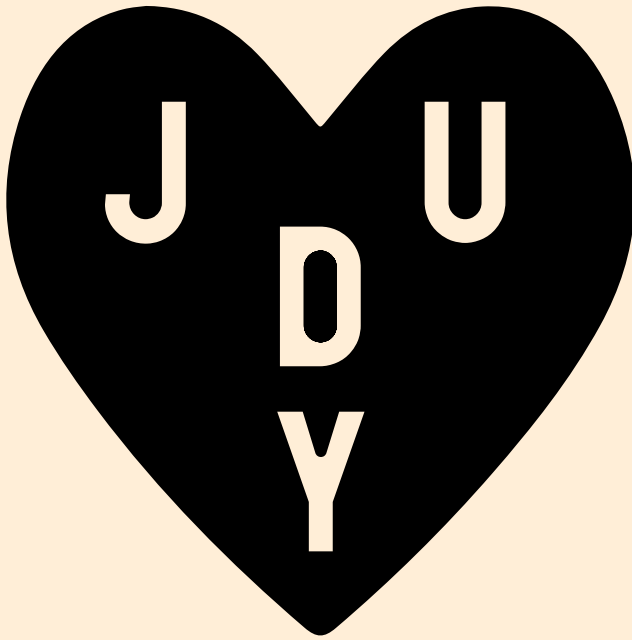


# JUDY FLEURUS

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



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* 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

**MYLK MAISON** REMINÉRALISANT 7  
amande, datte, sel de mer

### *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 qualitarrien*  
jusqu'à 11h

<b>TARTINES BY JUDY</b> 	7
accompagnement au choix : beurre d'amande <b>JUDY</b> , beurre d'amande choco <b>JUDY</b> ou confiture maison	
<b>SCRAMBLED EGGS</b>	12
trois œufs brouillés, pain aux graines, dukkah rouge <b>JUDY</b> , jeunes pousses. <i>Supplément bacon de la Maison Montalet +3€. Supplément truite fumée +6€</i>	
<b>SWEET PEPPER POTATO RÖSTI</b>	17
deux oeufs mollets, pommes de terre rösti, sauce poivron, féta, herbes fraîches, dukkah rouge <b>JUDY</b> <i>Supplément bacon de la Maison Montalet +3€ Supplément truite fumée +6€</i>	
<b>FLUFFY PALEO PANCAKES</b>	11
pancakes, fruits de saison, sirop d'érable <i>Supplément bacon de la Maison Montalet +3€</i>	
<b>WELLNESS BOWL</b>	10
fruits de saison, lait de coco, banane, baies de goji, pollen, graines de courge <i>Vegan option</i> 	
<b>GRANOLA BOWL</b> 	9
granola <b>JUDY</b> , fruits de saison, yaourt de coco, compote, copeaux de noix de coco toastés	
<b>CHIA PUDDING</b> 	9
graines de chia, lait de coco, lait d'amande, fraises, framboises, graines de courge	
<b>BANANA BREAD "FRENCH TOAST"</b>	11
banana bread toasté, pistachio butter, pollen, abricot, sirop de dattes, baies de goji	



VEGAN

# LUNCH


de 11h à 16h


## 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**


**SWEET PEPPER POTATO RÖSTI** 17  
deux oeufs mollets, pommes de terre rösti, sauce poivron, féta, herbes fraîches, dukkah rouge **JUDY**  
*Supplément bacon de la Maison Montalet +3€ Supplément truite fumée +6€*


**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 poulet de la ferme Culoiseau +3€*  
*Supplément crispy tofu de la ferme Les Petits Evaurys +3€*

**GOLDEN RISOTTO** 19  
riz crémeux, safran, chou-fleur tricolore, pecorino  
*Vegan option* 

**SUMMER SMØRREBRØD** 21  
truite fumée, fromage fouetté de brebis, pain aux graines, oignon rouge, câpres, aneth, salade d'herbes

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

**KID'S LUNCH BOX** JUST FOR KIDS  15  
crispy poulet de la ferme Culoiseau, frites, dukkah vert **JUDY**, madeleine, Ice-Tea maison






**SIDES**  
bouillon by **JUDY** (6€), frites (6€), sticks de polenta (6€), jeunes pousses (4€)



VEGAN


# DESSERTS

jusqu'à 17h

<b>CHEESECAKE CRU</b> 	9
fruits du moment, crème de cajou, noix, pécan, dattes	
<b>AFFOGATO AL VANILLE COCO</b> 	6.5
glace vanille coco, espresso <i>Coutume</i>	
<b>MOUHALABIEH</b> 	8
lait d'avoine, fleur d'oranger, pistaches	
<b>GÂTEAU CRU AU CHOCOLAT</b> 	9.5
chocolat noir, noix, pécan, dattes <i>Supplément glace vanille coco +3€</i>	
<b>ROULÉ À LA FRAMBOISE</b>	9,5
gelée de fruits rouges, framboises, poudre de cajou, sorbet à la framboise	
<b>BROWNIE</b> 	9
accompagné d'une glace vanille coco	
<b>BANANA BREAD "FRENCH TOAST"</b>	11
banana bread toasté, pistachio butter, abricot, pollen, sirop de dattes, baies de goji	

## JUDY'S BAKERY

**TAKE A CAKE BREAK** À PARTIR DE 16H 9.5  
une part de cake + un naturopatic latte *hot or iced* au choix

<b>CINNAMON ROLL</b>	4.5	<b>MADELEINE</b>	2.5
<b>COOKIE</b> 	3.5	<b>CAKE CITRON PAVOT</b>	5
<b>COOKIE CHOCO CAJOU</b>	4	<b>CARROT CAKE</b>	5
<b>BROWNIE</b> 	5,5	<b>BANANA BREAD</b>	7
		toasté et beurre d'amande <b>JUDY</b>	

# 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>V60 / CHEMEX</b> 2 personnes	8 / 14
<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>AFFOGATO AL VANILLE COCO</b> glace vanille coco, espresso	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

**BISSAP MAISON** 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**