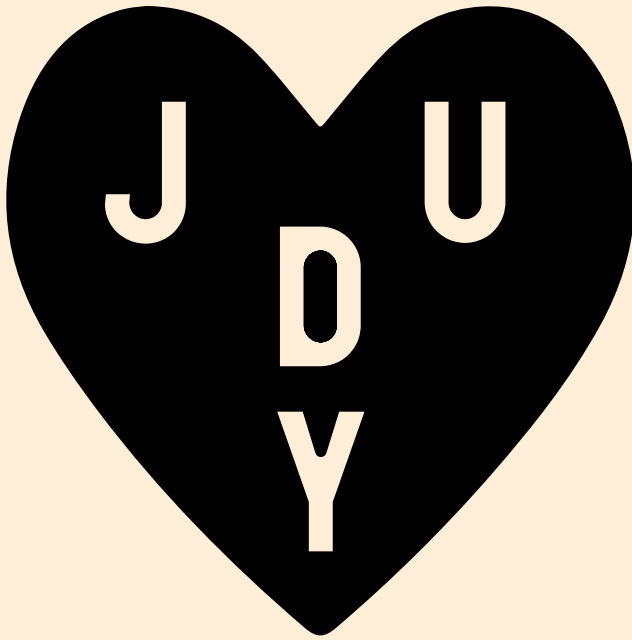


JUDY FLEURUS

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
Pain aux graines JUDY toasté, accompagnement au choix : almond butter JUDY , confiture JUDY ou No Tella JUDY	
SCRAMBLED EGGS	13
Trois œufs brouillés, pain aux graines JUDY , dukkah rouge JUDY <i>Supplément bacon de la Maison Montalet +2€</i> <i>Supplément halloumi +2€</i>	
AVOLOCO TOAST	17
Avocat européen, crème de cajou, oeuf poché, pain aux graines JUDY , jeunes pousses, kimchi JUDY <i>Supplément bacon de la Maison Montalet +2€</i> <i>Supplément halloumi +2€</i>	
GREEN PANCAKES	16
Pesto d'épinards, avocat européen, oeuf poché, herbes fraîches, jeunes pousses, légumes fermentés JUDY , dukkah rouge JUDY <i>Supplément bacon de la Maison Montalet +2€</i>	
GRANOLA BOWL 	10
Fruit de saison, yaourt de coco, copeaux de coco toastés	
CACAO PROTEIN PUDDING 	9
Graines de chia, lait de coco, banane, cacao cru	
BANANA BREAD "FRENCH TOAST"	12
Banana bread toasté, almond butter JUDY , poire, pollen	



VEGAN

LUNCH

de 11h à 16h



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

TARTINE ET VELOUTÉ D'HIVER 16

Houmous de carottes, curcuma, épices zaatar, pain aux graines **JUDY**, velouté du jour, jeunes pousses, kimchi **JUDY**
Supplément halloumi +2€

AVOLOCO TOAST 17

Avocat européen, crème de cajou, oeuf poché, pain aux graines **JUDY**, jeunes pousses, kimchi **JUDY**
Supplément bacon de la Maison Montalet +2€
Supplément halloumi +2€

GREEN PANCAKES 16

Pesto d'épinards, avocat européen, oeuf poché, herbes fraîches, jeunes pousses, légumes fermentés **JUDY**, dukkah rouge **JUDY**
Supplément bacon de la Maison Montalet +2€

BALI BOWL 18

Crispy tofu de la ferme des *Petits Evaury*s, légumes cuits, crus et fermentés **JUDY**, riz basmati semi-complet, sauce satay

THAI CURRY ROUGE 18

Légumes d'hiver, tofu de la ferme des *Petits Evaury*s, curry rouge, riz basmati semi-complet, coco, coriandre

JUDY'S RAMEN 19

Bouillon de poule **JUDY**, nouilles de konjac, poulet de la ferme *Culoiseau*, champignons shiitaké, chou, oeuf mollet, curcuma, gingembre, sésame

KID'S LUNCH BOX JUST FOR KIDS 15

Petits légumes d'hiver, frites de patate douce, boulettes de poulet de la ferme *Culoiseau*, madeleine, Ice-Tea maison

EXTRAS EN ACCOMPAGNEMENT D'UN PLAT




Bouillon by JUDY	6	Légumes d'hiver	4
Velouté du jour	6	Frites de patate douce	6

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

WARM CRUMBLE 	8.5
Pomme, poire, cannelle, glace végétale vanille coco	
CACAO PROTEIN PUDDING 	9
Graines de chia, lait de coco, banane, cacao cru	
TARTELETTE PECAN & PATATE DOUCE	9
Noix de pécan, patate douce, almond butter JUDY , épices chai, noisettes, dattes, sirop d'érable	
GÂTEAU CRU AU CHOCOLAT 	9.5
Chocolat noir, noix de pécan, noisettes, dattes	
CHEESECAKE CRU 	9
Agrumes, crème de cajou, shortbread	
BANANA BREAD "FRENCH TOAST"	12
Banana bread toasté, almond butter JUDY , poire, pollen	

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
COLLAGEN BAR	5.5	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

HOJICHA LATTE Thé vert japonais torréfié de chez Umami

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

CHAI 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