

**JUDY ROUSSEAU**

**14 rue Jean-Jacques Rousseau, Paris 1<sup>er</sup>**



**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 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* JUDY 25CL

**SPICY SUNRISE** RENFORCE L'IMMUNITÉ 7.4  
carotte, orange, pomme, curcuma

**RADIANT RED** POTION DES SPORTIFS 7.4  
betterave, carotte, céleri, pomme rouge, citron vert

**ONE GREEN PLANET** DÉTOX 7.9  
épinard, concombre, céleri, citron, gingembre

**KARMA CLEANSER** PURIFIE 7.9  
ananas, fenouil, persil, menthe, gingembre

### *Cold-pressed shots* 6CL 4.5

**ATTRACTION**  
gingembre, acerola, fruit de la passion, piment de Cayenne, ananas, pomme

**ÉLÉVATION**  
spiruline bleue, gingembre, menthe, vitamine C, pomme, citron vert





**ÉLIXIR**  
curcuma, gingembre, piment de Cayenne, ananas, pomme, citron vert

**N'HÉSITEZ PAS À NOUS DEMANDER LA LISTE DES ALLERGÈNES DISPONIBLE AU COMPTOIR**

# BREAKFAST

*sans gluten et qualitarien*

jusqu'à 11h

- TARTINES BY JUDY**  7  
accompagnement au choix : beurre d'amande **JUDY**,  
beurre d'amande choco **JUDY** ou confiture maison
- SCRAMBLED EGGS** 12  
trois œufs brouillés, pain aux graines, dukkah rouge **JUDY**, jeunes pousses  
*Supplément bacon de la Maison Montalet +3€ Supplément truite fumée +6€*
- FLUFFY PALEO PANCAKES** 11  
pancakes, fruits de saison, sirop d'érable  
*Supplément scrambled eggs +2,5€*  
*Supplément bacon de la Maison Montalet +3€*
- WELLNESS BOWL** 10  
fruits de saison, lait de coco, banane, baies de goji, pollen, graines de courge  
*Vegan option* 
- GRANOLA BOWL**  9  
granola **JUDY**, fruits de saison, yaourt de coco, compote, copeaux de noix de  
coco toastés
- CHIA PUDDING**  9  
graines de chia, lait de coco, lait d'amande, fraises, framboises, graines de courge
- BANANA BREAD "FRENCH TOAST"** 11  
banana bread toasté, pistachio butter, pollen, abricot, sirop de dattes,  
baies de goji



VEGAN

# LUNCH

de 11h à 15h


## 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.


**GASPACHO**  12  
accompagné de pain aux graines **JUDY**

**SCRAMBLED EGGS** 12  
trois œufs brouillés, pain aux graines, dukkah rouge **JUDY**, jeunes pousses  
*Supplément bacon de la Maison Montalet +3€ Supplément truite fumée +6€*

**FLUFFY PALEO PANCAKES** 11  
pancakes, fruits de saison, sirop d'érable  
*Supplément scrambled eggs +2,5€*  
*Supplément bacon de la Maison Montalet +3€*

**TARTINE CHIMICHURRI AUBERGINE**  16  
crème d'aubergine, aubergine marinée, chimichurri, échalotes frites,  
dukkah vert **JUDY**, jeunes pousses  
*Supplément œuf mollet +2€ Supplément bacon de la Maison Montalet +3€*  
*Supplément truite fumée +6€*

**JUDY'S GARDEN SALAD**  15  
concombre, tomate ancienne, oignon rouge, persil, ciboulette, noix, vinaigrette aux noix  
*Supplément crispy tofu de la ferme Les Petits Evaurys +3€*

**BUDDHA KNOWS BEST**  17  
légumes crus, cuits, fermentés **JUDY**, houmous coloré, quinoa, super seeds **JUDY**  
*Supplément œuf mollet +2€*  
*Supplément crispy tofu de la ferme les Petits Evaurys +3€*

## SIDES


bouillon by **JUDY** (6€), frites (6€), jeunes pousses (4€)




VEGAN


# DESSERTS

jusqu'à 16h

**CHEESECAKE CRU**  9  
fruits du moment, crème de cajou, noix, pécan, dattes

**GÂTEAU CRU AU CHOCOLAT**  9.5  
chocolat noir, noix, pécan, dattes

**CHIA PUDDING**  9  
graines de chia, lait de coco, lait d'amande, fraises, framboises, graines de courge

**GRANOLA BOWL**  9  
granola **JUDY**, fruits de saison, yaourt de coco, compote,  
copeaux de noix de coco toastés

**BANANA BREAD "FRENCH TOAST"** 11  
banana bread toasté, pistachio butter, abricot, pollen, sirop de dattes, baies de goji


## JUDY'S BAKERY

**TAKE A CAKE BREAK** À PARTIR DE 15H 9.5  
une part de cake + un naturopatic latte *hot or iced* au choix

**CINNAMON ROLL** 4.5 **MADELEINE** 2.5

**COOKIE**  3.5 **CAKE CITRON PAVOT** 5

**COOKIE CHOCO CAJOU** 4 **CARROT CAKE** 5

**BROWNIE**  5,5 **BANANA BREAD** 7  
toasté et beurre d'amande **JUDY**

# DRINKS HOT OR ICED

## *Café de spécialité* TORRÉFIÉ À PARIS PAR COUTUME

<b>ESPRESSO</b>	3
<b>CAFÉ ALLONGÉ</b>	3
<b>DOUBLE ESPRESSO</b>	4
<b>CAFÉ FILTRE</b>	4
<b>CORTADO</b>	4
<b>CAPPUCCINO</b>	5.5
<b>CAFÉ LATTE</b>	5.5
<b>FLAT WHITE</b>	6
<b>LATTE REISHI</b>	6
<b>SWITCHEL</b> citron, gingembre, vinaigre de cidre, sirop d'érable	6.5

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

### *Dom's Nutrition Tip*

Le collagène est la protéine la plus abondante du corps. Il soutient et assure l'élasticité des tissus de la peau, des articulations, des tendons et du cartilage. Il nous aide à avoir une jolie peau et est bon pour la récupération musculaire !

## *Naturopathic lattes* HOT OR ICED 6.5

<b>MATCHA LATTE</b> thé vert matcha japonais de chez Umami
<b>HOJICHA LATTE</b> thé vert japonais torréfié
<b>CHAÏ LATTE</b> thé noir, mélange d'épices indiennes, sirop d'érable
<b>GOLDEN MYLK</b> curcuma, poivre noir, huile de coco, miel
<b>BETROOT LATTE</b> betterave, gingembre, miel
<b>SPICY CHOCO</b> chocolat noir, mélange d'épices
<b>CHOCO REISHI</b> chocolat noir, reishi, mélange d'épices

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

## *Naturopathic smoothies*

10

*Supplément collagène marin +2€*

**BLOOM** betterave, carotte, céleri, pomme rouge, citron vert, baies de goji

**GREEN GURU** épinard, poire, kiwi, concombre, céleri, citron, gingembre

**HARVEST** ananas, banane, fenouil, persil, menthe, gingembre

**GOLDEN GLOW** carotte, orange, pomme, banane, curcuma, pollen, piment d'Espelette

## *Fresh drinks*

**ICE TEA MAISON** 33CL

6

**CITRONNADE MAISON** 33CL

6

**LIMONADE UMA** 33CL

6

**KOMBUCHA ARCHIPEL** brut, clémentine ou framboise 33CL

7

## *Thés bio*

6

**THÉ VERT** Gampola Green ou Earl Grey LES JARDINS DE GAÏA

**THÉ NOIR** English Breakfast LES JARDINS DE GAÏA

**THÉ MATCHA**

**THÉ HOJICHA** Thé vert japonais torréfié

## *Infusions bio* CHIC DES PLANTES !

6

**L'ÉLANCÉE** vigne rouge, frêne, tilleul, bergamote, gingembre, camomille

**FANTASMA** gingembre, passiflore, baie rose, cardamome, citron, bleuet, laurier

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

**L'ÉLIXIR** gingembre, oranger bigaradier, citron, combava

## *Alcools & vins bio*

**KOMBUCHA ANA** alcoolisé 6° 33CL

6

**BIÈRE BLONDE SANS GLUTEN** 25CL

6

**VERRE DE VIN NATURE** rouge, blanc ou rosé 14CL

8

**@JUDY\_PARIS**



**RETROUVEZ NOS PRODUITS  
D'ÉPICERIE J U D Y**

18 rue de Fleurus  
Paris 6<sup>ème</sup>

14 rue Jean-Jacques Rousseau  
Paris 1<sup>er</sup>

**JUDY-PARIS.COM**