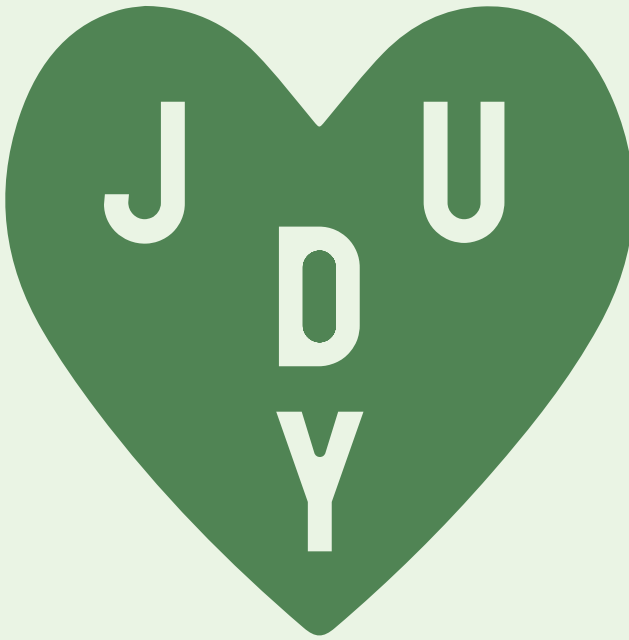


JUDY FLEURUS

18 rue de Fleurus, Paris 6^{ème}

semaine



Réservation au +33 1 43 25 54 14 du lundi au vendredi.
Sans réservation le week-end.



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 qualitative par Dominique Gassin, naturopathe australienne.

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

COLD-PRESSED JUICES

Cold-pressed juices J U D Y 25CL

7.4

PURIST DIGESTION

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

ELEVATE ÉNERGIE

Carotte, pomme, citron, gingembre, curcuma

RECOVER RECHARGE

Pomme, ananas, concombre, épinards, spiruline

CLEANSE ÉQUILIBRE

Ananas, pomme, chou kale, eau de coco, charbon actif

RADIANCE TONIFIE

Carotte, orange, gingembre, citron, vinaigre de cidre

GLOW ÉCLAT

Pomme, fraise, citron

Cold-pressed shot J U D Y 6CL

4.5

FORTIFY RÉCUPÉRATION

Pomme, citron, gingembre, piment de Cayenne

SWITCHEL VITALITÉ

Pomme, citron, gingembre, vinaigre de cidre

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.

BREAKFAST

sans gluten et qualitarien
jusqu'à 11h

TARTINES BY JUDY 7

Pain aux graines **JUDY** toasté, accompagnement au choix :
almond butter **JUDY** ou confiture **JUDY**

SCRAMBLED EGGS 14

Trois œufs brouillés, pain aux graines **JUDY**, légumes fermentés **JUDY**,
tomates cerises rôties, dukkah rouge **JUDY**, pistou de persil
Bacon français de la Maison Montalet +3.5€
Halloumi +3.5€
Saumon fumé de l'Atlantique +6€

AGUACHILE MACKEREL 19

Pommes de terre "Hash brown", aguachile au maquereau fumé et citron vert,
purée de maïs grillé, pickles de pomme et de concombre, œuf poché

AVOLOCO BOWL 17.5

Avocat, œuf poché, légumes d'été, légumes fermentés **JUDY**, pain aux graines **JUDY**
Bacon français de la Maison Montalet +3.5€
Halloumi +3.5€
Saumon fumé de l'Atlantique +6€

VEGGIE FOCACCIA 16.5

Purée de tomates confites, basilic, aubergine rôtie, fromage de brebis,
pousses d'épinard, salade verte

GRANOLA BOWL 10

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

CHIA PUDDING 9

Graines de chia, lait de coco, lait d'amande maison, coulis pêche-verveine,
fraise, pistaches

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



VEGAN



SANS LACTOSE

LUNCH

de 11h à 16h

AGUACHILE MACKEREL

19

Pommes de terre "Hash brown", aguachile au maquereau fumé et citron vert, purée de maïs grillé, pickles de pomme et de concombre, œuf poché

AVOLOCO BOWL

17.5

Avocat, œuf poché, légumes d'été,
légumes fermentés **JUDY**, pain aux graines **JUDY**
Bacon français de la Maison Montalet +3.5€
Halloumi +3.5€, Saumon fumé de l'Atlantique +6€

MEDITERRANEAN BOWL

17.5

Taboulé de pois verts et concombre pressé, kefta de haricots rouges, fenouil rôti, houmous de carottes, yaourt tahini, tomates cerises rôties, dukkah rouge **JUDY**

PERSIAN OMELET (KUKU SIBZAMINI)

17

Pommes de terre grenaille, herbes fraîches et citron confit, yaourt de chèvre au sumac, salade de poivrons confits, noix, pickles d'oignon, grenade, herbes fraîches

VEGGIE FOCACCIA

16.5

Purée de tomates confites, basilic, aubergine rôtie, fromage de brebis, pousses d'épinard, salade verte

THE JUDY BLT FOCACCIA

18

Poulet et bacon français plein air, tomates, laitue sucrine, herbes fraîches, aioli au citron confit, salade verte

KID'S BENTO JUST FOR KIDS

15

Poulet français des Poulardes Saint-Martory, légumes d'été, salade de pommes de terre grenaille, madeleine, Ice-Tea maison

EXTRAS EN ACCOMPAGNEMENT D'UN PLAT

Poulet français des Poulardes Saint-Martory	5.5	Saumon fumé de l'Atlantique	6
Légumes fermentés	2	Œuf poché	2
Halloumi	3.5	Bacon français de la Maison Montalet	3.5

Toutes nos viandes et nos œufs sont français, issus d'élevages locaux en plein air, sélectionnés avec soin pour leur qualité et leur engagement en faveur du bien-être animal et de l'environnement.



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

DESSERTS

jusqu'à 17h

GÂTEAU CRU AU CHOCOLAT  	9.5
Chocolat noir, noix de pécan, noisettes, noix, amandes, dattes	
LEMON TART	9
Framboise, glace vanille végétale, zestes de citron vert, copeaux de noix de coco	
AFFOGATO ET MADELEINE 	8
Espresso, glace vanille végétale, madeleine	
CHIA PUDDING  	9
Graines de chia, lait de coco, lait d'amande maison, coulis pêche-verveine, fraise, pistaches	

*Repartez avec une glace à emporter, disponible au Judy Market juste à côté !
Artisanales, bio et végétales*

JUDY'S BAKERY

ENERGY BALL  	3	BANANA BREAD 	7
Choco protein		Toasté et almond butter JUDY	
CINNAMON ROLL	5	CAKE CHOCO	5
BROWNIE  	4.5	CAKE CITRON PAVOT 	5
AUSSIE COOKIE  	4	MADELEINE 	2.5
COOKIE CAJOU	4		

Naturopathic smoothie JUSQU'À 17H

THE DAILY GREEN  

Pomme, kiwi, concombre, épinards, persil, citron, gingembre,
eau de coco, l'Hydratant par Combeau saveur citron concombre

En collaboration avec Combeau, spécialiste des compléments dédiés à l'hydratation et au bien-être. Une recette pensée pour une hydratation optimale grâce aux électrolytes qui favorisent l'absorption et la rétention de l'eau par les cellules.



10



VEGAN



SANS LACTOSE

DRINKS

Café de spécialité Torréfié à Paris par Coutume

ESPRESSO	3
CAFÉ ALLONGÉ	3
DOUBLE ESPRESSO	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

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

L'ÉLIXIR Gingembre, oranger bigaradier, citron, combava

Hot natural remedies

GINGER LEMON Citron, miel, gingembre 6.5

SWITCHEL Citronnade maison, vinaigre de cidre, sirop d'érable 6.5

Naturopathic lattes

6.5

SÉSAME 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

CHAÏ 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€

Iced Drinks

ICED STRAWBERRY MATCHA LATTE 6.5

ICED MANGO MATCHA LATTE 6.5

ICED LATTE 6.5

COLD BREW Demander à l'équipe ce qui est préparé aujourd'hui 6.5

ICE TEA MAISON 33CL 6

CITRONNADE MAISON Citron, gingembre, miel 33CL 6

KOMBUCHA ARCHIPEL Framboise ou pomelo & gingembre 33CL 7

Bière & vins

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

BIÈRE BLONDE SANS GLUTEN 25CL 6

SAUVIGNON BLANC Le Coude Blanc, Domaine Duvin, Touraine 14CL 8

LANGUEDOC ROUGE Respirait, Château Ollieux Romanis, Languedoc 14CL 8

ROSÉ DE PROVENCE Le Méditerranée, Vigneron Oé, IGP Méditerranée 14CL 8



RETROUVEZ-NOUS DANS PARIS

Judy Rousseau, Paris 1
14 rue Jean-Jacques Rousseau

Judy Vosges, Paris 3
2 rue de Béarn

Judy Fleurus, Paris 6
18 rue de Fleurus

@JUDY_PARIS
JUDY-PARIS.COM