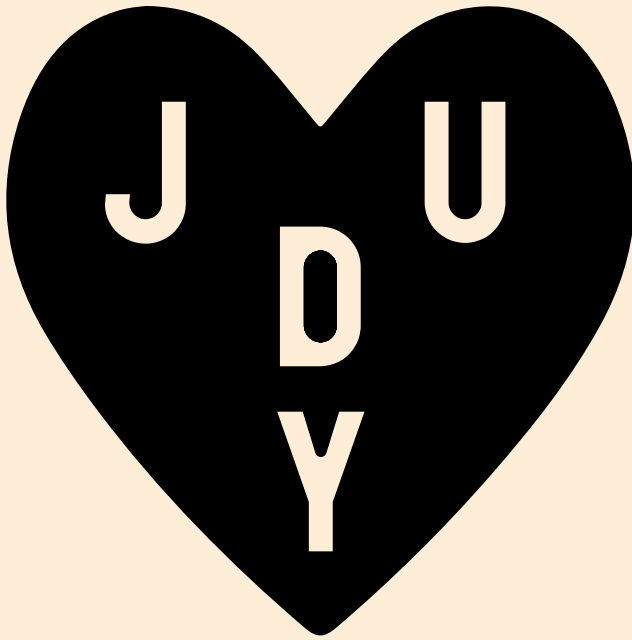


JUDY FLEURUS

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

WINTER FALL ANTIOXYDANT 7.9
pomme, cannelle, patate douce, citron, gingembre, curcuma

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 qualitarien
jusqu'à 11h

TARTINES BY JUDY 	7
accompagnement au choix : beurre d'amande JUDY ou confiture maison	
SCRAMBLED EGGS	13
trois œufs brouillés, pain aux graines JUDY , dukkah rouge JUDY , jeunes pousses <i>Supplément bacon de la Maison Montalet +3€</i> <i>Supplément halloumi +3€</i>	
AVOLOCO PANCAKES	13
avocat EU, fruits de saison, chantilly coco, noix, sirop d'érable <i>Supplément bacon de la Maison Montalet +3€</i> <i>Supplément œuf poché +2€</i>	
BENTO MACROBIOTIC	18
soupe miso, œuf mariné au tamari, riz aux algues nori, champignons, tofu de la ferme des <i>Petits Evaurys</i> , légumes fermentés JUDY	
PUMPKIN SPICE BIRCHER 	9
potimarron, pomme, lait d'avoine, avoine, baies de goji, raisins secs, muscade, cannelle, sweet dukkah JUDY	
QUINOLA BOWL	10
quinoa, granola aux noix, yaourt de brebis, miel, confiture JUDY , pollen	
CHIA PUDDING 	9
graines de chia, fruits de saison, lait de coco, graines de courge	
BANANA BREAD "FRENCH TOAST"	12
banana bread toast, crème de châtaigne, compotée de pomme muscade, sirop de datte	






VEGAN

LUNCH

de 11h à 16h



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

SOUPE DU JOUR 	12		
TUSCAN RIBOLLITA carottes, chou kale, haricots lingots, bouillon de poule JUDY , pecorino, panade de pain aux graines JUDY	16		
AVOLOCO PANCAKES avocat EU, fruits de saison, chantilly coco, bacon <i>de la Maison Montalet</i> , noix, sirop d'érable Supplément œuf poché +2€	16		
AUTUMN BOWL green falafels, houmous coloré, œuf poché, chou kale, légumes d'automne, vinaigrette au curcuma, super seeds JUDY	19		
RAINBOW GNOCCHI sauce pecorino à l'ail, gremolata de noix, huile infusée à l'origan	18		
JUDY'S DHAAL 	19		
lentilles corail trois façons, coco, dukkah rouge JUDY , chutney de mangue Supplément tofu de la ferme des <i>Petits Eaurys</i> +3€ Supplément riz semi-complet +3€			
BENTO MACROBIOTIC	18		
soupe miso, œuf mariné au tamari, riz aux algues nori, champignons, tofu de la ferme des <i>Petits Eaurys</i> , légumes fermentés JUDY			
KID'S LUNCH BOX JUST FOR KIDS 	15		
petits légumes d'automne, frites, poulet crispy de la ferme <i>Culoiseau</i> ou crispy tofu de la ferme des <i>Petits Eaurys</i> , madeleine, Ice-Tea maison			
EXTRAS			
bouillon by JUDY	6	trio de houmous coloré	7
poulet crispy de la ferme <i>Culoiseau</i> et mayonnaise	8	et chips de légumes JUDY	
frites et aïoli	6	légumes d'automne	4
		riz semi-complet	3

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.

DESSERTS

jusqu'à 17h

TARTE AMANDINE amandes, poire, glace végétale vanille coco	9
CRÉMEUX CHOCOLAT  chocolat noir 70%, poire, noix	9
JUDY'S MACARON compotée de fruits de saison, caramel de panais	9
CHEESECAKE CRU  fruits de saison, crème de cajou, noix, noisettes, dattes	9
CHIA PUDDING  graines de chia, fruits de saison, lait de coco, graines de courge	9
BANANA BREAD "FRENCH TOAST" banana bread toast, crème de châtaigne, compotée de pomme muscade, sirop de datte	12

JUDY'S BAKERY

TAKE A CAKE BREAK À PARTIR DE 16H 9.5
une part de cake + un naturopathic latte au choix

CINNAMON ROLL	5	MADELEINE	2.5
AUSSIE COOKIE 	3.5	MADELEINE CHOCO	3
COOKIE CAJOU	4	CARROT CAKE	5
BROWNIE 	6	BANANA BREAD	7
CAKE CACAO	5	toasté et beurre d'amande JUDY	



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

HOT GINGER citron, miel, gingembre 6.5

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

Naturopathic lattes 6.5

PUMPKIN SPICE LATTE potimarron, cannelle, gingembre, muscade

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

ROSE LATTE pétale de rose, coco, shatavari, cardamome

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. 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 smoothies

10

Supplément collagène marin +2€

MACA MOONBEAM maca, banane, lait d'avoine, ananas, fenouil, persil, menthe, gingembre

FOREST concombre, épinards, kiwi, céleri, citron, gingembre

SUNSET mangue, orange, carotte, ananas, pomme, curcuma, graines de lin

EARTH lait d'amande, cacao, banane, betterave, céleri, pomme rouge, citron vert

Fresh drinks

ICE TEA MAISON 33CL 6

CITRONNADE MAISON 33CL 6

LIMONADE UMA 33CL 6

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

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 L'Autre Thé

THÉ HOJICHA Thé vert japonais torréfié de chez Umami

Infusions bio CHIC DES PLANTES !

6

RÉCOLTE D'HIVER cannelle, orange, réglisse, cardamome, cynorrhodon, tilleul, badiane

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

L'ÉLIXIR gingembre, oranger bigaradier, citron, combava

POUSSE DÉLICE fenouil, angélique, romarin, verveine, sarriette, menthe poivrée, souci

Alcools & vins bio

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^{ème}

14 rue Jean-Jacques Rousseau
Paris 1^{er}

JUDY-PARIS.COM