

MENU



# COZINHA TRADICIONAL DA ARMÊNIA





ԼԱՎԱՇ  
LAVASH

ararate

| PADARIA

# PADARIA

## **PASTEL TRADICIONAL COM QUEIJO E OVO 7,5 €** **KHACHAPURI BARCO**

Pastel tradicional caucasiano recheado com queijo, gema de ovo e manteiga

## **PASTEL COM QUEIJO 7 €** **KHACHAPURI**

Pastel típico recheado com queijo

## **LAVASH 2 €**

Pão-folha é o pão típico da Arménia. É um pão feito com farinha de trigo, sem levedura, o que permite obter um pão muito fino de espécie de tortilha, só que muito maior. As folhas de lavash ficam secas em pouco tempo e podem ser armazenadas durante vários meses. Para as consumir, basta salpicar com água, envolver num pano e, em meia hora, o lavash está pronto a ser usado de várias formas: desde a ser aquecido para acompanhar uma refeição, ou recheado com mais variados legumes, queijo ou outra coisa qualquer até onde permitir a sua imaginação

## **MATNAKÁSH 2 €**

Pão arménio tradicional fermentado, semelhante ao naan. A palavra matnakash significa «puxar com o dedo», referindo-se ao modo como o pão é preparado. É moldado em pães ovais ou redondos com pontuação longitudinal ou cruzada. A cor característica dourada da crosta é obtida com o pincelar da superfície do pão com essência de chá adoçada antes deste ir para o forno

## **CESTO DE PÃO CASEIRO 2 €**



**KHACHAPURI BARCO****PASTEL TRADICIONAL COM QUEIJO E OVO**

7,50€

Pastel tradicional caucasiano em forma de barco, recheado com queijo, no centro do qual, no final da preparação, são adicionadas gema de ovo e manteiga.

Na tradução literal “khachapuri” significa “pão e queijo”. Este pastel é para comer à mão. Pegue nas bordas do “barco” e comece por partí-lo em bocados. Mergulhe cada bocadinho no recheio de queijo e ovo



**KHACHAPURI**  
**PASTEL COM QUEIJO**

7€







  
ararate

| a PETISCAR

# PÉTISCOS

## SOPAS E SALADAS

### TRÊS SURPRESAS DO CHEF 3€

Couvert

#### SOPA DE FRANGO 3,5€

#### SOPA DE AIPO 3€

#### SALADA FRIA **CHOBAN** 5€

Salada de tomate, pepino, pimentos e cebola com ervas aromáticas e óleo de girassol

#### SALADA DE BULGUR **TABULÉ** 5€

Salada de bulgur com tomate picado e salsa, servida em folhas de alface

#### SALADA COM BETERRABA E QUEIJO CASEIRO 6€

Salada de beterraba fumada no forno a lenha, alface, queijo caseiro e ervas aromáticas

#### SALADA DE LEGUMES GRELHADOS **HAMEST TATY** 6,5€

Legumes grelhados no carvão (beringela, tomate, pimento verde), posteriormente passados em manteiga ghee com cebola e salpicados com coentros

Salada pode ser comida quente ou fria

## CHOBAN

### SALADA FRIA

Salada simples de tomate, pepino, pimentos, cebola, ervas e óleo de girassol.

Choban é um pastor, que passa os seus dias, seguidos por vezes, nos pastos verdejantes das montanhas, cozinha e dorme de pé, cuidando do seu rebanho e come alimentos mais simples e saudáveis. A salada Choban reúne em pleno esses dois requisitos

5€





## **TABULÉ**

### **SALADA DE BULGUR**

É uma salada muito popular no Cáucaso e no Médio Oriente. Tabulé é trigo moído (bulgur) com tomate fresco e ervas aromáticas (salsa, cebolinho), servido em folhas de alface

5€



## SALADA COM BETERRABA E QUEIJO CASEIRO

Salada de beterraba assada no forno a lenha,  
alface, queijo caseiro e ervas aromáticas

6€





## HAMEST TATÝ

### **SALADA DE LEGUMES GRElhADOS**

Legumes grelhados no carvão (beringela, tomate, pimento verde), posteriormente passados em manteiga ghee com cebola e salpicados com coentros. Salada pode ser comida quente ou fria

6,5€





## CAVIAR DE BERINGELA

Beringelas e pimentos assados na grelha esmagados e misturados com especiarias e ervas aromáticas

5,5€



# PÉTISCOS

## TAPAS ENTRADAS

### **TÁBUA DE ENCHIDOS TRADICIONAIS** 13€/ 7,5€

Lascas de peito de pato, língua de vitela, basturma, sudjuk

### **TÁBUA DE QUEIJO CASEIRO** 8,5€

### **TÁBUA DE CARNE KAURMÁ** 7,5€

Lascas de carne de vitela conservada em manteiga Ghee, acompanha com picle de couve-flor crocante

### **CAVIAR DE BERINGELA** 5,5€

Beringelas e pimentos grelhados no carvão, esmagados e misturados com especiarias

### **PERU EM MOLHO DE NOZES SATSIVI** 6,5€

Pedacinhos de peru preparados a baixa temperatura no molho de nozes com alho e especiarias

### **ROLOS DE VITELÃO EM FOLHAS DE VIDEIRA**

#### **DOLMÁ** 7,5€

Carne de vitelão picada com arroz, cebola, verduras e especiarias, envolvida em folhas de videira com molho de matsun e alho

### **BORREGO COM ERVAS CHACAPULI** 7€

Pedacinhos de borrego preparados a baixa temperatura com vinho branco, ervas aromáticas e alho

### **GUISADO DE MIUDOS TJVJIK** 6€

Figado, coração e pulmões de cordeiro estufados com cebola e tomatada

## TÁBUA DE ENCHIDOS TRADICIONAIS

**SUDJUK  
BASTURMA**

13€

7,5€

Basturma e sujuk são tradicionais enchidos de carne pelos quais é costume começar uma refeição arménia. Qual é a diferença entre eles?

Sujuk é um tipo de salsicha seca dura, feita de carne picada e gordura com adição de especiarias. É famosa pelo seu sabor acentuado e aroma especial de especiarias.

Basturma é um file-mignon seco envolto em especiarias. É uma espécie de presunto, mas feito com lombo de vaca. Tal como presunto, a carne para basturma não é submetida a tratamento térmico e preserva todas as vitaminas e minerais que desaparecem durante a cozedura habitual. Quando servida, a camada de especiarias não é raspada, a própria carne é cortada em fatias muito finas, com espessura não superior a 2 mm





## TÁBUA DE QUEIJO CASEIRO

8,5€

Queijo amadurecido em cinza de ramos de videira, queijo vínico – o queijo é mantido durante 5 dias em vinho, queijo com pimentão fumado, queijo forte com ervas aromáticas arménias



**KAURMÁ****TÁBUA DE CARNE**

7,50€

Kaurma é um tipo de conserva de carne tipicamente arménio. Os caucasianos cozem as partes mais delicadas da carne e depois passam a carne em manteiga Ghee. As carnes são posteriormente enterrados no solo fresco dentro de tachos de barro, para que a carne se mantenha fresca durante um período de cerca de seis meses. É uma tradição milenar que encontra a sua utilização muito frequente ainda nos dias de hoje. Para si preparamos um Kaurma fresco, servido com cebola roxa e pickles de couve-flor crocante



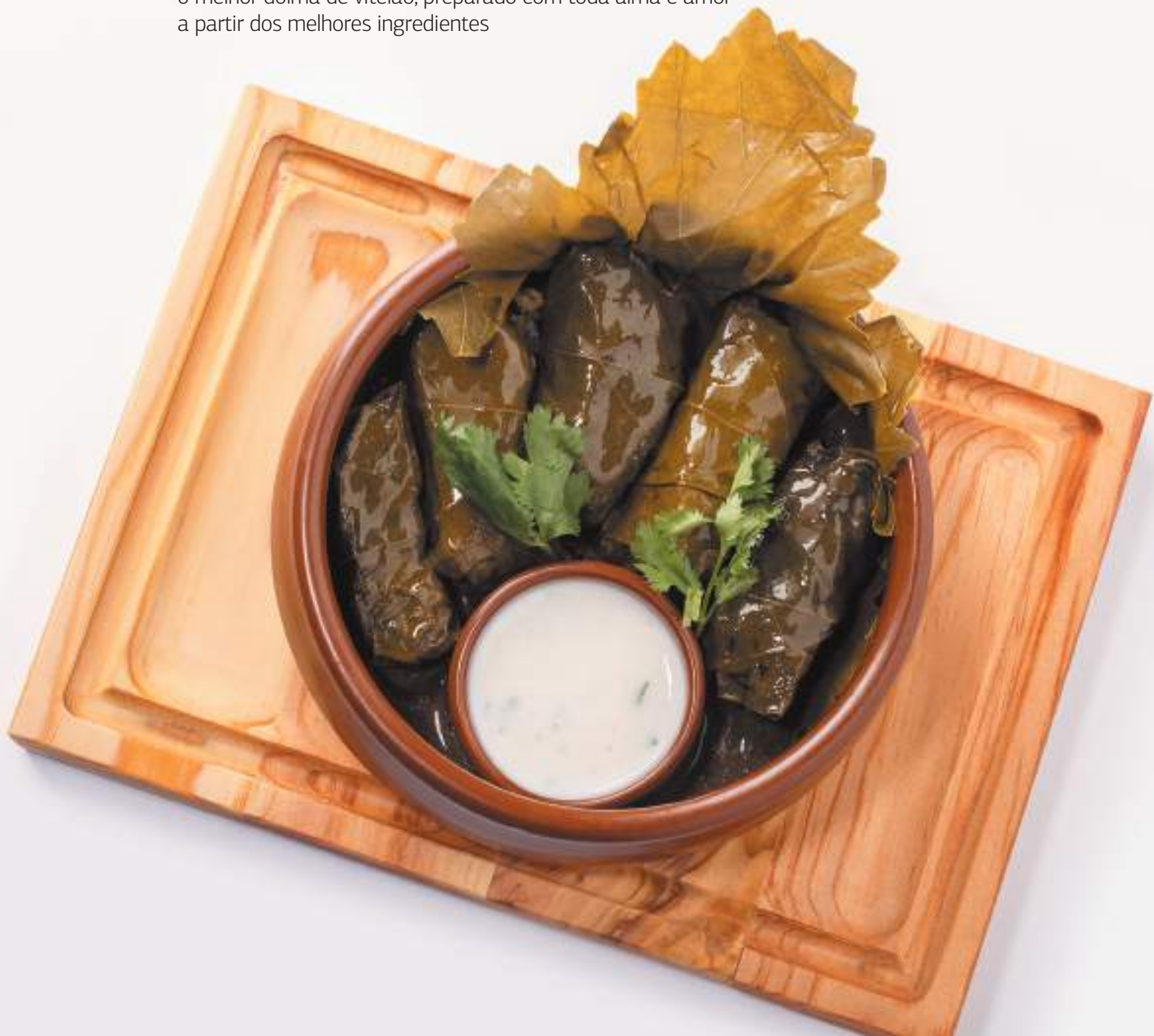


## DOLMÁ

### ROLOS DE VITELÃO EM FOLHAS DE VIDEIRA

7,50€

Dolma é um dos maiores símbolos gastronômicos da Arménia. Um prato tradicional que remonta à antiguidade tem como recheio vitela, vitelão ou cordeiro picado com arroz. Embrulhado em trouxinhas em folhas de videira é servido com matsoun e alho, mas mesmo sem nada faz delícias com o sabor ímpar das folhas, cuja acidez confere maciez à carne e proporciona um sabor inesquecível. As folhas de videira são fortes, o que lhes permite suportar altas temperaturas sem problemas de se desfazerem durante a cozedura. Aqui pode degustar o melhor dolma de vitelão, preparado com toda alma e amor a partir dos melhores ingredientes





**SATSIVI****PERU EM MOLHO DE NOZES**

Pedacinhos de peru em molho de nozes com alho e especiarias do Cáucaso são cozidos a baixa temperatura. São dezenas os molhos que se utilizam para fazer este prato. Aqui utilizamos o mais tradicional

6,50€



## **CHACAPULI**

### **BORREGO COM ERVAS AROMÁTICAS**

7€

Chackapuli – é borrego estufado em ervas aromáticas das montanhas. É um verdadeiro símbolo de Primavera para os caucasianos. Começa a ser preparado mal apareçam ervas frescas aromáticas nos prados e nas árvores ameixas verdes – tkemali, um ingrediente essencial para esse divino repasto. É comida tradicional da Páscoa que é preparada ao lume em grandes caldeirões para que o prato ganhe aquele gostinho especial. Um verdadeiro hino à Primavera!





## TRUTA

Truta assada no forno a lenha em papelote com ervas aromáticas da Arménia

14€



a COMER



# ENSOPADOS E ESTUFADOS

## **ENSOPADO DE ESTURJÃO KCHUCH 19€**

Sopa rica de dois peixes com pimentos, batatas e cenouras, servida num tacho de barro com tostas

## **ENSOPADO DE BORREGO CHANÁKH 18€**

Borrego estufado em vinho branco com cebola, beringela, pimento, batata, tomate, alho e ervas aromáticas da Arménia

## **ENSOPADO DE VITELÃO KHASLAMA 18€**

Carne de vitelão estufada nos próprios sucos com batatas, pimentos, tomates, cebola, salsa e coentros

## **SOPA DE GRÃO DE BICO PUTUKH 16€**

Ensopado de cordeiro com grão de bico, batata, cebola e tomate servido em tacho de barro, coberto com crosta de pão

## **ROLOS DE VITELÃO EM FOLHAS DE VIDEIRA DOLMÁ 14€**

Carne de vitelão picada com arroz, cebola, verduras e especiarias, envolvida em folhas de videira com molho de matsun e alho

## **TRUTA 14€**

Truta assada no forno a lenha em papelote com ervas aromáticas da Arménia

**PUTUK****SOPA DE GRÃO DE BICO**

16€

É uma sopa que ocupa um lugar especial na gastronomia arménia. É feita só em grandes ocasiões para um grande grupo de familiares e amigos. Putuk leva lombo de borrego, grão, bulgur e legumes suculentos. Tudo isso é servido numa pequena caçoila coberta com um pão achatado



## **CHANÁKH**

### **ENSOPADO DE BORREGO**

18€

Borrego estufado com cebola, beringela, pimentos, batata, tomate, alho, vinho e ervas aromáticas arménias  
É uma nutritiva “sopa de homem”. O principal ingrediente do chanakh é a carne tenra de borrego que fica a estufar lentamente com legumes numa caçarola de barro até obter uma sopa espessa e rica. Chanakh surpreende com o seu aroma, e sacia a fome juntando no mesmo prato a entrada, sopa e o segundo prato





## KHOROVATS (SHASHLIK) ESPETADAS DE CARNES

Um dos lugares centrais de gastronomia arménia é ocupado pela carne e o lugar central entre as carnes pertence ao khorovats, também conhecido como shashlik. É com muito respeito que tratamos as tradições antigas e procuramos manter a mesma tecnologia na preparação que se usava há mil e quinhentos anos. Desde os tempos mais remotos que shashlik é feito, sem exceção, em lume aberto. Na Arménia podemos encontrar mais de vinte variedades deste prato, cada um do qual tem uma marinada especial. Durante a preparação a carne fica impregnada de aromas de madeira, adquirindo um sabor e cheiros maravilhosos



# ESPETADAS

## GRELHADOS NO CARVÃO

### ESPETADAS **KHOROVATS**

**VITELÃO** 14€

**BORREGO** 14€

**COSTELETAS DE BORREGO** 17€

**PORCO** 11,5€

**ENTRECOSTO** 12€

**ESTURJÃO** 19€

**TRUTA** 17€

### ESPETADAS DE CARNE PICADA **KHABAB**

**VITELÃO** 14€

**BORREGO** 14€

**FRANGO** 11,5€

\* todas as espetadas acompanham com salada fria ou batata

### LEGUMES GRELHADOS

TOMATE, BERINGELA, PIMENTOS 9,5€

ESPETADA DE COGUMELOS 3€

\*nao inclui guarnição

### GUARNIÇÃO ADICIONAL

BATATAS ASSADAS NO ESPETO «ARARATE»

LEGUMES ASSADOS

SALADA FRIA

ADJAR

3 €



## KHABAB

### ESPETADAS DE CARNE PICADA

Kebab (ou Lylya-kebab) é o nome comum de pratos de carne grelhada muito típicas da região do Médio Oriente e Ásia Central. A própria palavra “kebab” em persa quer dizer “carne grelhada”. Por isso, pode ser considerado como o prato mais antigo do mundo. Lyulya-kebab é basicamente espetada de carne picada com adição de cebola, assada no carvão. A sua peculiaridade reside no amassar a carne durante um longo período, para conferir à carne uma forma especial para que esta não se desfaça e permaneça firme no espeto. É servido tradicionalmente polvilhado com ervas aromáticas





## LEGUMES GRELHADOS





## ECLER

Esta sobremesa francesa há muito que se “naturalizou” na Arménia e é uma das presenças assíduas em qualquer celebração. Bolinhas de massa açucarada, conhecida como choux, recheadas com creme ao gosto do Chef

4€



# **SOBREMESAS**

## **ECLER 4€**

Bolinhas de massa açucarada, conhecida como choux, recheadas com creme ao gosto do Chef

## **GATA 4€**

Bolo de massa folhada recheado com uma mistura de açúcar, manteiga e farinha

## **BOLO DE MEL 5€**

Bolo de massa em camadas à base de mel e creme de leite

## **TARTE DE MERENGUE 4€**

Torta de merengue com creme ao gosto do Chef

## **PASTEL PAKHLAVA 5€**

Pastel elaborado com uma pasta de nozes trituradas com cravinhos e canela, envolvida em massa filó e banhada em xarope

## **FRUTA 4€**

Fruta da época

## **COMPOTAS CASEIRAS 1€**



**BOLO DE MEL**

Bolo de massa em camadas à base de mel e creme de leite

5€



## GATA

Bolo de massa folhada recheado com uma mistura de açúcar, manteiga e farinha.

Gata é uma sobremesa típica do Cáucaso. São bolinhos de massa folhada com recheio de açúcar. É um prato de festa, cuja qualidade de preparação demonstra o talento da mulher arménia. Antigamente, durante grandes festejos, as mulheres competiam entre si na arte de preparação de Gata, que ocupava um lugar de destaque na mesa

4€



## **TARTE DE MERENGUE**

Torta de merengue com creme ao gosto do Chef

4€







**COZINHA TRADICIONAL  
DA ARMENIA**

Avenida Conde Valbom, 70

1050-099, LISBOA

