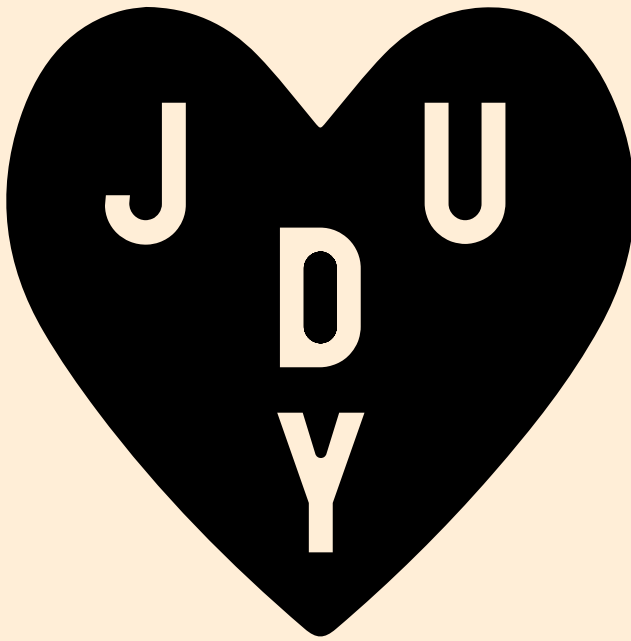


JUDY FLEURUS

18 rue de Fleurus, Paris 6^{ème}



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, chou kale, épinards, carotte, céleri, persil, coriandre, citron

PURIFY LÉGÈRETÉ

Céleri, 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

Cold-pressed shots J U D Y 6CL

4.5

FORTIFY RÉCUPÉRATION

Pomme, citron, gingembre, piment de Cayenne

RISE COUP DE FOUET

Gingembre, eau minérale

Naturopathic smoothie JUSQU'À 17H

10

GOLDEN GLOW

Mangue, coco, orange, pomme, curcuma, graines de lin

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	13
Trois œufs brouillés, pain aux graines JUDY , légumes fermentés, dukkah rouge JUDY <i>Supplément bacon français de la Maison Montalet +2€</i> <i>Supplément halloumi +3€</i> <i>Supplément truite fumée +6€</i>	
CARROT CAKE PORRIDGE 	9
Carotte, pomme, raisins secs, graines de lin et courge, gingembre, cannelle, sirop d'érable	
FLUFFY PALEO PANCAKES	13
Poire, noix, sirop d'érable <i>Supplément bacon français de la Maison Montalet +2€</i>	
GRANOLA BOWL 	10
Yaourt de coco, fruits de saison, copeaux de coco toastés, granola JUDY	
CHIA PUDDING 	9
Graines de chia, mangue, lait de coco, lait d'amande, graines de courge	
BANANA BREAD "FRENCH TOAST"	12
Banana bread toasté, poire, châtaigne, pollen	



VEGAN

LUNCH

de 11h à 16h

BOUILLON AU CHOIX EN ACCOMPAGNEMENT D'UN PLAT

7

Poule, Légumes ou Bœuf

Commencer par un bouillon c'est préparer la digestion en douceur.

Riche en minéraux, il nourrit, reminéralise et équilibre le corps avant le repas.

WARM HARVEST BOWL

16

Potimarron rôti, châtaignes, pleurotes et champignons de Paris, crème de haricots lingots, pesto de persil, cumin

Supplément tofu de la Ferme des Petits Evaurys 3€

Supplément halloumi +3€, Supplément poulet français +6€

CITRUS + SMOKE

16

Chou pointu braisé, lait de coco, curcuma, gingembre, pois chiche, menthe, riz basmati semi-complet infusé à la noix de coco

JUDY'S TAJINE

19

Poulet français des *Poulardes Saint-Martory*, courge, champignons, céleri, graines de courge, pickles d'oignon rouge, citron confit, millet

BALI BOWL

18

Crispy tofu de la Ferme des Petits Evaurys, légumes cuits, crus et fermentés **JUDY**, sauce satay amande, riz basmati semi-complet infusé à la noix de coco

JARDIN D'AUTOMNE

17

Poireaux effilés, œuf poché, pomme, poire de terre, anchoïade, câpres, yaourt de brebis, aneth, crumble de lentilles
Supplément truite fumée +6€

KID'S BENTO JUST FOR KIDS

15

Poulet français, légumes d'automne, riz basmati semi-complet, compote, Ice-Tea maison

EXTRAS EN ACCOMPAGNEMENT D'UN PLAT

Bouillon au choix

7

Légumes d'automne

6

Soupe du jour

6

Halloumi

3



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

DESSERTS

jusqu'à 17h

MOUHALABIEH 	8
Crème au lait d'amande, fleur d'oranger, pistaches, sirop de dattes	
GÂTEAU CRU AU CHOCOLAT 	9.5
Chocolat noir, noix de pécan, noisettes, dattes	
WARM CRUMBLE 	9.5
Fruits de saison, glace végétale vanille coco	
CHEESECAKE CRU 	9
Agrumes, crème de cajou, shortbread	
COMPOTE ET MADELEINE	8
Compote aux fruits de saison	
BANANA BREAD "FRENCH TOAST"	12
Banana bread toasté, poire, châtaigne, pollen	

JUDY'S BAKERY

CINNAMON ROLL 	5	MADELEINE	2.5
AUSSIE COOKIE 	3.5	MADELEINE CHOCO	3
COOKIE CAJOU	4	CAKE CITRON PAVOT	5
BROWNIE 	6	CARROT CAKE	5
COLLAGEN BAR	5.5	BANANA BREAD	7
		Toasté et almond butter JUDY	

OCTOBRE ROSE

À l'occasion d'Octobre Rose, nous reversons 0,50€ à la Fondation Gustave Roussy pour tout achat d'un cinnamon roll ou d'un rose latte.



VEGAN

DRINKS

Café de spécialité

Torréfié à Paris par Coutume

ESPRESSO	3
CAFÉ ALLONGÉ	3
DOUBLE ESPRESSO	4
CAFÉ FILTRE	4
V60 / CHEMEX 2 personnes	8 / 14
CORTADO	4
CAPPUCCINO	5.5
CAFÉ LATTE	5.5
FLAT WHITE	6
LATTE REISHI	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 odorante, sarriette, menthe poivrée, souci

RÉCOLTE D'HIVER

Cannelle, réglisse, orange douce, cynorrhodon, cardamome, badiane, tilleul

PRIX NETS EN EUROS SERVICE COMPRIS

GINGER LEMON Citron, miel, gingembre 6.5

SWITCHEL Citron, gingembre, vinaigre de cidre, sirop d'érable 6.5

Naturopathic lattes 6.5

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

MATCHA LATTE Thé vert matcha japonais de chez L'Autre Thé

HOJICHA LATTE Thé vert japonais torréfié de chez Umami

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

GOLDEN MYLK Curcuma, poivre noir, huile de coco, miel

SPICY CHOCO Chocolat noir, mélange d'épices

CHOCO REISHI Chocolat noir, reishi, mélange d'épices

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

Dom's Nutrition Tip 🍷

Le collagène est la protéine la plus abondante du corps humain. Essentiel à la structure de la peau, des articulations, des tendons et du cartilage, il contribue à leur souplesse et à leur élasticité. Il aide à préserver une peau éclatante et favorise la récupération musculaire.

Fresh drinks

ICE TEA MAISON 33CL 6

CITRONNADE MAISON 33CL 6

LIMONADE UMA 33CL 6

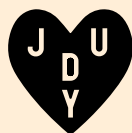
KOMBUCHA ARCHIPEL Brut, feuille de figuier ou de framboisier 33CL 7

Alcools & vins bio

BIÈRE BLONDE SANS GLUTEN 25CL 6

VERRE DE VIN NATURE Rouge, blanc ou rosé 14CL 8

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



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

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 La Grande Épicerie, Paris 7
38 rue de Sèvres

**@JUDY_PARIS
JUDY-PARIS.COM**