

JUDY ROUSSEAU

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



**Vente à emporter, épicerie et dégustation
sur place avec ou sans réservation.**



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

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 qualitarrien
jusqu'à 11h

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.

- 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
Supplément bacon de la Maison Montalet +3€
Supplément halloumi +3€
- AVOLOCO PANCAKES** 13
avocat EU, fruits de saison, chantilly coco, noix, sirop d'érable
Supplément bacon de la Maison Montalet +3€
Supplément œuf poché +2€
- QUINOLA BOWL** 10
quinoa, granola, 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 15h



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 <i>Supplément œuf poché +2€</i>	16		
SCRAMBLED EGGS trois œufs brouillés, bacon <i>de la Maison Montalet</i> ou halloumi, pain aux graines JUDY , dukkah rouge JUDY , jeunes pousses	16		
AUTUMN BOWL green falafels, houmous coloré, œuf poché, chou kale, légumes d'automne, vinaigrette au curcuma, super seeds JUDY	19		
JUDY'S DHAAL 	19		
lentilles corail, riz semi-complet, tofu de la ferme des <i>Petits Evaury</i> s, coco, gingembre, coriandre			
EXTRAS			
bouillon au choix by JUDY	6	riz semi-complet	3
frites et aïoli	6	légumes d'automne	4

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.



VEGAN

DESSERTS

jusqu'à 15h

CHEESECAKE CRU 	9
fruits de saison, crème de cajou, noix, noisettes, dattes	
GÂTEAU CRU AU CHOCOLAT 	9
chocolat noir, noix, noisettes, dattes	
JUDY'S MACARON	9
compotée de fruits de saison, caramel de panais	
CHIA PUDDING 	9
graines de chia, fruits de saison, lait de coco, graines de courge	
QUINOLA BOWL	10
quinoa, granola, yaourt de brebis, miel, confiture JUDY , pollen	
BANANA BREAD "FRENCH TOAST"	12
banana bread toast, crème de châtaigne, compotée de pomme muscade, sirop de datte	

JUDY'S BAKERY

TAKE A CAKE BREAK À PARTIR DE 15H 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	

DRINKS

Café de spécialité TORRÉFIÉ À PARIS PAR COUTUME

ESPRESSO	3
CAFÉ ALLONGÉ	3
DOUBLE ESPRESSO	4
CAFÉ FILTRE	4
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

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