

# JOVEM EMPREENDEDOR

## Hari Chapagain



### ↳ Descrição sumária do candidato, incluindo idade, enquadramento do projeto e tipo de negócio desenvolvido.

Sou Hari Chapagain, tenho 34 anos, nasci no Nepal, e sou chef e fundador de dois restaurantes, Oven Lisboa e o Oven no Time Out Market (Lisboa). O restaurante Oven foi criado em junho de 2021, um projeto que nasceu do desejo de partilhar os sabores com os quais cresci para um contexto contemporâneo e urbano, refletindo tanto as minhas raízes quanto a minha trajetória na área da restauração. O Oven Lisboa é um conceito de “Casual Dining”, onde técnicas tradicionais nepalesas e indianas, como a confeção num tandoor tradicional, encontram uma abordagem moderna e criativa, com pratos de assinatura do chef. O objetivo é valorizar a culinária nepalesa e indiana em Lisboa e proporcionar ao visitante uma experiência semelhante a uma viagem gastronómica aos dois países, com um atendimento premium. O Oven no Time Out Market inaugurou em fevereiro de 2026 e foca-se numa experiência casual, ao estilo street food, trazendo ao food court o primeiro tandoor.

### ↳ Biografia resumida, com destaque para o percurso do candidato e os momentos-chave do desenvolvimento do negócio.

O meu percurso começou no Nepal, onde as refeições eram também uma forma de unir as pessoas. Crescer rodeado por sabores tradicionais do Nepal moldou a minha identidade como chef. Aos 22 anos mudei-me para Espanha, para trabalhar num restaurante da minha família. A experiência ensinou disciplina, consistência e os fundamentos para administrar um negócio. Em novembro de 2019 vim para Portugal, onde criei o meu primeiro restaurante, atraído pela perspectiva de

experimentar uma nova cultura e de estar envolvido numa cena gastronómica em rápida evolução. Tive a possibilidade de trabalhar num restaurante de luxo na Avenida da Liberdade, o que me acrescentou um novo know-how no âmbito do fine dining. Neste contexto, pensei em criar o meu primeiro restaurante e definir a minha própria voz. Nasceu o Oven Lisboa, que me trouxe novas experiências enquanto Chef e empreendedor, aprimorando o talento para a cozinha, e desenvolvendo uma visão própria para o meu negócio.

### ↳ Quais os fatores, competências ou decisões-chave do candidato que foram determinantes para o desenvolvimento do projeto empreendedor.

O desenvolvimento do Oven Lisboa foi moldado por uma combinação de herança, visão e escolhas ousadas. Crescer no Nepal deu-me uma compreensão inata sobre os sabores e o poder transformador das especiarias tradicionais, enquanto a experiência na restauração em Portugal e Espanha ensinou-me a adaptar esse conhecimento a diferentes culturas culinárias e realidades operacionais, sempre visando um crescimento sólido e sustentável. Destaco algumas decisões que considero relevantes: A escolha do conceito e a reinterpretação dos pratos tradicionais com uma abordagem moderna e criativa; a decisão de estar envolvido em cada detalhe, da cozinha à gestão, para preservar a autenticidade e a qualidade; O posicionamento enquanto experiência de “casual dining” refinada. Atribuo uma grande importância à qualidade com o atendimento e a atenção que eu próprio tenho com os clientes, tentando perceber de

>> (continua)

# JOVEM EMPREENDEDOR

## Hari Chapagain



>>

forma clara e objetiva como avaliam a comida tentando proporcionar sempre a melhor experiência.

↳ **Impacto e evolução do projeto, incluindo resultados alcançados (económicos, sociais, ou outros que considerem relevantes), aprendizagens obtidas e perspetivas de desenvolvimento futuro.**

O Oven Lisboa, agora com cinco anos de existência e com um novo espaço no Time Out Market, cresceu de uma visão pessoal para se tornar um destino culinário vibrante que reflete verdadeiramente o coração do nosso conceito: levar os sabores nepaleses e indianos a Lisboa com autenticidade e criatividade. Ao longo destes anos, os restaurantes geraram oportunidades de emprego para mais de 22 pessoas, contribuíram de forma consistente para a economia local, e construíram uma base sólida de clientes fiéis, recebendo excelentes avaliações no Google, nas redes sociais e nos media nacionais e internacionais, tanto pela comida quanto pelo serviço. No âmbito social, o Oven tornou-se um lugar onde os convidados se conectam à mesa, partilhando experiências que celebram cultura e tradição, conquistando vários prémios e reconhecimentos que destacam o nosso compromisso com qualidade e a inovação. Ao longo deste percurso, aprendi que o sucesso não se trata apenas de criar pratos perfeitos; é sobre ouvir de verdade, aprender e manter-se conectado à história por trás de cada sabor. Olhando para o futuro, desejo que o Oven continue a crescer com cuidado a todos os detalhes e de uma forma sustentável, partilhando os sabores e as experiências que o inspiram, mantendo o atendimento, a autenticidade e a conexão pessoal com o ADN que fazem cada pessoa que nos visita sentir-se como em sua casa. Destaco ao nível do reconhecimento, o bom feedback que o Oven tem tido não só por parte de clientes como de críticos gastronómicos, assim de duas entidades relevantes: nomeadamente, a distinção dos Prémios Lisboa à Prova em 2024 e 2025,

e o reconhecimento pelo Guia Michelin de Portugal, em 2025 e 2026, que possibilitou que pela primeira vez um restaurante de comida nepalesa integrasse no prestigiado Guia. Os prémios conquistados até ao momento foram momentos decisivos, que validaram não só o conceito, como os riscos assumidos ao longo de todo o percurso.

↳ **Prémios / Distinções**

Lisboa à Prova (2024 e 2025)/ Recomendação do Guia Michelin (2025 e 2026).

↳ **Referências/Outros**

Saber mais.

Nome	Hari Chapagain
Distrito	Lisboa
Setor de atividade	Restauração
Tipo de empresa	Empresário Individual
N.º de funcionários	22
Website	<a href="https://ovenlisboa.com/">https://ovenlisboa.com/</a>
Redes sociais	 