

# JUDY

*cantine, comptoir et épicerie  
sans gluten et qualitarien*

DOSSIER DE PRESSE



## JUDY, RESTAURANT AVANT-GARDISTE, SANS GLUTEN ET QUALITARIEN

Fondé en 2016 à Paris, Judy est précurseur avec une carte saine et équilibrée, tout en assurant la promesse d'une cuisine gourmande, de l'assiette dégustée sur place aux plats à emporter chez soi.

À la fois cantine, comptoir et épicerie, Judy est un restaurant 100% sans gluten qui propose une cuisine faite maison élaborée uniquement avec des produits de saison à partir de produits frais, bio et sourcés localement. Dominique Gassin, naturopathe et micronutritionniste australienne, concocte des recettes à partir des préceptes de la naturopathie, et a inculqué au Judy sa philosophie qualitarienne : le goût des bons produits et choix en pleine conscience ce qui est bon pour soi, pour les autres et la planète.

*Cantine, comptoir et épicerie*

## LA CUISINE QUALITARIENNE DE DEMAIN

La cantine Judy est née du constat suivant : d'un côté, une quête de l'alimentation bonne pour la santé sans penser à l'impact sur l'environnement ; de l'autre, des régimes se préoccupant de la planète mais sans se soucier de la santé. L'approche qualitarienne consiste à regrouper ces deux idéaux mais aussi à prendre conscience que se nourrir est un acte militant qui nécessite des choix raisonnés.



Judy s'engage pour une alimentation saine et revendique une philosophie qualitarienne axée sur « un mode de vie bon pour son corps tout en respectant les autres et la planète ». Sans oublier le facteur plaisir, le plus important !

Manger « qualitarien », c'est manger des produits non transformés, sans additif industriel, en privilégiant le frais, le local et la saisonnalité. Mais c'est aussi manger gourmand en combinant les aliments bons pour la santé et les papilles.

## DES RECETTES GOURMANDES INSPIRÉES DE LA NATUROPATHIE

Dominique Gassin, naturopathe et micro-nutritionniste, a grandi en Australie où sa famille lui a appris les bases d'un mode de vie équilibré : une bonne alimentation et beaucoup de sport.

Ses voyages, ses rencontres et la naissance de ses trois enfants ont renforcé l'importance de consommer de manière respectueuse de l'environnement. C'est ainsi qu'elle crée la philosophie « qualitarienne ». Pour partager cette vision holistique, elle ouvre Judy et lui donne le prénom de sa maman.

Chaque saison, Dominique révèle une carte inclusive, respectant les préceptes de la naturopathie, le tout sans gluten, sans sucre raffiné et conçu à partir d'aliments non transformés, biologiques et locaux. Elle s'inspire des saveurs du monde, des recettes traditionnelles et de la sagesse ancestrale en matière de santé.

*Because food is medicine!*





## DES ASSIETTES COLORÉES, ÉQUILBRÉES ET RESPECTUEUSES DE L'ENVIRONNEMENT

Du petit-déjeuner jusqu'au goûter, en passant par l'incontournable brunch, Judy offre une cuisine riche en nutriments, phytonutriments, super-aliments et antioxydants contribuant à soutenir l'équilibre global du corps et de l'esprit.

Sur les tables déambulent des assiettes débordantes de couleurs vitaminées, tels le Buddha Bowl (mélange de crispy tofu, riz remi-complet et légumes de saison crus et cuits), les Scrambled Eggs accompagnés d'un pain aux 5 grains, le Golden Risotto vegan, les Fluffy Paléo Pancakes aux fruits de saison ou le Chia Pudding. Le tout, cela va sans dire, 100% végétal, sans gluten et sans sucre raffiné...

Un engagement qui va bien au-delà de l'assiette puisque Judy est certifié Ecotable, le premier label qui milite pour une restauration durable et qui accompagne les restaurants engagés dans leur transition écologique.

## DES PARTENAIRES LOCAUX

Une sélection de producteurs soigneusement choisis pour la qualité de leurs produits et leurs origines : Le tofu arrive tout droit de la ferme Les petits Evaurys située dans les Yvelines, respectant des méthodes artisanales pour garantir une qualité exceptionnelle et des saveurs authentiques.

Le poulet provient de la ferme Culoiseau dans le Perche, une ferme familiale reconnue pour son élevage respectueux et ses produits savoureux.

Le bacon est issu de la Maison Montalet, entreprise aveyronnaise spécialisée dans l'élevage et la transformation artisanale du porc. Leur engagement envers la qualité et les méthodes traditionnelles se reflète dans chaque tranche de bacon.

Les avocats sont européens, afin d'offrir un produit frais tout en soutenant une agriculture durable.

Une eau purifiée par microfiltration avec le système Castalie, des fontaines fabriquées en France.

Les huiles usagées sont récupérées et transformées en biocarburant durable par Quatra, en Seine-et-Marne.





## DES JUS PRESSÉS À FROID BIENFAISANTS ET DÉTOXIFIANTS

Des jus bons pour la santé, composés uniquement de fruits et légumes ! À l'unité ou en cure.

Fabriqués avec soin dans notre atelier de fabrication sans gluten à Montrouge et grâce à une machine innovante X-1, les fibres sont retirées et le jus est extrait sans recourir à la chaleur. Une méthode de pressage à froid qui permet de préserver tous les nutriments essentiels, offrant ainsi un concentré de vitamines, minéraux et saveurs afin que chaque gorgée apporte un maximum de bienfaits.

Sans fibres, le système digestif est mis au repos, permettant une absorption rapide des nutriments directement dans la circulation sanguine. C'est comme une transfusion sanguine naturelle, pleine de vitalité ! Les jus pressés à froid sont ainsi plus riches en nutriments, meilleurs en goût et beaucoup plus sains que ceux obtenus par d'autres méthodes.

## CAFÉ DE SPÉCIALITÉ

En Australie, le bon café, c'est une religion, un fétichisme érigé au rang d'art. Les amoureux de café vont applaudir la sélection des cafés de spécialités de Judy qui célèbre cet extraordinaire savoir-faire avec la complicité du meilleur torréfacteur de Paris : Coutume.

Au-delà d'une expérience gustative, le café de spécialité se différencie par une traçabilité exemplaire, une préparation par des baristas confirmés et le respect de la saisonnalité des récoltes pour révéler les meilleurs arômes propres à chaque terroir.

Derrière le comptoir, la team de baristas prépare minute une carte ultra pointue : latte au lait végétal, cortado, capuccino, café frappé, iced matcha sans oublier évidemment le flat white, spécialité australienne. Fait rare : on sert un vrai café filtre pour tous les goûts, en mug, servi en cold brew, cafetière Chemex ou le système V60 pour les initiés...







## ÉPICERIES

Entre vente à emporter et produits d'épicerie, Judy propose une sélection de jus pressés à froid, de plats à emporter et de produits d'épicerie tels que beurre d'amande, granola, légumes fermentés, dukkah, huiles MCT, vinaigre de cidre, ghee et infusions. Des produits riches en superaliments pour pimper facilement la cuisine à la maison et remplir ses placards de produits sains de qualité !

Les épicerie sont pensées pour dénicher des produits sains et sans gluten, tout en recevant des conseils en nutrition et des solutions pour améliorer son bien-être au quotidien.



## JUDY FLEURUS

En passant rue de Fleurus, à deux pas du Jardin du Luxembourg, difficile de ne pas remarquer Judy avec sa jolie terrasse ensoleillée et ses stores colorés. Depuis plus de 8 ans, cette cantine et épicerie qualitative anime le 6<sup>ème</sup> arrondissement de Paris et apporte un peu de soleil d'Australie aux habitants du quartier.

Derrière sa devanture végétalisée, Judy cache un havre de bienveillance et de fraîcheur, au design épuré et aux tons doux. L'intérieur lumineux, décoré de bois et de plantes, invite à la détente. Ici, on savoure chaque instant dans un cadre chaleureux, où les ordinateurs sont interdits à l'heure du déjeuner pour inviter à la déconnexion (ou à la reconnexion plutôt), et où la terrasse est non-fumeur pour préserver la bonne santé de tous. Juste au-dessus du restaurant, le cabinet Yellow de Dominique, offre un espace wellness pour une consultation avant de déguster un Buddha Bowl.

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



## JUDY ROUSSEAU - PARIS 1

Après avoir conquis le cœur des habitants de la rive gauche, l'aventure Judy se poursuit avec l'ouverture d'une deuxième adresse, dans le très central 1er arrondissement de Paris, entre la Bourse de Commerce, le Palais Royal et le Musée du Louvre.

Ce lieu typiquement parisien avec ses carreaux de ciment anciens a été pensé comme une adresse accueillante et chaleureuse. Un mélange de matériaux bruts, de bois, de meubles chinés et de plantes donne du caractère à ce lieu authentique.

Au rez-de-chaussée, le comptoir et l'épicerie accueillent les plus pressés à la recherche d'une pause bien-être à emporter. Au premier étage, se niche une jolie salle aux petites arcades, aux lumières douces et avec ses banquettes pour s'installer confortablement et profiter d'un moment qualitatif.

*14 rue Jean-Jacques Rousseau, Paris 1<sup>er</sup>*

## COOLANGATTA GROUP, UNE AFFAIRE DE FAMILLE ET D'AMIS

Coolangatta est une véritable family & friends affair de 6 restaurants et 5 bars situés à Paris et en banlieue proche. Notre marque de fabrique : l'art et l'amour de recevoir avec générosité et bonne humeur.

**Bars et pubs** : Fitzroy, Tiger, Eden Park Pub, Little Temple Bar, la Guinguette de Clamart

**Restaurants** : Loulou Paris, Loulou Antony, Judy Fleurus, Judy Rousseau, Georgette, Archie



[WWW.COOLANGATTA-GROUP.COM](http://WWW.COOLANGATTA-GROUP.COM)  
[@COOLANGATTAGROUP SUR INSTAGRAM](https://www.instagram.com/COOLANGATTAGROUP)





**JUDY FLEURUS**  
*Restaurant & épicerie*

18 rue de Fleurus, Paris 6  
Lundi au vendredi de 8h à 18h  
Samedi et dimanche de 9h à 19h



**JUDY ROUSSEAU**  
*Restaurant & épicerie*

14 rue Jean-Jacques Rousseau, Paris 1  
Lundi au vendredi de 8h à 17h30  
Samedi et dimanche de 9h à 17h30

**CONTACT PRESSE**

[deborah@coolangatta-group.com](mailto:deborah@coolangatta-group.com)