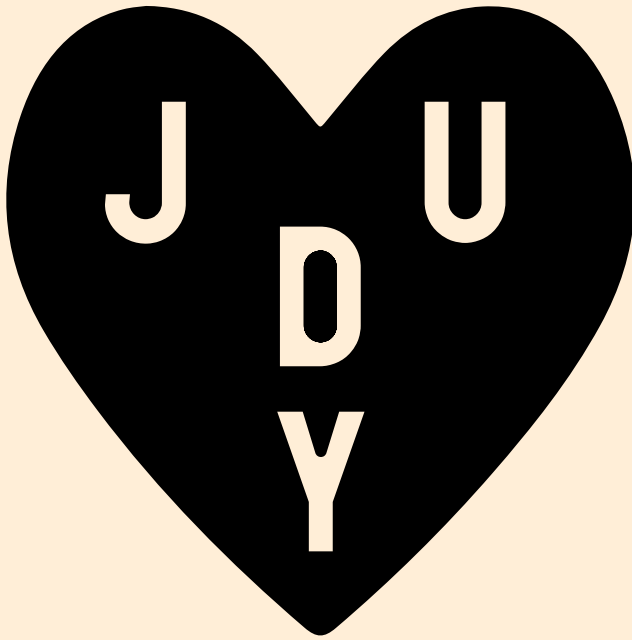


JUDY FLEURUS

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 **JUDY** 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

New

RADIANCE TONIFIE

Carotte, orange, gingembre, citron, vinaigre de cidre

New

GLOW ÉCLAT

Pomme, fraise, citron

Cold-pressed shot **JUDY** 6CL 4.5

FORTIFY RÉCUPÉRATION

Pomme, citron, gingembre, piment de Cayenne

New

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 qualitatif

jusqu'à 11h

TARTINES BY JUDY 🍷 🌱 7

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

SCRAMBLED EGGS 🌱 13.5

Trois œufs brouillés, pain aux graines **JUDY**, légumes fermentés **JUDY**, dukkah rouge **JUDY**, pistou de persil
Bacon français de la Maison Montalet +3€
Halloumi +3€
Saumon fumé de l'Atlantique +6€

SWEET PANCAKES - FRUITS ROUGES 🌱 13

Compote de fruits rouges, verveine, yaourt de coco

SAVOURY PANCAKES 🌱 18

Saumon fumé de l'Atlantique, crème de tofu au gingembre, edamame, pickles d'oignon rouge, kimchi **JUDY**
Œuf poché +2€

AVOLOCO BOWL 🌱 17.5

Avocat, œuf poché, légumes de printemps, légumes fermentés **JUDY**, pain aux graines **JUDY**
Bacon français de la Maison Montalet +3€
Halloumi +3€
Saumon fumé de l'Atlantique +6€

GRANOLA BOWL 🍷 🌱 10

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

CHIA PUDDING 🍷 🌱 9

Graines de chia, fraise, lait de coco, lait d'amande, confiture de fraise et rhubarbe, 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

DESSERTS

jusqu'à 17h

BOUILLON / SOUPE DU JOUR EN ACCOMPAGNEMENT D'UN PLAT 7

Demandez à notre équipe ce que nous préparons aujourd'hui

Commencer par un bouillon ou une soupe, c'est lancer la digestion en douceur.

Une option légère et réconfortante pour bien démarrer le repas.

SAVOURY PANCAKES 18

Saumon fumé de l'Atlantique, crème de tofu au gingembre, edamame, pickles d'oignon rouge, kimchi **JUDY**

Œuf poché +2€

AVOLOCO BOWL 17.5

Avocat, œuf poché, légumes de printemps, légumes fermentés **JUDY**, pain aux graines **JUDY**

Bacon français de la Maison Montalet +3€

Halloumi +3€, Saumon fumé de l'Atlantique +6€

MEDITERRANEAN BOWL 17.6

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

JUDY'S MASSAMAN CURRY 18

Légumes de printemps, pommes de terre, tofu de la Ferme des Petits Evaurys, riz basmati, salsa d'ananas frais

SPRING GALETTE 17.5

Purée de tomates confites, fenouil rôti, légumes de printemps, feta, olives, pickles d'oignon rouge, œuf poché

KID'S BENTO JUST FOR KIDS 15

Poulet français des Poulardes Saint-Martory, légumes de printemps, taboulé de pois verts, madeleine, Ice-Tea maison

EXTRAS EN ACCOMPAGNEMENT D'UN PLAT

Poulet français des Poulardes Saint-Martory	5	Saumon fumé de l'Atlantique	6
Légumes fermentés	2	Œuf poché	2
Halloumi	3	Bacon français de la Maison Montalet	3



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

GÂTEAU CRU AU CHOCOLAT 9.5

Chocolat noir, noix de pécan, noisettes, noix, amandes, dattes

CHEESECAKE CRU 9

Agrumes infusés aux épices chaï, crème de cajou, noix de pécan, noisettes, noix, amandes, dattes












AFFOGATO ET MADELEINE 8

Espresso, glace vanille végétale, madeleine

CHIA PUDDING 9

Graines de chia, lait de coco, lait d'amande maison, fraise, confiture de fraise et rhubarbe, pistaches

JUDY'S BAKERY

 ENERGY BALL   2.8	AUSSIE COOKIE   4
Choco protein	COOKIE CAJOU 4
 ENERGY BALL  2.8	BANANA BREAD 7
Carrot collagen	Toasté et almond butter JUDY
DUO ENERGY BALLS 5.4	CAKE CHOCO 5
CINNAMON ROLL 5	CAKE CITRON PAVOT  5
BROWNIE   6	MADELEINE  2.6

Naturopathic smoothie JUSQU'À 17H 10

SUNSET SKIN BALANCE +2€

Carotte, pomme, orange, ananas, mangue, avocat, graines de lin, curcuma, eau de coco, cannelle

En collaboration avec Skin & Out, expert du soin naturel de la peau. Une recette pensée pour soutenir l'équilibre cutané de l'intérieur.

Option collagène marin : soutient l'élasticité et l'hydratation de la peau. +2€



VEGAN



SANS LACTOSE

DRINKS

Café de spécialité Torréfié à Paris par Coutume

ESPRESSO	3
CAFÉ ALLONGÉ	3
DOUBLE ESPRESSO	4
CAFÉ FILTRE	4
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€

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, CONCENTRATION OU DÉTENTE +2€

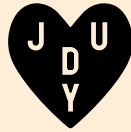
Iced Drinks

	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	Brut, feuille de figuier ou de framboisier 33CL 7

Bière & vins

Nos vigneronns 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 La Grande Épicerie, Paris 7
38 rue de Sèvres

@JUDY_PARIS
JUDY-PARIS.COM