

دليل الفوالة: تجربة شاي العصر الإماراتية
The Fwala Guide: *The Emirati Afternoon Tea Experience*

مؤسس SEASON
الؤلفة of WULFA



دليل الفواله

تزهـر جوانب عديدة من التقاليد الثقافية الإماراتية، وتحافظ على حضورها عبر التجارب الحية والموروث الغني للرواية الشفهية، ما يضمن استمرار هذا الإرث للأجيال القادمة. وتتألق الفواله الإماراتية كتقليد أصيل، حيث تستقبل الأسر ضيوفها بكل حفاوة خلال سحور رمضان أو احتفالات العيد. ويعرض هذا الدليل عادات الفواله العريقة، مسلطاً الضوء على تشكيلة الأطعمة والمشروبات، كما يُقدّم أفكاراً إبداعية مبتكرة لتكييف هذا التقليد مع البيئات المعاصرة.

ويُعد هذا الدليل مرجعاً غنياً وقيماً للمؤسسات الحكومية والخاصة، وقطاع المأكولات والمشروبات، وقطاع الضيافة، وكل من يسعى لتجسيد الثقافة الإماراتية بروحها الأصيلة. وسواءً كنت ترغب في استكشاف البعد التاريخي لهذا الموسم، أو تبحث عن أفكار تطبيقية لإحيائه، فإن هذا الدليل يعد نقطة انطلاق مثالية تساعدك في تحقيق هذا الهدف.

About this guide

Numerous facets of Emirati culture, tradition, and daily life thrive vibrantly, preserved through rich lived experiences and the treasured practice of oral history, ensuring their legacy endures. The Emirati Fwala radiates as a heartfelt tradition where households warmly welcome guests during Ramadan suhoor or Eid celebrations. This guide beautifully explores the cherished customs of Fwala, highlighting the array of foods and beverages shared, and offering creative ways to adapt this tradition to contemporary settings.

This guide provides a valuable reference for public and private institutions, food & beverage industry, hospitality industry, and the general public seeking to represent Emirati culture with authenticity. Whether exploring its the season’s historical significance or looking for practical insights, this guide serves as a foundational resource.

المحتويات

Table of Contents

Season Overview

[4](#)

نبذة عن الموسم

The Fwala Guide



Introduction

[7](#)

المقدمة



دليل الفواله



The Fwala Experience

[10](#)

تجربة الفواله



Key Components of Fwala

[12](#)

عناصر الفواله الأساسية



Bringing Fwala to Your Menu

[16](#)

إدراج الفواله في قوائم الضيافة





المقدمة
Introduction



نبذة عن الموسم

Season Overview

الوُلفة هي دفء الروابط الاجتماعية، والمودة، ولحظات الانسجام المشتركة. Wulfa is the warmth of kinship, the joy of giving, the harmony of togetherness.



Wulfa is a profound state of harmony and affection that binds individuals and communities together, evoking feelings of comfort, familiarity, and deep connection. More than just a series of moments, Wulfa is a way of life—a deep sense of kinship that shapes how we gather, give, and reflect.

الوُلفة حالة من الانسجام والمودة تجمع بين الأفراد والمجتمعات، تُعبّر عن مشاعر الراحة والتآلف والارتباط العميق. وهي ليست مجرد لحظات نعيشها في مناسبات متفرقة، بل أسلوب حياة، وإحساس عميق بالروابط التي تجمعنا وتُبنى على الألفة والكرم واللحظات المشتركة.



المقدمة Introduction

الفواله من التقاليد الإماراتية العريقة التي تعكس جوهر الكرم وحفاوة الضيافة. ويعود أصل التسمية إلى كلمة "الفأل"، التي ترتبط بالتفاؤل والترحيب الدافئ، وتشير إلى الضيافة المقدمة للضيوف، سواء كانوا رجالاً أو نساءً، من الأقارب أو الغرباء. ويُعد تقديمها أحد أبرز مظاهر الضيافة الإماراتية الأصيلة.

والفواله تقليد إماراتي أصيل يجسد حُسن الضيافة، وأسلوب ترحيبي يعزز الروابط الاجتماعية. ويُقدّم الفواله عادةً في الصباح أو بعد الظهر، سواء في التجمعات اليومية أو المناسبات الخاصة. وتضم تشكيلة من الأطباق المحلية المتنوعة، إلى جانب المشروبات الساخنة والباردة.

Fwala is one of the deep-rooted Emirati traditions that reflects the essence of generosity and hospitality. Derived from the word 'fal' (good omen), it has long been associated with optimism and warm welcomes, referring to the food offered to guests, whether men or women, relatives or strangers. Serving Fwala is a hallmark of true Emirati hospitality.

Fwala is more than just food—it is a welcoming experience that strengthens social bonds. It is traditionally served in the morning or afternoon, for both everyday gatherings and special occasions. It features simple, local savory and sweet dishes, along with hot or cold drinks.



A Reflection of Wulfa

Fwala is rooted in Wulfa, a concept that embodies warmth, belonging, and shared joy—all key elements of Emirati hospitality. It represents a spirit of generosity, making guests feel at home while celebrating abundance through food. While Fwala is one of the core rituals of Wulfa, it is just one of many traditions that express the essence of togetherness and generosity in Emirati culture. It is a moment to step away from the day, sit with loved ones, and evoke the feeling of Wulfa. Whether served in the morning with traditional sweets or in the afternoon with savory dishes, Fwala tells a story of heritage, generosity, and shared experiences.

انعكاس لمفهوم الولفة

الفوالفة متجذرة في مفهوم الوُلفة، الذي يعكس مشاعر الدفء والانتماء والفرح المشترك، وهو جوهر الضيافة الإماراتية. فالفوالفة تجسيد للكرم، حيث يحظى الضيف بحفاوة الاستقبال ليشعر كأنه وسط أهله. كما تعبر عن الوفرة من خلال مشاركة الطعام، ورغم كونها من الطقوس الأساسية للوُلفة، إلا أنها واحدة من تقاليد عديدة تعزز التآلف والترابط الاجتماعي في الثقافة الإماراتية، وتساهم في كسر الروتين اليومي والشعور بالألفة. وسواءً قُدمت في الصباح مع الحلويات التقليدية أو بعد الظهر مع الأطباق المالحة، تظل الفوالفة رمزاً للتراث والضيافة والتجارب المشتركة.

تجربة الفوالفة

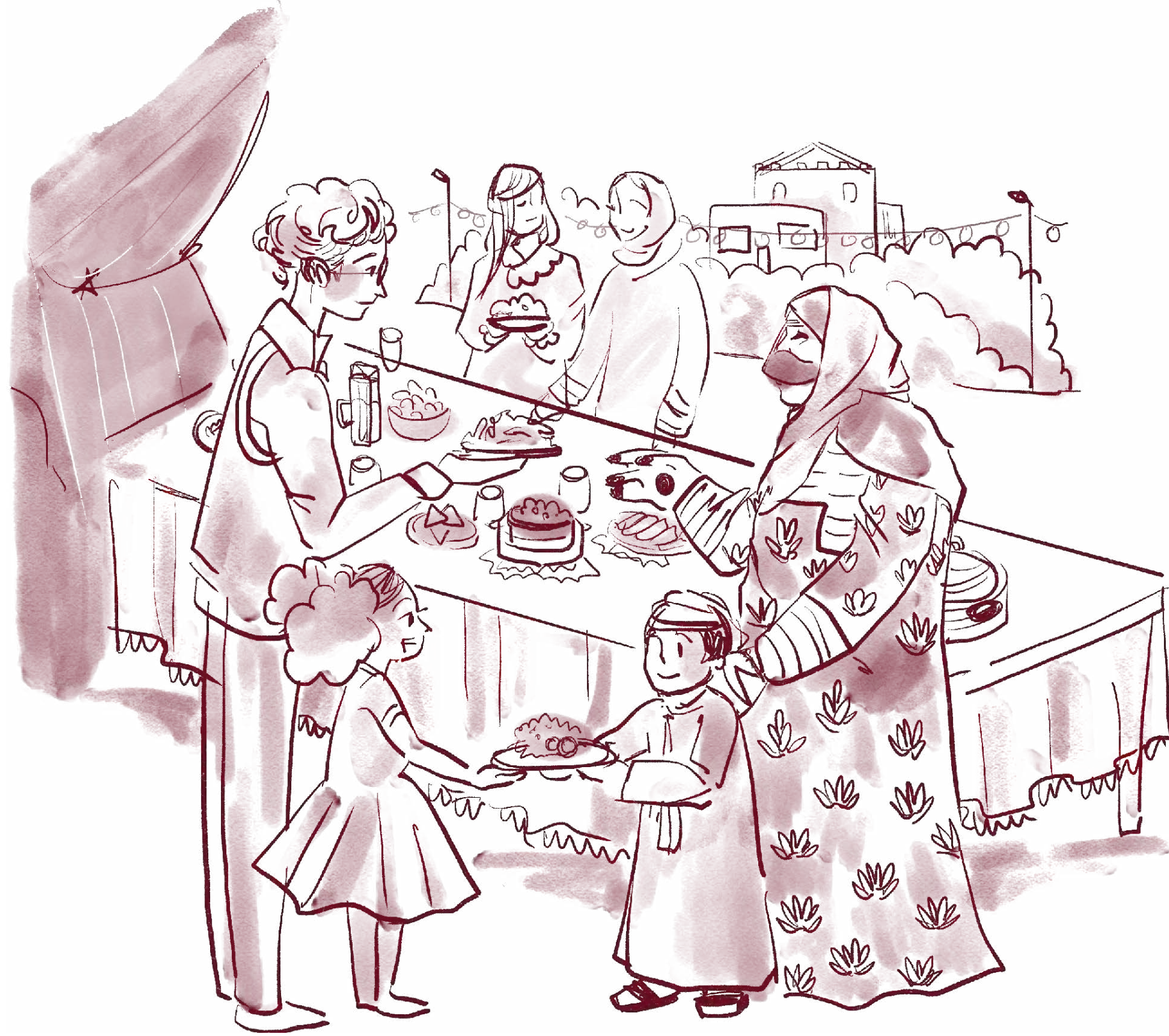
The Fwala *Experience*

The Fwala Experience

The Fwala Experience begins with a heartfelt welcome and Arabic coffee, inviting guests to feel at home. Traditionally, Fwala is served at key moments throughout the day—whether in the afternoon with family, as the first offering when welcoming guests, after Taraweeh or Futoor in Ramadan, or on Eid morning.

The gathering unfolds at a relaxed pace, with saffron-infused tea, fresh juices, and a selection of sweet and savory Emirati snacks, alongside a fruit platter that evokes joy and togetherness. Bonds are strengthened through genuine conversations and the simple delight of being together.

Embracing the spirit of Wulfa—of connection, harmony, and belonging—Fwala is about more than sharing food; it's about creating lasting moments that celebrate kinship and unity.



تجربة الفوالفة

تبدأ تجربة الفوالفة بترحيب دافئ يرافقه تقديم القهوة العربية، ما يمنح الضيوف شعوراً بالألفة وكأنهم في بيوتهم. وحسب التقاليد الأصيلة، فإن الفوالفة تُقدّم في أوقات متعددة على مدى اليوم، كفترة ما بعد الظهر، أو كوجبة ترحيبية، أو بعد صلاة التراويح أو الإفطار في رمضان، أو صباح العيد.

تضيف الفوالفة دفناً للتجمعات، حيث يُقدّم الشاي بالزعفران، والعصائر الطازجة، وتشكيلة من المأكولات الإماراتية الخفيفة والمتنوعة، إلى جانب سلة فواكه تعكس أجواء الفرح والتآلف، وتشجع على تبادل الأحاديث وتضفي شعوراً بالسعادة. وتتوطد الروابط من خلال الحوارات العفوية وممتعة اللحظات التي تجمع الأحبة.

وبتجمّع الأهل والأصدقاء، تتجسّد روح الوُلفة القائمة على التواصل والانسجام والانتماء. فهي ليست مجرد مشاركة للطعام، بل لحظات للاحتفال بالعلاقات الأسرية والترابط، تبقى خالدة في الذاكرة.

عناصر الفواله الأساسية

Key Components of Fwala



The Traditional Selection

Fwala consists of a balanced variety of sweet and savory dishes, showcasing the rich culinary heritage of the UAE. Establishments can honor these traditions while adding their own creative twists.

التشكيلة التقليدية

تضم الفواله تشكيلة متوازنة من الأصناف المتنوعة، ما يعكس تنوع وثراء المطبخ الإماراتي. ويمكن للمؤسسات الاحتفاء بهذه التقاليد من خلال إضفاء لمسات مبتكرة تعكس طابعها الخاص.

Note: The types of dishes served can vary depending on family traditions.

Traditional Sweets:

- **Luqaimat** – Crispy, golden fried dough balls, soft inside, drizzled with date syrup or honey
- **Khanfarroosh** – Fried pastry made from flour, eggs, and sugar, flavored with saffron and cardamom
- **Balaleet** – Sweet vermicelli flavored with sugar and cardamom, served with fried eggs
- **Khabeesa** – Warm mixture of roasted flour or semolina with ghee and dates
- **Aseeda** – A soft dough-like dish made from cooked flour, served with ghee or honey
- **Omani Halwa** – A sticky, aromatic dessert rich in flavors like saffron and rosewater
- **Fruit Basket** – A selection of seasonal fruits



الحلويات التقليدية:

- اللقيمات – كرات عجين مقلية، مقرمشة وهشة، مُغطاة بدبس التمر أو العسل.
- الخنفروش – حلوى مقلية مصنوعة من الدقيق والبيض والسكر، بنكهة الزعفران والهيل.
- البلاليط – شعيرية مُخلدة بالسكر والهيل، تُقدّم مع البيض المقلي.
- الخبيصة – مزيج دافئ من الدقيق المحمص أو السميد مع السمن والتمر.
- العصيدة – طبق بقوام طري يُحضّر من الدقيق المطبوخ، ويُقدّم مع السمن أو العسل.
- الحلوى العمانية – حلوى لزجة وغنية بالنكهات العطرية مثل الزعفران وماء الورد.
- سلة الفواكه – تشكيلة من الفواكه الموسمية.

Savory Specialties:

- **Thareed** – Slow-cooked meat and vegetables served over Emirati bread
- **Machboos Laham** – Spiced rice with meat, commonly served during Eid
- **Bajella & Dango** – Warm, spiced fava beans and chickpeas
- **Khameer & Chami** – Fluffy Emirati bread served with soft cheese
- **Regag** – Thin, crispy bread served with cheese or honey



الأطباق التقليدية المألحة:

- الثريد – لحم وخضراوات مطهوة ببطء، تُقدّم فوق الخبز الإماراتي.
- مجبوس لحم – أرز متبل بالبهارات مع اللحم، ويعد من الأطباق الرئيسية خلال الأعياد.
- باجيلا ودانجو – فول وحمص دافئان متبلان بالبهارات.
- خمير وشامي – خبز إماراتي هش يُقدّم مع الجبن الكريمي.
- رقاق – خبز رقيق ومقرمش يُقدّم مع الجبن أو العسل.

Signature Drinks:

- **Gahwa (Arabic Coffee)** – Infused with cardamom and saffron
- **Chai Karak** – Strong tea with condensed milk and spices
- **Red tea** – Red tea with saffron and cardamom
- **Assorted juices** – Fresh juices made from seasonal fruits
- **Laban** – Refreshing salted buttermilk



المشروبات المميزة:

- القهوة (القهوة العربية) – قهوة ممزوجة بالهيل والزعفران.
- شاي كرك – شاي مُركّز محضر مع الحليب المكثف والبهارات.
- الشاي الأحمر – شاي أحمر بنكهة الزعفران والهيل.
- عصائر متنوعة – عصائر طازجة معدة من الفواكه الموسمية.
- لبن – شراب مملح ومنعش مُحضّر من الحليب.

1 Adapting the Experience for Different Venues:

In luxury hotels, Fwala can be reimagined as a curated Afternoon Tea, blending Emirati and global influences. Boutique cafés can offer a modern twist on Fwala, integrating traditional flavors with contemporary presentation. Restaurants may feature a seasonal Fwala menu during Ramadan, Eid, and other cultural festivals to introduce guests to this rich tradition.

2 Sounds & Scents:

The experience is enhanced by the soft melodies of the oud in the background, accompanied by the rich aromas of cardamom, saffron, and freshly brewed Arabic coffee. This is complemented by the evocative scents of luban (frankincense), oudh (agarwood), amber, and musk, enriching the atmosphere with an authentic Emirati essence and creating a warm, inviting ambiance.

3 Table Setting & Presentation:

Fwala is best presented on a circular tray, with bowls arranged harmoniously. It is recommended to use small dishes with a traditional, classic style, featuring colorful rims in vibrant shades of blue, red, and green, evoking nostalgia for the good old days and traditional gatherings. While the circular arrangement is the preferred choice, there is room for creativity to create a unique and authentic experience.

1 تكيف التجربة لمختلف الأماكن:

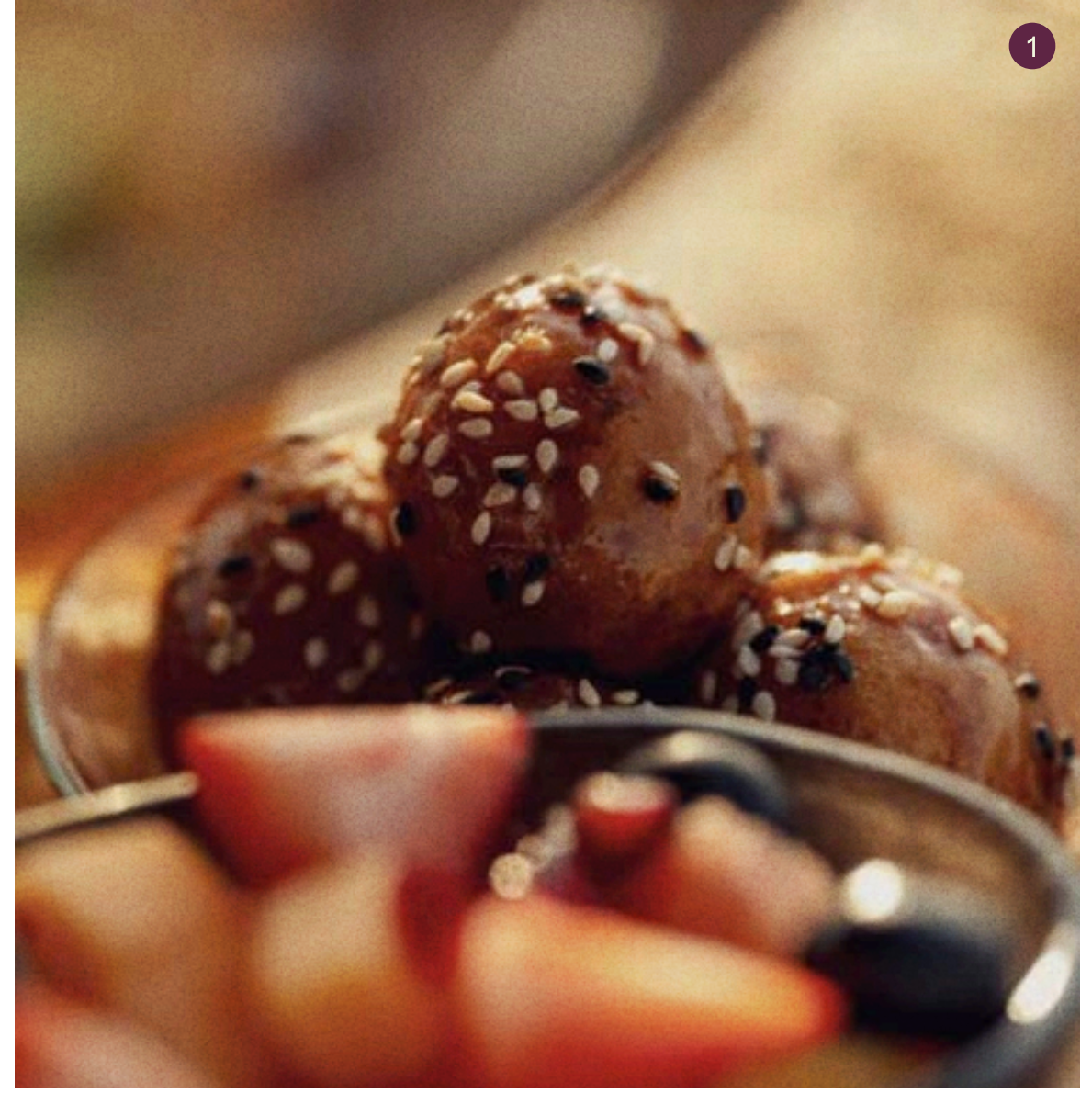
في الفنادق الفاخرة، يمكن تقديم الفوالفة بأسلوب مستوحى من جلسات شاي الظهيرة، بمزيج يجمع بين النكهات الإماراتية والعالمية. أما المقاهي المتخصصة، فيمكنها إعادة ابتكار الفوالفة بإضفاء لمسة حديثة، تمزج بين المذاقات التقليدية وأسلوب التقديم المعاصر. وفي المطاعم، يمكن إدراج الفوالفة ضمن قوائم خاصة خلال شهر رمضان، وعيد الفطر، والمناسبات الثقافية، لإثراء تجربة الضيوف وتعريفهم بهذا التقليد العريق.

2 الأصوات والروائح:

تزداد قيمة التجربة وجمالها مع أنغام العود الهادئة يصاحبها عبق الهيل والزعفران ورائحة القهوة العربية الطازجة، وتكتمل بروائح اللبان والعود والعنبر والمسك، التي تنتشر شعوراً بالدفء والترحيب، ما يعكس جوهر الضيافة الإماراتية بأجمل صورة.

3 إعداد الطاولة وتقديم الطعام:

تُقدّم الفوالفة على صينية دائرية، حيث يتم ترتيب الأطباق بطريقة متناسقة. ويُفضل استخدام أطباق صغيرة ذات طابع تقليدي وكلاسيكي، مزينة بحواف ملونة بألوان زاهية من الأزرق والأحمر والأخضر، ما يبعث على الحنين إلى أيام الماضي والتجمعات التقليدية. وعلى الرغم من أن الترتيب بشكل دائري هو الخيار الأمثل، إلا أن هناك دائماً مجال للإبداع بهدف تقديم تجربة فوالفة فريدة وأصيلة.



إدخال الفوالفة إلى قوائم الضيافة

Bringing Fwala *to Your Menu*

Integrating Fwala into modern hospitality settings offers a unique opportunity to celebrate Emirati culture and enrich guest experiences. Whether for a high-end hotel, a casual café, or an experimental restaurant, Fwala is a versatile concept adaptable to various settings.

1 Seasonal Specials

Feature a Fwala menu during Ramadan and Eid.

2 Afternoon Tea

A dedicated Fwala-inspired tea experience, blending tradition with modern presentation.

3 Dessert Cart

A rotating dessert trolley showcasing iconic Emirati sweets.

يعد دمج الفوالفة في قطاع الضيافة فرصة فريدة للاحتفاء بالثقافة الإماراتية وإثراء تجربة الضيوف، سواء كان ذلك في فندق فاخر أو مقهى عصري أو مطعم متخصص، حيث تتميز الفوالفة بسهولة تكيفها مع مختلف البيئات والأماكن والأجواء.

1 قوائم موسمية:

تقديم قائمة فوالفة خلال شهر رمضان وعيد الفطر.

2 شاي العصر

تقديم تجربة شاي بعد الظهر مستوحاة من الفوالفة، تمزج بين الأصالة وطريقة التقديم العصرية.

3 عربة حلويات متنقلة

عربة متنقلة تقدم الحلويات الإماراتية بأسلوب مبتكر.



Interactive Elements

- 1 A “Build Your Own Fwala” experience where guests select from curated Emirati flavors.
- 2 A tea and gahwa pairing menu to enhance the dining experience.
- 3 Live demonstrations of a dish preparation for guest engagement

عناصر تفاعلية

- 1 تجربة "اصنع فوالتك الخاصة" حيث يمكن للضيوف الاختيار من بين مجموعة متنوعة من النكهات الإماراتية المميزة.
- 2 قائمة مكونة من الشاي والقهوة العربية لتعزيز تجربة الضيافة.
- 3 عروض حية لتحضير بعض الأطباق أمام الضيوف لتعزيز تفاعلهم وإشراكهم في التجربة.



A Contemporary Take on Fwala

As tastes evolve, Fwala can adapt while maintaining its authenticity. Here are some ways to modernize it:

Fusion creations:

Dubai Chocolate-Inspired Cheesecake – A rich and velvety cheesecake infused with the viral Dubai’s chocolate, chocolate, kunafeh, and pistachio flavor profile.

Karak-Inspired Ice Cream – A creamy delight capturing the bold, spiced essence of the beloved Karak tea.

Aseeda Fondant – A molten dessert reimagining the comforting flavors of traditional Aseeda.

Luqaimat with Assorted Sauces – Crisp, golden dumplings paired with pistachio, chocolate, and white chocolate sauces.

Ruqaq with Halwa – Thin, delicate Emirati bread layered with sweet, fragrant halwa for a perfect balance of textures.



VIA 3FILS



VIA MIRZAM



رؤية عصرية للفوالفة

مع تطور الأذواق، يمكن إعادة ابتكار الفوالفة بأسلوب معاصر مع الحفاظ على جوهرها الأصيل. وهذه بعض الأفكار لتقديمها بطريقة حديثة:

مزيج مبتكر:

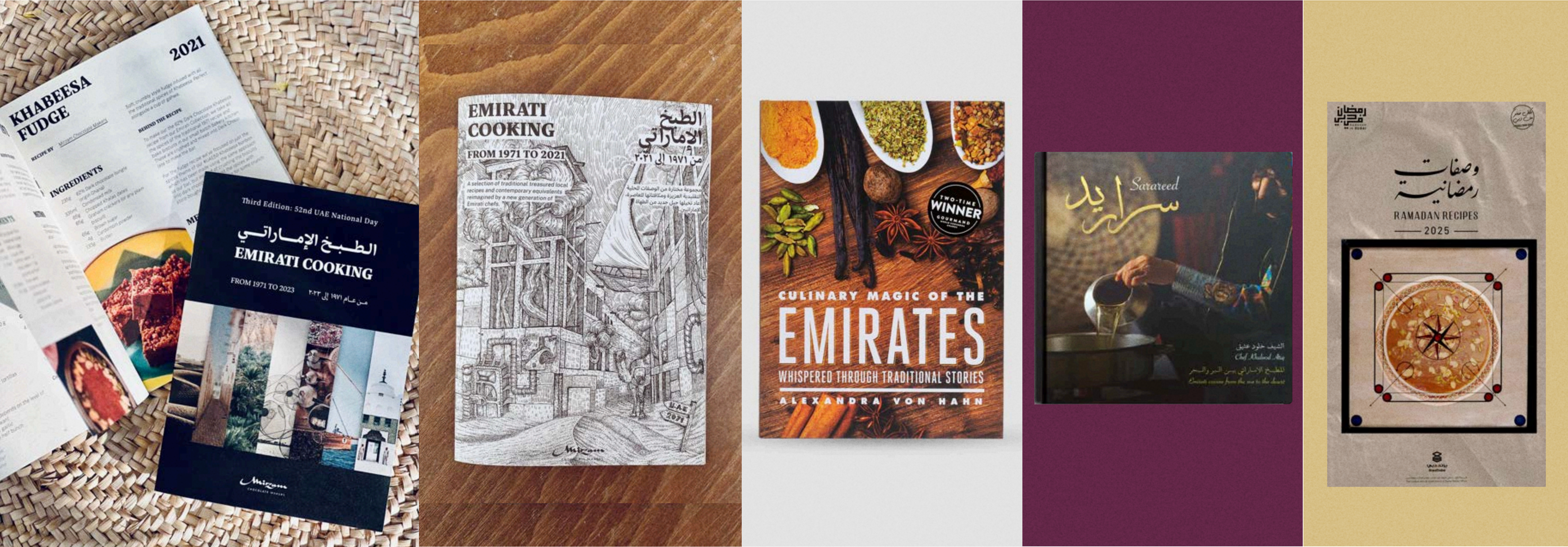
تشيز كيك بنكهة شوكولاتة دبي - تشيز كيك غني بقوام مخملي، مستوحى من شوكولاتة دبي الشهيرة، بمزيج يجمع نكهات الشوكولاتة والكنافة والفسق.

آيس كريم الكرك - تحلية كريمة مستوحاة من شاي الكرك، تجمع بين نكهاته الغنية ونكهة التوابل.

فوندو العصيدة - حلوى سائلة دافئة تعيد ابتكار نكهات العصيدة التقليدية بلمسة معاصرة.

لقيمات مع صلصات متنوعة - لقيمات ذهبية مقرمشة تُقدّم مع خلطات الفستق، والشوكولاتة الداكنة والبيض.

رقاق بالحلوى - خبز رقاق إماراتي يُغلّف بطبقات متجانسة من الحلوى العطرية، ما يمنح توازناً مثالياً بين القوام الهش والمذاق الغني.



Inspirational Resources

Explore the rich flavors and culinary heritage of Emirati cuisine. Get inspired by local dishes that capture the essence of tradition and culture. For more ideas, check out Emirati cookbooks that bring these flavors to life. Let them inspire your Fwala experience with authentic tastes and stories.

مراجع مُلهمة

استمتع باكتشاف النكهات الغنية والتراث العريق للمطبخ الإماراتي. استلهم من الأطباق المحلية التي تُجسّد جوهر التقاليد والثقافة الإماراتية. وللحصول على المزيد من الأفكار المُلهمة، يمكنك الاطلاع على كتب الطهي الإماراتية التي تعيد إحياء هذه النكهات. دعها تلهمك في تقديم تجربة فوالفة غنية بالنكهات والقصص التقليدية.

© 2025 | هيئة الثقافة والفنون في دبي. جميع حقوق محفوظة.

تم إعداد هذا الدليل ومحتوياته من قبل هيئة الثقافة والفنون في دبي ليكون مورداً يخدم المجتمع. المحتوى متاح للجمهور دون مقابل.

تم استخدام تقنيات الذكاء الاصطناعي التوليدي للمساعدة في التدقيق اللغوي والتحرير والترجمة، وذلك تحت إشراف تحريري بشري كامل. وفي حال تم الاستلham من هذه التقنيات في تطوير بعض الأفكار، فقد تم الإشارة إلى ذلك بعلامة نجمة. كما تم إنشاء بعض الصور الواردة في هذا الدليل باستخدام الذكاء الاصطناعي التوليدي، مع إشراف بشري على التصميم بناءً على توجيهات محددة مستوحاة من المحتوى.

بعض الصور الواردة في هذا الدليل مأخوذة من مصادر عامة ومنصات متاحة للجمهور. ولا تدعي هيئة الثقافة والفنون في دبي ملكية هذه الصور. وتبقى حقوق الملكية الفكرية لكل صورة محفوظة لمنشئها الأصلي أو صاحب الحقوق القانوني. إذا كنت تمتلك حقوق أي صورة وترغب في إزالتها أو تعديلها، يرجى التواصل معنا عبر البريد الإلكتروني التالي info@dubaiculture.ae.

جميع المواد الواردة في هذا الدليل مرخصة بموجب رخصة المشاع الإبداعي - نسب المصنف 4.0 دولي (رخصة المشاع الإبداعي)

© 2025 | Dubai Culture & Arts Authority. All Rights Reserved.

This guide and its contents have been developed by Dubai Culture & Arts Authority as a resource for the community. The content is freely accessible.

GenAI was used to aid in grammar, copy-editing and translation, with human editorial oversight. Where ideas were inspired by GenAI, these are indicated by an asterisk. Some images in this guide were created using GenAI with human design oversight based on specific prompts inspired by the content.

Some images included in this guide are sourced from various public resources and publicly available platforms. Dubai Culture & Arts Authority does not claim ownership of these images. Copyright for each image remains with its original creator or rights holder. If you own the rights to any image and would like it removed or adjusted, please reach out to us at info@dubaiculture.ae.

All material in this guide is licensed under the Creative Commons Attribution 4.0 International Public License ('Creative Commons License')



BY



AI GENERATED IMAGE

شكراً
Thank you

مؤسسة
SEASON of WULFA
الولفة

مَوْسِمِ SEASON
الْوُلْفَةِ of WULFA