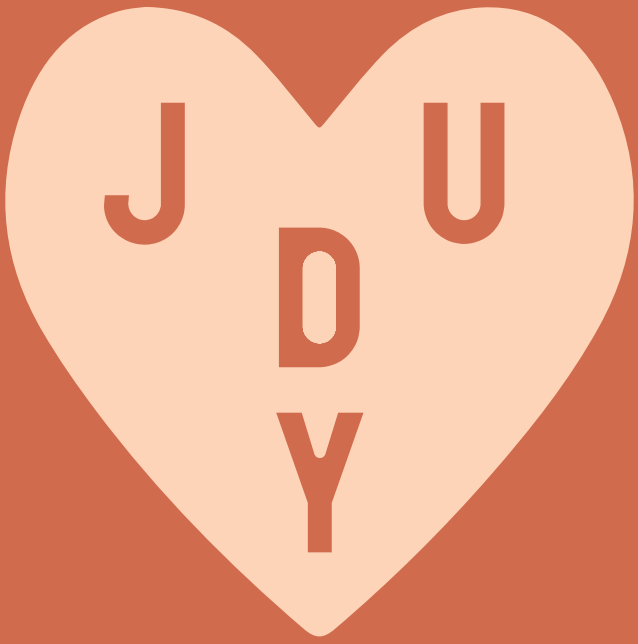
JUDY ROUSSEAU

14 rue Jean-Jacques Rousseau, Paris 1er



Vente à emporter, épicerie et dégustation
sur place avec ou sans réservation.

Chez Judy, notre cuisine est sans gluten et faite maison à partir de produits frais, bio et/ou locaux. Nos plats sont élaborés dans une démarche qualitarienne par Dominique Gassin, naturopathe australienne.

« Être qualitarien, c'est avoir le goût des bons produits et choisir en pleine conscience ce qui est bon pour soi, les autres & la planète ! »

FEEL GOOD DRINKS

Dom's Nutrition Tip

Le jus pressé à froid, une super entrée vitaminée ! Commencer son repas par un jus pressé à froid favorise une bonne digestion et permet de reminéraliser l'organisme.

Cold-pressed juices J U D Y 25 CL — 7.4

PURIST DIGESTION
Concombre, blette, fenouil, kale, épinards, carotte, céleri, persil, coriandre, citron

ELEVATE ÉNERGIE
Carotte, pomme, citron, gingembre, curcuma

CLEANSE ÉQUILIBRE
Ananas, pomme, kale, eau de coco, charbon actif

AWAKEN CONFORT
Poire, pomme, citron, cannelle

Naturopathic smoothie JUSQU'À 15H — 9

CHOCO BANANA SHAKE
Cacao cru, banane, lait d'avoine, almond butter **J U D Y**, dattes et cannelle, champignons médicinaux Terraphy selon votre besoin

IMMUNITÉ *shiitaké, maitaké, vitamine C, zinc +2 €*
CONCENTRATION *lion's mane, bacopa monnieri, vitamines B6 et B9 +2 €*

Naturopathic lattes 6.5

SESAME LATTE* Sésame, sirop de datte, charbon végétal actif, gingembre, poivre

ROSE LATTE* Pétale de rose, coco, shatavari, cardamome

MATCHA LATTE* Thé vert matcha japonais de chez Umami

CHAI LATTE Thé noir, mélange d'épices indiennes, sirop d'érable

GOLDEN MYLK* Curcuma, poivre noir, cardamome verte, gingembre, muscade

SPICY CHOCO Chocolat noir, mélange d'épices

CHOCO REISHI Chocolat noir, reishi, mélange d'épices

disponible en version glacée

LAIT D'AMANDE MAISON +0.50 € / COLLAGÈNE MARIN +2 €

Dom's Nutrition Tip

Les champignons médicinaux sont hautement biodisponibles et soutiennent les fonctions clés du corps. Terraphy cultive et extrait en Normandie.
À ajouter dans vos boissons chaudes ou froides.

IMMUNITÉ OU CONCENTRATION +2 €

HOT NATURAL REMEDIES 6.5

GINGER LEMON Citron, miel, gingembre

SWITCHEL Citronnade maison, vinaigre de cidre, sirop d'érable

BRUNCH

sans gluten et qualitarien

jusqu'à 15h

BOUILLON JUDY OU SOUPE DU JOUR EN ACCOMPAGNEMENT D'UN PLAT 7.5
Demandez à notre équipe ce que nous préparons aujourd'hui
Une soupe de saison nourrissante, conçue pour stimuler en douceur la digestion et contribuer au bien-être intestinal.

TARTINES BY J U D Y 7
Pain aux graines **J U D Y** toasté, accompagnement au choix :
almond butter **J U D Y** ou confiture **J U D Y** et beurre bio

SCRAMBLED EGGS 14
Trois œufs brouillés, pain aux graines **J U D Y**, pickles de fenouil mariné aux agrumes, pistou de persil et herbes fraîches, zaatar
Bacon français +3.5 €, halloumi frit +3.5 €, saumon fumé de l'Atlantique +7 €

AVOLOCO BOWL 18
Avocat, œuf poché, légumes de saison, légumes fermentés **J U D Y**,
pain aux graines **J U D Y**
Bacon français +3.5 €, halloumi frit +3.5 €, saumon fumé de l'Atlantique +7€

RED CURRY LEAF KITCHARI 19
Dahl de lentilles, pois chiches, tomate et graines de nigelle, tofu croustillant, coriandre, pousses d'épinard, citron confit, riz infusé à la noix de coco

VEGGIE FOCACCIA 17.5
Focaccia, butternut rôti, fenouil mariné, pousses d'épinard, pesto de noisette à la sauge et à l'ail confit, citron confit, fromage Ossau-Iraty, salade d'herbes de saison

JUDY'S CHICKEN FOCACCIA 19.5
Focaccia, poulet effiloché, pousses d'épinard, avocat, estragon, aïoli au citron
Bacon français +3.5 €

KID'S BENTO 15
Poulet grillé, légumes de saison, riz infusé à la noix de coco, madeleine et thé glacé maison

EXTRAS EN ACCOMPAGNEMENT D'UN PLAT

Poulet français	6.5	Saumon fumé de l'Atlantique	7
Légumes fermentés	2	Œuf poché	2
Halloumi frit	3.5	Bacon français	3.5
		Tofu fumé français	3.5

MANGER EN PLEINE CONSCIENCE EST PROPICE À UNE BONNE ASSIMILATION DES NUTRIMENTS ET UNE BONNE DIGESTION !

DESSERTS

jusqu'à 15h

GÂTEAU CRU AU CHOCOLAT 10
Chocolat noir, noix de pécan, noisettes, noix, amandes, dattes

BANANA OAT PANCAKES 14
Pancakes, pommes rôties à la cannelle, noix de pécan, sirop d'érable et yaourt de coco
Glace vanille végétale +3.5 €

MATCHA CHIA PUDDING 9
Lait de coco, lait d'amande, banane, graines de sésame grillées et noix de coco

GRANOLA BOWL 10
Yaourt de coco, mangue, coulis mangue-citron vert, fruit de la passion, granola **JUDY**

JUDY'S BAKERY

New **CARROT CUPCAKE** 7
Glaçage cajou, épices

New **CAKE MATCHA** 6

BANANA BREAD 7.5
Toasté et almond butter **JUDY**

CAKE CITRON PAVOT 5

CINNAMON ROLL 5.5

BROWNIE 6

AUSSIE COOKIE 4

COOKIE CAJOU 4.5

MADELEINE 2.5

Tous nos produits **JUDY** sont disponibles dans nos épiceries
pour continuer à prendre soin de vous à la maison.

VEGAN SANS LACTOSE

CAFÉ DE SPÉCIALITÉ *Torréfié à Paris par Coutume*

ESPRESSO	3
CAFÉ ALLONGÉ	3
DOUBLE ESPRESSO	4
AMERICANO	4
CAFÉ FILTRE Demander à l'équipe ce qui est préparé aujourd'hui	5
CORTADO (DOUBLE)	4.5
CAPPUCCINO	5.5
CAFÉ LATTE	5.5
FLAT WHITE	6
ALMOND BUTTER LATTE	6.5

LAIT D'AMANDE MAISON +0.50 € / COLLAGÈNE MARIN +2 €

THÉS BIO 6

THÉ VERT Gampola Green ou Earl Grey des Jardins de Gaïa

THÉ NOIR English Breakfast des Jardins de Gaïa

THÉ MATCHA De chez Umami

THÉ HOJICHA Thé vert japonais torréfié de chez Umami

INFUSIONS BIO CHIC DES PLANTES ! 6

POUSSE DÉLICE
Fenouil, angélique, romarin, verveine, sarriette, menthe, souci

RÉCOLTE D'HIVER
Cannelle, réglisse, orange douce, cynorrhodon, cardamome, badiane, tilleul

BELLE PLANTE
Rose de damas, frêne, framboise, ortie, baie rose, tilleul

L'ÉLIXIR
Gingembre, oranger bigaradier, citron, combava

ICED DRINKS

New **ICED CINNAMON MAPLE MATCHA**	6.5
ICED MANGO MATCHA LATTE	6.5
ICED LATTE	6.5
ICE TEA MAISON 33 CL	6
CITRONNADE MAISON Citron, gingembre, miel 33 CL	6
KOMBUCHA ARCHIPEL Framboise ou pomelo & gingembre 33 CL	7

BIÈRE & VINS

Nos vignerons travaillent dans le respect de la nature et des traditions de la vinification.

BIÈRE BLONDE SANS GLUTEN 25 CL	6
SAUVIGNON BLANC Le Coude Blanc, Domaine Duvin, Touraine 14 CL	8
LANGUEDOC ROUGE Respirait, Château Ollieux Romanis, Languedoc 14 CL	8
ROSÉ DE PROVENCE Le Méditerranée, Vigneron Oé, IGP Méditerranée 14 CL	8

PRIX NETS EN EUROS SERVICE COMPRIS. LISTE DES ALLERGÈNES DISPONIBLE AU COMPTOIR



RETROUVEZ-NOUS DANS PARIS

Judy Rousseau, Paris 1
14 rue Jean-Jacques Rousseau

Judy Fleurus, Paris 6
18 rue de Fleurus

@JUDY_PARIS
JUDY-PARIS.COM