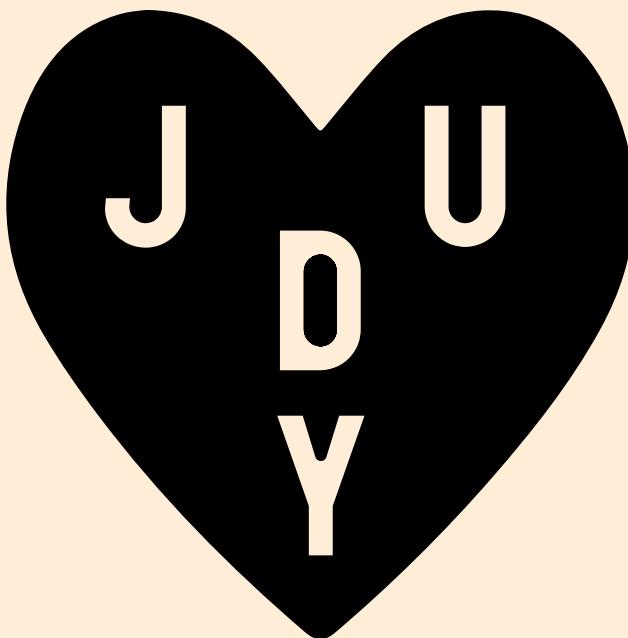


JUDY ROUSSEAU

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 qualitaire par Dominique Gassin, naturopathe australienne.

« Être qualitaire, 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

PURIST DIGESTION

Concombre, blette, fenouil, chou kale, épinards, carotte, céleri, persil, coriandre, citron

PURIFY LÉGÈRETÉ

Céleri, 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

Cold-pressed shots JUDY

6CL

FORTIFY RÉCUPÉRATION

Pomme, citron, gingembre, piment de Cayenne

RISE COUP DE FOUET

Gingembre, eau minérale

Naturopathic smoothie

JUSQU'À 15H

10

GOLDEN GLOW

Mangue, coco, orange, pomme, curcuma, graines de lin

BREAKFAST

sans gluten et qualitarien
jusqu'à 11h

TARTINES BY JUDY

7

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

SCRAMBLED EGGS

13

Trois œufs brouillés, pain aux graines JUDY,
légumes fermentés, dukkah rouge JUDY
Supplément bacon français de la Maison Mantalet +2€
Supplément halloumi +3€
Supplément truite fumée +6€

AVOLOCO TOAST

17

Avocat, œuf poché, légumes de saison rôtis, pain aux graines JUDY,
dukkah rouge JUDY, kimchi JUDY
Supplément bacon français de la Maison Mantalet +2€
Supplément halloumi +3€

FLUFFY PALEO PANCAKES

13

Poire, noix, sirop d'érable
Supplément bacon français de la Maison Mantalet +2€

GRANOLA BOWL

10

Yaourt de coco, fruits de saison, copeaux de coco toastés, granola JUDY

CHIA PUDDING

9

Graines de chia, mangue, lait de coco, lait d'amande, graines de courge

BANANA BREAD "FRENCH TOAST"

12

Banana bread toasté, poire, châtaigne, pollen



VEGAN

LUNCH

de 11h à 15h

BOUILLON AU CHOIX EN ACCOMPAGNEMENT D'UN PLAT

7

Poule ou Légumes

Commencer par un bouillon c'est préparer la digestion en douceur.

Riche en minéraux, il nourrit, reminéralise et équilibre le corps avant le repas.

GREENS & EGGS

16

Trois oeufs brouillés, pain aux graines, légumes d'automne, jeunes pousses, pickles d'oignons rouges

Supplément bacon français de la Maison Mantalet +2€

Supplément truite fumée +6€, Supplément halloumi +3€

AVOLOCO TOAST

17

Avocat, œuf poché, légumes de saison rôtis, pain aux graines **JUDY**, dukkah rouge **JUDY**, kimchi **JUDY**

Supplément bacon français de la Maison Mantalet +2€

Supplément halloumi +3€

GALETTE DU JARDIN

17

Sarrasin, kale, champignons de Paris, féta, œuf poché, mâche, pickles d'oignons rouges, dukkah vert

Supplément bacon français de la Maison Mantalet +2€

Supplément truite fumée +6€, Supplément halloumi +3€

JUDY'S TAJINE

19

Poulet français des *Poulardes Saint-Martory*, courge, champignons, céleri, graines de courge, pickles d'oignon rouge, citron confit, millet

BALI BOWL

18

Crispy tofu de la Ferme des Petits Evaury, légumes cuits, crus et fermentés **JUDY**, sauce satay amande, riz basmati semi-complet infusé à la noix de coco

KID'S BENTO JUST FOR KIDS

15

Poulet français des *Poulardes Saint-Martory*, légumes d'automne, riz basmati semi-complet, compote, Ice-Tea maison

EXTRAS EN ACCOMPAGNEMENT D'UN PLAT

Bouillon au choix	7	Légumes d'automne	6
Soupe du jour	6	Halloumi	3
Riz semi-complet	3	Truite fumée	6



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

DESSERTS

jusqu'à 15h

MOUHALABIEH

Crème au lait d'amande, fleur d'oranger, pistaches, sirop de dattes

8

GÂTEAU CRU AU CHOCOLAT

Chocolat noir, noix de pécan, noisettes, dattes

9.5

WARM CRUMBLE

Fruits de saison, glace végétale vanille coco

9.5

CHEESECAKE CRU

Agrumes, crème de cajou, shortbread

9

COMPOTE ET MADELEINE

Compote aux fruits de saison

8

BANANA BREAD "FRENCH TOAST"

Banana bread toasté, poire, châtaigne, pollen

12

JUDY'S BAKERY

CINNAMON ROLL

5

MADELEINE

2.5

AUSSIE COOKIE

4

MADELEINE CHOCO

3

COOKIE CAJOU

4

CAKE CITRON PAVOT

5

BROWNIE

6

CARROT CAKE

5

COLLAGEN BAR

5.5

BANANA BREAD

7

Toasté et almond butter **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
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, angelique, romarin, verveine odorante, sarriette, menthe poivrée, souci

RÉCOLTE D'HIVER

Cannelle, réglisse, orange douce, cynorrhodon, cardamome, badiane, tilleul

BELLE PLANTE

Rose de damas, frêne, framboise, ortie, baie rose, tilleul

L'ÉLIXIR

Gingembre, oranger bigaradier, citron, combava

PRIX NETS EN EUROS SERVICE COMPRIS

GINGER LEMON	Citron, miel, gingembre	6.5
SWITCHEL	Citron, gingembre, vinaigre de cidre, sirop d'érable	6.5

Naturopathic lattes 6.5

ROSE LATTE Pétales de rose, coco, shatavari, cardamome

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

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 humain. Essentiel à la structure de la peau, des articulations, des tendons et du cartilage, il contribue à leur souplesse et à leur élasticité. Il aide à préserver une peau éclatante et favorise la récupération musculaire.

Fresh drinks

ICE TEA MAISON 33CL 6

CITRONNADE MAISON 33CL 6

LIMONADE UMA 33CL 6

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

Alcools & vins bio

BIÈRE BLONDE SANS GLUTEN 25CL 6

VERRE DE VIN NATURE Rouge, blanc ou rosé 14CL 8

N'HÉSITEZ PAS À NOUS DEMANDER LA LISTE DES ALLERGÈNES DISPONIBLE AU COMPTOIR



**RETRouvez nos produits
d'épicerie J U D Y**

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**