. ضعها جانباً
- ٥- في وعاء، اخلطي اللحم المفروم والأرز وملعقة كبيرة من زيت الزيتون وملعقة صغيرة من الملح ونصف ملعقة صغيرة من الفلفل الأسود والقرفة وجوزة الطيب والبهارات والنعناع المجفف
- ٦- احشي كل حبة كوسه بخليط اللحم البقري والأرز
- ٧- اضعطي على الخليط بظهر الملعقة
- ٨- في وعاء كبير، اخفقي لبن الروابي والثوم ونشا الذرة وكوبين من الماء
- ٩- في طبق للخبز، رتبي الكوسه المحشي في طبقة واحدة
- ١٠- صبي خليط الزبادي فوق الكوسه
- ١١- رش الملعقة المتبقية من زيت الزيتون فوق خليط الزبادي
- ١٢- اخبزها لمدة ٥٠-٦٠ دقيقة، أو حتى تنضج الكوسا ويصبح الزبادي سميكاً
- ١٣- قدميها ساخنة مع بعض الخبز اللبناني أو الأرز واستمتعي



**SAMBUSEK**

### Craving a savory and crispy appetizer?

Try making sambusek, a popular Middle Eastern pastry filled with savory meat, cheese, or vegetable filling. These crunchy treats are perfect for sharing and pair well with a variety of dips.

#### ALL YOU NEED IS

- Al Rawabi's Mozzarella or Cream Cheese
- 2 cups all-purpose flour
- 1/2 tsp salt
- 1/3 cup vegetable oil
- 1/3 cup warm water
- 1 egg, beaten

#### START YOUR DELICIOUS RECIPE NOW

- 1-In a large mixing bowl, combine flour and salt. Add vegetable oil and mix until it resembles coarse crumbs.
- 2-Gradually add warm water and mix until the dough comes together. Knead the dough for 5 minutes until it becomes smooth and elastic.
- 3-Divide the dough into small balls and roll each ball into a thin circle, about 6 inches in diameter.
- 4-Add a spoonful of Al Rawabi's Rich & Creamy Mozzarella or Cream cheese onto the center of each circle and fold it into a triangle or crescent shape. Press the edges to seal the pastry.
- 5-Brush each sambusek with beaten egg and place them on a baking sheet lined with parchment paper.
- 6-Bake at 350°F (180°C) for 20-25 minutes, or until golden brown and crispy.



**سمبوسك**

### هل تتوق إلى مقبلات لذيذة ومقرمشة؟

جرب صنع السمبوسك ، وهي معجنات شهيرة في الشرق الأوسط مليئة باللحوم اللذيذة أو الجبن أو حشوة الخضار. هذا النوع من المقبلات المقرمشة مثالي للمشاركة مع مجموعة متنوعة من الخلطات

#### المكونات

- جبنة الموزاريلا او جبنة الكريمة من الروابي
- ٢ كوب طحين لجميع الأغراض
- ٢/١ ملعقة صغيرة ملح
- ٣/١ كوب زيت نباتي
- ٣/١ كوب ماء دافئ
- ١ بيضة مخفوقة

#### التعليمات

- ١- في وعاء كبير ، اخلطي الدقيق والملح. وأضيفي الزيت النباتي اخلطي حتى يشبه الفتات الخشنة
- ٢-أضيفي الماء الدافئ تدريجياً واخلطي حتى تتماسك العجينة. اعجني العجينة لمدة ٥ دقائق حتى تصبح ناعمة ومرنة
- ٣-قسمي العجينة إلى كرات صغيرة ولفي كل كرة على شكل دائرة رقيقة قطرها حوالي ٦ بوصات
- ٤-أضيفي ملعقة من جبنة الموزاريلا أو الجبنة الكريمة من الروابي في وسط الدائرة وقومي بطيها على شكل مثلث او هلال. اضغطي على الأطراف لإغلاق المعجنات
- ٥-ادهني كل سمبوسك بالبيض المخفوق وضعيها على صينية خبز مبطنه بورق الزبدة
- ٦-أخبزي السمبوسك على درجة حرارة ١٨٠ درجة مئوية لمدة ٢٠-٢٥ دقيقة ، أو حتى يصبح لونها بنياً ذهبياً ومقرمشاً



## ONION SOUP

### Looking for a comforting and flavorful meal?

Try making onion soup, a classic French dish made with caramelized onions, beef broth, and topped with melted cheese and croutons. This hearty soup is perfect as a meal on its own or as an appetizer.

#### ALL YOU NEED IS

- 2 large onions, thinly sliced
- 3 tbsp butter
- 3 tbsp all-purpose flour
- 4 cups chicken or vegetable broth
- 1 cup Al Rawabi's Fresh milk
- Salt and black pepper to taste
- French bread, sliced
- Al Rawabi's Mozzarella Cheese

#### START YOUR DELICIOUS RECIPÉ NOW

- 1-In a large pot, melt butter over medium heat. Add onions and sauté for 10-15 minutes until soft and caramelized.
- 2-Add flour and stir until onions are coated.
- 3-Gradually pour in chicken or vegetable broth, stirring constantly. Bring to a boil and reduce heat to a simmer.
- 4-Add fresh milk and stir until well combined. Season with salt and pepper to taste.
- 5-Place French bread slices on a baking sheet and toast under broiler until golden brown.
- 6-Ladle soup into oven-safe bowls and place a slice of toasted bread on top of each bowl. Sprinkle with grated cheese.
- 7-Place bowls under the broiler until cheese is melted and bubbly, about 2-3 minutes.
- 8-Serve hot.



## حساء البصل

### هل تبحث عن وجبة لذيذة وشهية؟

جرب طهي شوربة البصل ، وهي طبق فرنسي كلاسيكي مصنوع من البصل المكرمل ومرق اللحم البقري ومغطى بالجبن الذائب والخبز المحمص. هذا الحساء اللذيذ مثالي كوجبة بمفردها أو كمقبلات

#### المكونات

- ٢ بصل كبير مقطع شرائح رقيقة
- ٣ ملاعق كبيرة زبدة
- ٣ ملاعق كبيرة طحين لجميع الأغراض
- ٤ أكواب مرقة دجاج أو خضروات
- كوب حليب الروابي الطازج
- ملح وفلفل أسود حسب الرغبة
- خبز فرنسي مقطع
- جبن موزاريلا مبشور من الروابي

#### التعليمات

- ١- في قدر كبير، ذوبي الزبدة على نار متوسطة. ثم ضيفي البصل واقلبيه لمدة ١٥-١٠ دقيقة حتى يصبح طرياً ومكرملاً
- ٢- أضيفي الدقيق وقلبيه حتى يغطي البصل
- ٣- اسكبي مرقة الدجاج أو الخضار تدريجياً وحركيه باستمرار. اغلي المزيج على نار هادئة
- ٤- أضيفي الحليب الطازج وقلبي حتى يمتزج جيداً مع المكونات الأخرى. اضيفي الملح والفلفل للمذاق
- ٥- ضعي شرائح الخبز الفرنسي على صينية خبز وحمصيها على الشواية حتى يصبح لونها بنياً ذهبياً
- ٦- اغرفي الشوربة في أوعية آمنة للفرن وضعي شريحة من الخبز المحمص فوق كل وعاء ورشي الجبن المبشور
- ٧- ضعي الأطباق تحت الشواية حتى تذوب الجبنة وتتشكل فقاعات لمدة ٢-٣ دقائق
- ٨- قدميها ساخنة



الروابي  
AL RAWABI

## STRAWBERRY MILKSHAKE

### Need a sweet treat to satisfy your cravings?

Try making a creamy and indulgent strawberry milkshake by blending fresh strawberries, milk, and vanilla ice cream. This delicious dessert or snack is perfect for cooling down on a hot day or satisfying your sweet tooth.

#### ALL YOU NEED IS

- 2 cups Al Rawabi's Fresh milk
- 350 grams Strawberry
- 1 cup vanilla ice cream
- 1 tsp vanilla extract (optional)
- 2-3 tbsp sugar (adjust to taste)
- Ice cubes (optional)

#### START YOUR DELICIOUS RECIPÉ NOW

- 1-In a blender, combine 350 gram of strawberry with Al Rawabi's fresh milk, vanilla ice cream, vanilla extract (if using), and sugar.
- 2-Blend until smooth and creamy.
- 3-If desired, add ice cubes and blend again until well combined.
- 4-Pour into glasses and serve cold.



الروابي  
AL RAWABI

## الميلك شيك بالفراولة

### هل تحتاج إلى شراب حلو لإشباع رغباتك؟

جرب صنع ميلك شيك كريمي ولذيذ بالفراولة عن طريق مزج الفراولة الطازجة والحليب وآيس كريم الفانيليا. هذه الحلوى اللذيذة أو الوجبة الخفيفة مثالية للتبريد في يوم حار

#### المكونات

- كوب من حليب الروابي الطازج
- ٢٥٠٠ غرام فراولة
- كوب آيس كريم فانيليا
- ملعقة صغيرة فانيليا (اختياري)
- ٢٠ معالق سكر كبيرة (حسب الرغبة)
- مكعبات ثلج (اختياري)

#### التعليمات

- ١- في الخلاط، امزج الفراولة مع حليب الروابي وآيس كريم الفانيليا ومستخلص الفانيليا (في حالة الاستخدام) والسكر
- ٢- امزج حتى يصبح الخليط ناعم وكريمي
- ٣- أضيفي مكعبات الثلج حسب الرغبة واخلي مرة أخرى حتى تمتزج جيداً
- ٤- صببها في أكواب وقدميها باردة



الروابي  
AL RAWABI

## MANGO FLAVORED FRUIT SALAD



الروابي  
AL RAWABI

## وصفة سلطة فواكه مع عصير المانجو من الروابي



**Enjoy the refreshing tropical Mango Salad.**  
The Salad leaves you asking for more and guarantees an energy boost!

**استمتع بسلطة المانجو الاستوائية المنعشة**  
السلطة تجعلك تطلب المزيد وتعزز من طاقتك

### ALL YOU NEED IS

- 2 cups chopped fresh fruit (such as strawberries, kiwi, pineapple, and mango)
- 1/2 cup of Al Rawabi's mango juice
- 1 tbsp honey
- 1 tsp lime juice

### START YOUR DELICIOUS RECIPE NOW

- 1-In a large bowl, combine chopped fruit.
- 2-In a small bowl, whisk together mango juice, honey, and lime juice until well combined.
- 3-Pour the mango juice mixture over the fruit and gently toss to coat.
- 4-Cover and refrigerate for at least 30 minutes to allow flavors to blend.
- 5-Serve chilled

### المكونات

- ٢ كوب من الفاكهة الطازجة المقطعة (مثل الفراولة والكيوي والأناناس والمانجو)
- ٢/١ كوب عصير مانجو
- ملعقة كبيرة عسل
- ملعقة صغيرة عصير ليمون

### التعليمات

- ١- في وعاء كبير، اخلطي الفاكهة المقطعة
- ٢- في وعاء صغير، اخفقي عصير المانجو والعسل وعصير الليمون معاً حتى يمتزجوا جيداً
- ٣- اسكبي مزيج عصير المانجو فوق الفاكهة وقلبيه بلطف
- ٤- غطي المزيج وضعيه في الثلاجة لمدة ٣٥ دقيقة على الأقل لكي تمتزج النكهات
- ٥- قدميها مبردة



The Nation 's Health