

"I hold within me all the dreams of the world" said Fernando Pessoa, exactly in Lisboa, where I shaped my childhood dream, to open a restaurant to enhance Indo-Nepalese gastronomy. By coincidence or perhaps by fate, Lisboa also happens to be the place where the Portuguese ships "Caravelas" set out in search of the East, the birth palce of spices.

With a passion for cooking and surrounded by my family, I learned from the experts in Nepalese and Indian gastronomic traditions.

Today, at Oven, we have the pleasure of taking you on a journey of flavors along the route that once united the West with the East, where memory, spice & modern expression meet on the plate.

«Tenho em mim todos os sonhos do mundo», disse Fernando Pessoa, exactamente em Lisboa, onde concretizei o meu sonho de infância, abrir um restaurante com o objetivo de valorizar a gastronomia indo-nepalesa. Por coincidência ou talvez por destino, Lisboa é também o local de onde partiram as Caravelas portuguesas em busca do Oriente, berço das especiarias.

Apaixonado pela cozinha e rodeado pela minha família, aprendi com os especialistas as tradições gastronómicas nepalesas e indianas.

Hoje, no Oven, temos o prazer de o levar numa viagem de sabores pela rota que outrora uniu o Ocidente ao Oriente, onde a memória, o tempero e a expressão moderna se encontram no prato.

Hari Chapagain



An object dating back to ancient India, about 5.000 years ago, but now you are having the opportunity to try it in broad Lisbon downtown. The Tandoor oven arises from the need of ancient civilizations, from across the north India and Nepal areas, to develop a way of cooking with less resources.

Although, the oven's interior reaches temperatures superior to 400 °C, from the combustion of coal. After that the temperature remains steady on the inside of the clay walls, requiring only a short cooking time, with minimal energy output and allowing cooking different foods at same time.

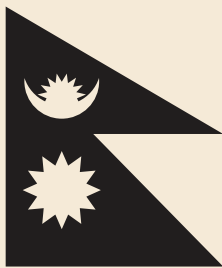
The oven we bring to you was designed and built by skilled craftsmen and local artisans in New Delhi. It covered thousands of kilometres, approximately, 8.500, so that you can enjoy the Hari Chapagain chef's recipes in the purest and most original form possible.

Um objecto que remonta à Índia Ancestral, à cerca de 5 mil anos atrás, e que agora terá a oportunidade de o provar em plena baixa lisboeta. O forno Tandoor resulta da necessidade dos povos antigos, provenientes do oriente entre a Índia e o Nepal, em desenvolverem uma forma de confeccionar os alimentos sem gastar muitos recursos.

Ainda que o interior do forno, alimentado pelo carvão, atinga temperaturas superiores aos 400 °C. Após a combustão a temperatura é mantida de forma constante no interior das paredes de barro, permitindo uma confeção rápida e eficiente dos alimentos, sem desperdício de energia e oferecendo a possibilidade de se confeccionar várias iguarias.

O forno que trazemos até si foi desenhado e construído por experientes artesãos nepaleses, na capital Nova Delí, e percorreu cerca de 8 500km para que hoje saboreie as receitas do chef Hari Chapagain da forma mais pura e original possível.





Rooted in the diverse **regions of Nepal**, our cuisine is shaped by **tradition, memory, and fire**. From the Himalayas to Hills and the low lands each dish carries the essence of a place, reinterpreted at **OVEN**. This menu is our invitation to **travel across Nepal** through taste.

Com raízes nas diversas regiões do Nepal, a nossa cozinha é moldada pela tradição, pela memória e pelo fogo. Dos Himalaias às colinas e às terras baixas, cada prato carrega a essência de um lugar, reinterpretada no OVEN. Este menu é o nosso convite para viajar pelo Nepal através do paladar.

LUMBINI LAMB SEKUWA

Marinated in Himalayan spices and fennel

Borrego marinado em especiarias dos Himalaias e funcho

MAJHIKUNA FISH CURRY

Discovered in a small rural area of Nepal. Spices

from Himalaya, mustard, tomato gravy and peppers

Oriundo de uma pequena aldeia rural do Nepal. Especiarias dos Himalaias, mostarda, molho de tomate e pimentos

PAHADI CHICKEN SEKUWA

Marinated with herbs and spices

Frango marinado em ervas e especiarias picantes

BHUTUWA

CHICKEN/LAMB

Traditional Nepalese dish prepared with Himalayan herbs, peppers and spices

Prato tradicional Nepalês preparado com ervas dos Himalaias, pimentos e especiarias

KWATI

Modern homage to Nepal's ancient dish. Broth with sprouted beans, simmered in fragrant spices, layered with fenugreek and ghee

Homenagem moderna ao antigo prato do Nepalês

Caldo com feijões germinados, cozidos em especiarias aromáticas e finalizados com feno-grego e ghee

LAGOON JHINGE KHICHADI

Blending of Mozambican coastal Prawns with earthy lentils (Khichadi) from Nepal, with fragrant herbs.

União entre o camarão da costa de Moçambique e as lentilhas pretas (Khichadi) do Nepal, com ervas aromáticas



Nepal's favourite dishes

TAWA FISH

Marinated Sea bass with fresh herbs and Nepalese spices, baked in the oven

Robalo marinado com ervas frescas e especiarias Nepalesas, cozinhado no forno

MO:MO

Traditional Nepalese dumplings filled with minced chicken and spices

Dumplings tradicionais nepaleses recheados com frango laminado e especiarias

GOAT CURRY

Beloved festive dish in Nepal.

Curry with slow cooked goat meat, garam masala and spices

Prato festivo adorado no Nepal.

Caril com carne de cabra cozinhada lentamente, garam masala e especiarias

COUVERT

CHUTNEY TRAY, PAPADOMS 5

Crispy lentil wafer with a variety of pickles

Parapis de lentilhas com diversos chutneys e pickles

PANI PURI 6

Crispy spheres stuffed with mashed potatoes

and chickpeas, filled with red fruit syrup and mint

Esferas crocantes recheadas com puré de batata

e grão, com xarope de frutos vermelhos e menta

RAITA 5

SAUTÉED VEGETABLES 7

SMALL PLATES

CHICKEN SAMOSA 8

Deep fried minced meat pastry with spices and mint sauce

Massa estaladiça recheada com frango, especiarias

e molho de hortelã

CRISPY MUSHROOM CHILLY 10

Pan fried with peppers and onions

Cogumelos fritos com pimentos e cebola

DRAGON OKRA FRIES 11

Marinated Okra tempura, mango chilli sauce

Tempura de quiabo marinado, molho de manga e malagueta

MO:MO 8

Traditional Nepalese dumplings filled

with minced chicken and spices

Dumplings tradicionais nepaleses recheados

com frango laminado e especiarias

TIMUR PANEER 11

Marinated cottage cheese, timmur,

Nepalese spices, baked in the oven

Parapis de lentilhas com diversos chutneys e pickles

TAWA FISH 11

Marinated Sea bass with fresh herbs

and Nepalese spices, baked in the oven

Robalo marinado com ervas frescas

e especiarias Nepalesas, cozinhado no forno

MONSTER TIGER PRAWN 16

Marinated in hints of chilli oil, herbs and spices,

baked in the oven

Camarão Tigre marinado em óleo de malagueta

com ervas e especiarias, cozinhado no forno

BREADS

All the Naan Breads are baked in the traditional oven

Todos os pães naan são confeccionados no forno tradicional

PLAIN NAAN 4

GARLIC NAAN 5

Topped with garlic and coriander

Recheado com alho e coentros

PESHWARI NAAN 7

Stuffed with mixed nuts, coconut and cream

Recheado com frutos secos, côco e natas

CHEESE NAAN 6

Stuffed with various cheese

Recheado com uma mistura de queijos

GRILL CORNER

All the courses are grilled in the traditional oven

Todos os pratos são confeccionados no forno tradicional

RACK OF LAMB CHOP 32

Marinated with green herbs and spices

Costeletas de borrego marinadas em ervas e especiarias

PAHADI CHICKEN SEKUWA 18

Marinated with herbs and spices

Frango marinado em ervas e especiarias picantes

LUMBINI LAMB SEKUWA 24

Marinated in Himalayan spices and fennel

Borrego marinado em especiarias dos Himalaias e funcho

CHICKEN SAFARI 18

Marinated in yogurt, fresh mint and spices

Frango marinado com iogurte, hortelã fresca

e ervas Nepalesas

GARLIC CHILLY KING PRAWN 18

Marinated with herbs, spices and garlic timmur oil

Camarão Tigre marinado com ervas, óleo de alho e sichuan

small plate



OVEN

Our dishes are gently spiced, not necessarily hot. Spicy levels can be adjusted to your liking, please consult our team.

Os nossos pratos são delicadamente temperados, não necessariamente picantes. O nível de picante pode ser ajustado ao seu gosto, por favor, consulte a nossa equipa



VEGAN



VEGETARIAN



NUTS



SUGAR



GLUTEN



SPICY



DAIRY

CHEF EDITION

LAMB SHANK 25 🍴

Tender Lamb leg seasoned with spices, slowly braised at low temperature, cooked with rich cream sauce
Pernil de borrego temperado com especiarias, cozinhado lentamente a baixas temperaturas e com molho de natas

GOAN TIGER PRAWN 21 🍴

Exotic blend of coconut milk, spices, tamarind sauce, curry leaves and hints of mustard seeds
Combinado exótico de leite de côco e especiarias, molho tamarind, caril e sementes de mostarda

POMEGRANATE CHICKEN 15 🍴

Sautéed chicken cooked with fresh pomegranate, mixed peppers and herbs
Frango cozinhado com romã fresca, pimentos e ervas

🍴 GOAT CURRY 21 🍴🍴

Beloved festive dish in Nepal. Curry with slow cooked goat meat, garam masala and spices
Prato festivo adorado no Nepal. Caril com carne de cabra cozinhada lentamente, garam masala e especiarias

🍴 BHUTUWA 15/18 🍴

CHICKEN/LAMB
Traditional Nepalese dish prepared with Himalayan herbs, peppers and spices
Prato tradicional Nepalês preparado com ervas dos Himalaias, pimentos e especiarias

🍴 MAJHIKUNA FISH CURRY 18 🍴

Discovered in a small rural area of Nepal. Spices from Himalaya, mustard, tomato gravy and peppers
Oriundo de uma pequena aldeia rural do Nepal. Especiarias dos Himalaias, mostarda, molho de tomate e pimentos

🍴 HIMALAYAN ROSE CURRY 18 🍴

Rich creamy sauce, minced meat, tandoori chicken
Molho cremoso com carne picada e frango tandoori

LAMB SHANK BIRYANI 36 🍴🍴 *2 pax*

Tender Lamb leg cooked at low temperature for hours with spices, aromatic saffron basmati rice and dry fruits
Pernil de borrego cozinhado lentamente em baixas temperaturas, com especiarias, arroz basmati aromatizado com açafrão e frutos secos

🍴 LAGOON JHINGE KHICHADI 25 🍴

Blending of Mozambican coastal Prawns with earthy lentils (Khichadi) from Nepal, with fragrant herbs.
União entre o camarão da costa de Moçambique e as lentilhas pretas (Khichadi) do Nepal, com ervas aromáticas

SIDES

BASMATI RICE 4

PILAU BASMATI RICE 5 🍴

Saffron, cloves, raisins and dry spices
Açafrão, cravos, passas e especiarias secas

CLASSICS

TIKKA MASALA CHICKEN 18 🍴🍴🍴 *sweet*

Cashew nuts, almonds, coconut, traditional creamy sauce
Frango com cajús, amêndoas, côco e molho de natas cremoso

BUTTER CHICKEN 18 🍴🍴🍴 *sweet*

Creamy texture of butter, almond, tomato sauce & spices
Frango com molho amanteigado cremoso, amêndoas, molho de tomate e especiarias

MADRAS 15/18/20 🍴🍴

CHICKEN/LAMB/PRAWN

Rich flavour of hot Madras sauce, tomato gravy, fresh herbs and hints of coconut
Sabor forte do molho tradicional Madras, gravy de tomate, ervas frescas e toque de côco

VINDALOO 15/18/20 🍴🍴

CHICKEN/LAMB/PRAWN

Extremely hot flavor of vindaloo sauce, potatoes, tomato gravy, fresh herbs and green chilly
Sabor extremamente picante do molho tradicional vindaloo, batatas, gravy de tomate, ervas frescas e malaguetas verdes

VEGETABLES

Vegan option available
Opções vegan disponíveis

VEGGIE BIRYANI 18 🍴🍴🍴

Seasonal vegetables, aromatic basmati rice, saffron, dry fruits and spices
Vegetais da estação, arroz basmati aromatizado, açafrão, frutos secos e especiarias

🍴 KWATI 18 🍴🍴🍴

Modern homage to Nepal's ancient dish
Broth with sprouted beans, simmered in fragrant spices, layered with fenugreek and ghee
*Homenagem moderna ao antigo prato do Nepalês
Caldo com feijões germinados, cozidos em especiarias aromáticas e finalizados com feno-grego e ghee*

OKRA BHAJI 16 🍴🍴

Stir fried okra, tomato based gravy, onions, peppers and spices
Quiabo frito cozinhado com tomate, cebola, ervas e especiarias

TADKA LENTILS 15 🍴🍴

Mixed lentil, ginger, garlic, spices, spring onions and coriander
Lentilhas, gengibre, alho, especiarias, cebolinho e coentros

GOAN VEGGIE CURRY 16 🍴🍴

Exotic blend of coconut milk, oven spices, tamarind sauce, curry leaves and hints of mustard seeds
Vegetais cozinhados em leite de côco, especiarias torradas, molho de tamarindo, folhas de caril e sementes de mostarda

CREAMY BURRATA 18 🍴🍴🍴

Burrata, cottage cheese, creamy texture of tomato sauce, herbs and spices
Burrata, queijo cottage, textura cremosa de molho de tomate, ervas e especiarias



OVEN

Our dishes are gently spiced, not necessarily hot. Spicy levels can be adjusted to your liking, please consult our team.

Os nossos pratos são delicadamente temperados, não necessariamente picantes. O nível de picante pode ser ajustado ao seu gosto, por favor, consulte a nossa equipa



VEGAN



VEGETARIAN



NUTS



SUGAR



GLUTEN



SPICY



DAIRY



by Hari Chapagain
