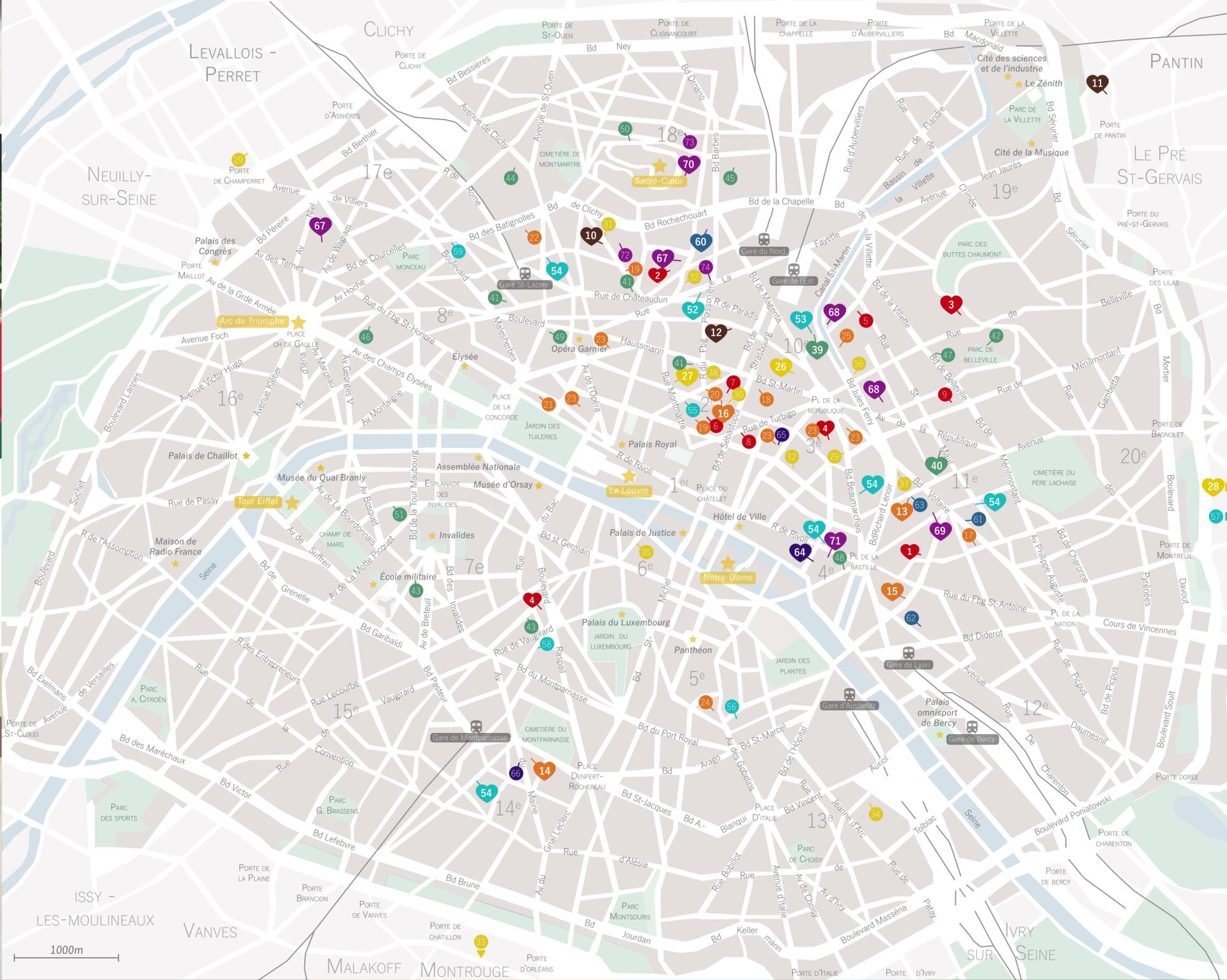




Ma carte est dispo en ligne !
Retrouve aussi mes articles,
actus et événements sur :
@vegantouristparis



EATiC
LES RESTOS VEGAN ET VEGAN-FRIENDLY LIVRÉS CHEZ TOI !
10 € offerts sur ta première commande*
Code : VEGANTOURIST10
minimum de commande : 15€
eatic.fr

DU VERT EN BOCAL
L'ÉPICERIE 100% VRAC, BIO ET VÉGÉTALE
Fruits & Légumes
Crèmerie végétale
Tofu, seitan
Épicerie sèche
Épicerie liquide
Cosmétiques & entretien
11, rue St Paul (4e arr)
DuVertEnBocal.fr

Solia
Pâtisserie
Traiteur événementiel
Végétal
Gourmand
Sans gluten
Responsable
-5% si vous mentionnez la Vegan Tourist Map !
Eoliapatisserie.com
contact@eoliapatisserie.com

LOUVE ALPHA
by Oumy HK
Consulting - Événementiel - Relations Publiques
FAIR SHOT
ETHICAL PHOTOGRAPHY

TU AS PRIS TA BEDOUZE CE MATIN ?
VITAMINE B12 D'ORIGINE NATURELLE
LA BÉ DOU ZE
GOÛT FRAMBOISE
CONTRIBUE À RÉDUIRE LA FATIGUE*
120 COMPRIMÉS À CROQUER 1 PAR JOUR
LESBIOFRÈRES.FR
SINON RENDEZ VOUS SUR **LESBIOFRÈRES.FR** AVEC TON CODE PROMO DE 10%
BEDOUZE10

YUMGO
ON A RÉINVENTÉ L'ŒUF !
Remplacez l'œuf pour des recettes 100% végétales
Retrouvez nos produits sur **yumgo.shop**

VegOresto
Découvre où manger végane autour de toi !
+ de 3 000 spots partout en France
Dispo sur **L214**

VEGANPRATIQUE
S'informer et se lancer pour un monde meilleur
Végane : pourquoi ?
Bien débuter
Côté cuisine
Conseils nutrition
Des réponses sur **vegan-pratique.fr**

Un produit cosmétique végane dans du plastique n'est pas sans cruauté.
Vous pouvez aller jusqu'au bout de votre engagement !
Biotanie
La cosmétique faite pour vous.

ON TRANSFORME LES DÉCHETS ALIMENTAIRES EN CHAUS-SURES.
DÉCOUVRE NOTRE COLLECTION FAITE À PARTIR DE CUIR DE POMME ET TENTES MILITAIRES "UPCYCLES"
VIRON
VIRON-WORLD.COM
Auteur-éditeur : Frank-Stéphane Adandé, alias Lièvre Taquin®.
Photos fournies par les enseignes représentées. Tous droits réservés.
Reproduction sans autorisation interdite. Échantillon gratuit, ne peut être vendu. Ne pas jeter sur la voie publique.
Publié en janvier 2022 en 10 000 exemplaires, sur papier recyclé. Imprimeur : Imprimeur du Roi. À la date de publication du guide, toutes les adresses référencées sur cette carte proposent une offre 100% végétalienne.
Le secteur de la restauration étant en constante évolution, certaines informations sont susceptibles de devenir incomplètes et/ou obsolètes. Si possible, vérifiez en ligne ou appelez directement le lieu.
Une remarque, une question ? Mon adresse e-mail : contact@lievretaquin.fr



ASIATIQUE

Râmen, pho, tom kha...



COFFEE SHOP

Lattés, thés, gâteaux, plats simples



FAST FOOD

Burgers, kebabs, pizzas...



HEALTHY

Plans sains et équilibrés



SUR LE POUCE

Sandwiches, wraps, bowls...



TRADITIONNEL

Spécialités culinaires françaises



1 Mori Café

Japonais authentique. Râmen, katsu curry, bentô, desserts matcha... Déco japonisante, tatami en mezzanine, terrasse. Plat 13,5-16€ | Pâtisserie 3,5-6,5€ | Boisson 3-5,5€ Mar-Dim 12-18h + Ven 18h30-21h30 2 r Taillandiers (11*) M8 Ledru-Rollin 5 Bréguet-Sabin Tél 01 48 06 19 72



13 Aujourd'hui Demain

Concept store végane : boutique et restaurant. Confort food créative, pâtisseries sans gluten. Brunch le w-e. Menu complet 19€ | Pâtisserie 3,5-5,6€ | Boisson 4-5€ Lun-Jeu 11-19h | Mar-Dim 11-22h30 42 r du Chemin Vert (11*) M8 St-Ambroise Tél 09 81 65 20 01



26 Les Tontons Veg

Burgers aux buns boulangers, inspi cuisines du Monde. Frites provençales, calzone choco... Burger 9-12€ | Side 3,5-6€ | Salade, sandwich 8-10€ Mar-Ven 12-15h, 19-22h30 | Sam 12-22h30 9 r de Lancy (10*) M3 5 8 9 11 République Tél 01 40 38 98 41



39 Sol Semilla

Resto-boutique : cuisine aux superaliments. Bowls, plats complets, soupes, pâtisseries, jus vitaminés... Bucolique. Formule déj 19,5-23,5€ | Assiette 14-15,50€ (soir 17€) Mar-Ven 12-15h, 19-22h30 | Dim 11h30-15h15 23 r des Vinaigriers (10*) M5 Jacques Bonsergent Tél 01 42 01 03 44



52 Veggie Tasty

Composez votre wrap ou bowl ! Ingréd frais, 'viandes' et 'fromages' végétaux, sauces maison... 3 tables pour 4. Wrap/Bowl 8,5-10€ | Menu 10,5-15€ | Desserts 2€ Lun-Ven 12-15h, 19-21h30 | Sam 12-17h 78 r Lafayette (9*) M7 Cadet Tél 09 84 28 80 02



64 Le Potager du Marais

Bourguignon, blanquette, cassoulet, crème brûlée... Bio, offre saison longue. Grande salle, terrasse. Entrée 8-10€ | Plat 14-18€ | Dessert 7-8,5€ Mar-Dim 12-15h, 19-22h30 26 r St-Paul (4*) M1 St-Paul Tél 01 57 40 98 57 (Réservation conseillée)



2 La Palanche d'Aulac

Vietnamien : soupes pho, bô bún, nems, brochettes de viande végétale, gâteaux, desserts crémeux... Chaleureux. Entrée 6,5-9€ | Bol 11,5-16,9€ | Dessert 6€ Lun-Mar, Ven-Dim 12-15h, 18h30-23h | Jeu 18h30-23h 13 r Rodier (9*) M7 Cadet Tél 09 80 63 83 69



14 Sweet Rawmanca

Resto & salon de thé. Burgers, bowls, pizzas crues, pâtisseries crues,brunchs...Lieu mignon. Terrasse couverte. Plat 12€ | Menu 15€ | Part de gâteau 3,5-7,5€ Lun-Jeu 11-22h | Ven 11-16h | Dim 12-18h (brunch) 83 r Daguerre (14*) M8 Gaité 4 6 Denfert-Rochereau Tél 09 81 65 20 01



27 Mopa

Berliner kebabs, burgers aux buns boulangers, bowls, allégères, boissons chaudes...100% fait maison. Cosy. Bowl 8,9€ | Sandwich+side 9,9€ | Grand menu 13,9€ Mar-Jeu 12-14h | Ven 11-16h | Dim 12-22h30 17 r du Croissant (2*) M3 Sentier 8 Gds Boulevards Tél 09 81 24 98 93



40 Resto Naturo

Cuisine par cheffe naturopathe diplômée. Bio et sans allérgènes. Cadre cosy. Brunch le dim. Entree+plat-dessert 15,5€ (18,5€ w-e + fêtes) | Brunch 24,5€ Mar-Sam 12-15h15 | Dim 11h30-15h15 77 r St-Maur (11*) M3 Rue St-Maur Tél 09 81 23 26 26



53 Plan D

Sandwichs chauds créatifs, gourmands et de saison. Sundaeas faits maison. Terrasse + 5 places en intérieur. Sandwiches 9€ | Sandwich+side 13€ | Sundae 5€ Lun-Ven 12-15h, 19-21h30 | Sam-Dim 12-21h30 22 r des Vinaigriers (10*) M5 Jacques Bonsergent Web : daimantcollective.com



65 Bonnard

Cuisine traditionnelle revisitée, créative et 100% maison. Blanquette, parmentier, lasagnes... Vins bio. Cadre élégant. Plat 13,5-15€ | Entrée/Dessert 7€ | Vin 6-9€ Mar-Sam 9-23h30 18 r des Gravilliers (3*) M3 11 Arts et métiers Tél 01 45 31 89 60



3 Itadakizen

Spécialités japonaises. Bentos, sushis, râmens, salades wakame, desserts... Izakaya cosy et intimiste. Plat 10-14€ | Dessert 3,5€ Mar-Sam 12-15h, 18-20h 12 r Pradier (19*) M11 Pyrénées Tél 01 42 85 15 40 (Réservation recommandée)



15 Comptoir Veggie

Menu évolutif : buddha bowls, sandwichs, grilled 'cheese', pâtisseries, café de spécialité. Déco végétale. Pâtisserie 1,2-3,5€ | Plat 7,5-13€ | Boisson 2,5-5,5€ Mar-Ven 9-16h | Sam 11-17h 75 av Ledru Rollin (12*) M8 Ledru-Rollin Tél 01 71 26 56 82



28 Putsch

Fast-good & café créatif et de saison. Hot-dogs, burgers, gâteaux. Sauces et pickles maison. Brunch dim. Spacieux. Sandwich 8,5€ | Sandw+side+cookie 14€ | Brunch 24€ Lun-Sam 9-16h | Dim 10-15h 21 bd Rouget de Lille (Montreuil, 93) M9 Mairie de Montreuil | Tél 09 54 84 57 49



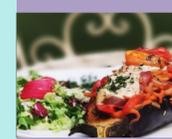
41 So Nat

Cantine : buddha bowls créatifs, gâteaux, jus pressés... Fait maison. Bowl 10€ | Dessert 3-4€ | Formule 9-16€ Lun-Ven 11h30-15h • 9 r de Laborde (8*) M3 9 12 13 14 St Lazare • 5 r Bourdaloue (9*) M12 Notre-Dame de Lorette • 18 r St-Fiacre (2*) M8 9 Grands Boulevards



54 Land&Monkeys

Boulangerie-pâtisserie & café. Viennoiseries, cookies, tartelottes, sandwichs, salades... Chaleureux. Viennoiserie 1,20-2,50€ | Sandw 5-6€ | Formule 10,50€ 86 bd Beaumarchais (11*) | 158 r de la Roquette (11*) • 5 r Raymond Losserand (14) | 54 r d'Amsterdam (9*) 2 r de Turenne (4*) | Web : land-and-monkeys.com



66 Maison Sukoon

Cuisine franco-indienne de saison. Quiches, blanquette, malai kofta, lassu... Traiteur végé mais resto 100% végane. Plat 10-18€ | Gâteau 6€ | Lassi 5€ | Brunch 28€ Mar-Sam 11h30-15h30, 18h30-22:30 | Dim 10h30-16h 142 av du Maine (14*) M4 6 12 13 Montparnasse Tél 01 45 49 39 88



4 La Maison du Mochi

Salon de thé chaleureux servant 'mochis' artisanaux - pâtisseries traditionnelles japonaises. Saveurs variées. Mochi 3,5-4€ | Boisson 2,5-6€ Mar-Dim 11-19h30 • 39 r du Cherche-Midi (6*) M10 12 Sévres-Babylone • 120 r de Turenne (3*) M8 Filles du Calvaire



16 Spirulina

Curry, potages, grillé 'cheese', burgers, pâtisseries... Tout fait maison. RDC + mezzanine. Lumineux. P'tit déj 7-8€ | Plat 9-13€ | Pâtisserie 4€ Lun-Ven 9-16h30 | Dim 11-16h30 186 r St-Denis (2*) M3 4 Réaumur-Sébastienopol Tél 06 28 74 79 02



29 Burger Theory / Theory

• Burgers, buffalo wings, desserts... Fait maison. Cosy. Burger 9,5€ | Side/Dessert 3,5€ | Menu 14,5-17€ 11 bd Filles du Calvaire (3*) | 7/7 11h30-22h • Burgers & burritos quinoa 9,5€ | Bowls 12-13€ | Menu 14,5-18€ | 32 r Louise Michel (Lavallois, 92) 7/7 11h30-14h30, 18h30-22h



42 Les Bols d'Antoine

Buddha bowls, pad thai, jus detox, gâteaux, brunchs... Chaleureux, lumineux. Terrasse couverte, vue sur Paris. Entrée 6€ | Bol/Plat 12-15€ | Dessert 5€ Mar-Mer 11h30-17h30 | Jeu-Ven 11h30-23h | Sam-Dim 10-23h | Tél 09 82 43 80 53 10 r des Envierges (20*) M11 Pyrénées 2 Couronnes



55 Eve Sandwicherie

Sandwichs avec baguette ou focaccia, cookies, cheesecakes, chia puddings... Bio & fait maison. Sandwich 6€ | Dessert 2-4€ | Menu complet 10€ Lun-Ven 9-18h, Sam 10-18h 37 r d'Aboukir (2*) M3 Sentier Tél 06 70 18 69 35



GOURMET

Cuisine raffinée et cadre élégant



5 Bodhi Vegan

Vietnamien. Plats avec 'viandes' et 'poissons' à base de soja. Tempuras, salade de mangue, raviolis, marmites... Entrée 7€ | Plat 9€ | Dessert 5€ Lun-Sam 11h30-14h30 + Lun-Dim 18h30-22h30 23 av Claude Vellefaux (10*) M2 Colonel Fabien Tél 01 42 85 33 78



17 Grounded

Cinammon rolls, granolas, morning toasts, tartes, brownies, avocado toasts... Cosy, tamisé. Toast 10-11€ | Petit déj 9€ | Gâteau 3-6€ Lun, Jeu, Ven 9-15h | Sam-Dim 9h30-16h 101 r de Charonne (11*) M9 Charonne Insta @grounded_paris



30 Furahaa

Burgers, burritos, hot-dogs, cookies, sodas équitables. Engagé dans l'emploi de personnes sourdes et signantes. Burger+frites+boisson 9,9-12,8€ | Cookie 2€ 7/7 11-01h 78 r Réaumur (2*) M3 4 Réaumur-Sébastienopol Web : furahaa.com



43 apéti

Cuisine gourmande bio de saison. Soupes, poké, bowls, plats du jour, pâtisseries, jus frais detox... Entrée 6-9€ | Plat 13-18€ | Dessert 6-8€ | Formule 11-21€ apéti Recherche-midi 72 r du Cherche Midi (6*) Mer-Sam 8h30-15h, 19-21h30 (Lun-Mar : ouvre à 12h) apéti Ségur 21bis av de Ségur (7*) | Lun-Ven 12-16h



56 Juice Box

Bowls équilibrés à composer soi-même. Desserts maison, jus de fruits pressés. Take-away uniquement. Bowl medium + dessert 12,5€ Lun, Mer-Ven 9-15h | Mar, Sam 9-16h 115 r Monge (5*) M7 Censier Daubenton Tél 07 66 86 26 21



68 Soya

Plats d'inspi internationale, vins, pâtisseries, verrines... Chic-décontracté | Entrée 7-12€ | Plat 18€ | Dessert 8€ • 20 r de la pierre levée (11*) M3 5 8 9 11 République Lun-Sam 12-14h30, 19-23h | Dim 11h30-15h • 'Comptoir bio' : 106 quai de Jemmapes (10*) M5 J. Bonsergent | Insta @soycantinebio



6 BrEAThe - Montorgueil

Cuisine d'inspi japonaise, créative et gourmande. Makis, uramakis, râmen, desserts matcha... Ambiance 'izakaya'. Entrée 6,5-8,5€ | Plat 9-10€ | Dessert 9€ Mer-Sam 12-14h30, 18h30-22h | Dim 12-14h30 3 r Mandar (2*) M3 Sentier 4 Étienne Marcel Tél 06 26 56 26 20



18 Yogamour

Centre de yoga, méditation et massages. Açaï bowls, smoothies, energy balls, gâteaux... Cosy, chaleureux. Gâteau 3,9-4,5€ | Açaï bowl 9€ | Soupe/Cheese toast 7,5€ Lun-Ven 9-19h | Sam 10h30-19h | Dim 11-18h 76 r N-D de Nazareth (3*) M4 8 9 Strasbrg St-Denis Tél 09 77 50 94 68



31 Jimmy's Street Food

Sub sandwiches, tenders, mac 'n'cheese, caesar salads, cookies, boissons bio, 100% fait maison. Plats 9€ | Petit menu 11,5€ | Grand menu 13,5€ 7/7 12-00h 4 r Pierre Fontaine (9*) M2 12 Pigalle Tél 06 67 32 99 27



44 My Kitch'n

Cuisine familiale sans soja. Burritos, chilis, risottos, falafels, plats du jour... Cosy, style kitch. Traiteur. Plat 14€ | Dessert 4-7€ Mar-Dim 12-15h 82 r Lemercier (17*) M13 Brochant 14 Pont Cardinet Tél 06 16 15 44 74



45 Le Myrha

Cuisine d'inspi internationale : mafés, falafels, chilis, carrot cakes. Bio. Cantine spacieuse, lumineuse. Plat 11,5€ | Entrée ou dessert + plat + boisson 16€ Mar-Sam 11h30-23h 70 r Myrha (18*) M11 Rambuteau | 09 72 44 03 99



69 The Friendly Kitchen

Cuisine gourmande, raffinée, bio et de saison. Inspiration cuisines du Monde. Vins, bières artisanales. Chaleureux. Plat 16€ | Dessert 8€ | Pancakes (brunch) 9,5€ Mar 19-22h30 | Mer-Sam 12-14h30, 19-22h30 8 r Popincourt (11*) M9 Voltaire 1 5 8 Bastille Tél 01 43 57 33 42



7 Kapunka Vegan

Spécialités thaï. Salade papaye verte, tom kha, kao tam, curry vert, jaune... Petit intérieur, terrasse calme. Entrée 10€ | Plat 16€ | Dessert 9€ Mar-Sam 12-15h, 19-22h30 4 r de Damiette (2*) M4 8 9 Strasbourg-St-Denis Tél 01 42 33 78 99 (Réservation recommandée)



19 Cloud Cakes

Pâtisseries, boissons chaudes, lattés glacés, jus pressés, buddha bowls... Brunch le dim. Pâtiss 4€ | Déj 12-20€ | P'tit déj 4-11€ | Boisson 2,5-6€ Lun-Sam 9-19h, Dim 11h30-15h30. • 32 r N des Archives (9*) M11 Rambuteau | 09 72 44 03 99 • 6 r Mandar (2*) M3 Sentier 1 4 7 11 13 Châtelet



32 Hank Burger

Burgers créatifs aux buns boulangers. Potatoes, desserts maison, sodas équitables... Options sans gluten Burger 9-11€ | Menu 14-16€ | Dessert 2-5,5€ Ouverts 7/7 midi et soir. Appeler pour détails ! • 32 r N des Archives (9*) M11 Rambuteau | 09 72 44 03 99 • 8 r de Rochechouart (9*) M7 Cadet | 01 83 62 00 06



43 Victor & Germaine

Burgers, salades composées, pâtisseries. Bio et 100% fait maison. Déco boisée-végétale. Burger 10€ | Side/Dessert 4€ Lun-Sam 12-14h30 + Ven-Sam 18-22h 80 av du Général Leclerc (Bourg-la-Reine, 92) RER 8 Bourg-La-Reine | Tél 06 98 84 67 02



46 Florian

Plats complets 100% maison, à partir d'ingrédients bruts, bio et de saison. Take-away uniquement. Formule 8-12€ Lun-Sam 12-14h30 + Ven-Sam 18-22h 30 r Washington (8*) M1 Georges V Tél 09 54 48 76 45



70 Urban Greener

Cuisine raffinée et généreuse. Carte suivant les saisons. Légumes bourguignon, 'omelette', riz au lait... Bucolique. Plat 16€ | Entrée/Dessert 7-9€ | Brunch 20-28€ Mer-Sam 19-22h + Sam 12-14h30 + Dim 11h30-15h30 30 r Muller (18*) M4 Château Rouge 12 Abbesses Tél 07 55 35 67 58 (Réservation conseillée)



8 Riz Riz

Le riz sous toutes ses formes ! Curry thai, gaufres exotiques, dahl, massala... Déco branchée. Entrée 8€ | Plat 14-15€ | Dessert 6-8,5€ Lun-Ven 12-15h, 19-23h | Sam-Dim 12-16h, 19-23h 221 r St Martin (3*) M3 11 Arts et Métiers Web : riz-riz.com (Réservation recommandée)



20 Boneshaker Donuts

Donuts artisanaux aux saveurs variées. Café haut de gamme. Nouvelle salle, 12 places en intérieur. Donuts 3,5-5€ | Café 2-5€ Mar-Ven 8h30-17h | Sam-Dim 19-17h 86 r d'Aboukir (2*) M3 Sentier Web : boneshakerparis.com



34 Season Square

Burgers au pain brioché maison, soupes, frites, cinammon buns. Tout fait maison. Cadre lumineux. Burger 8,5€ | Bol 11,5€ | Soupe 3-5€ | Side/Dessert 3€ Lun-Sam 12-14h30 + Sam 19-22h 3 r Louise Weiss (13*) M6 Chevaleret 14 Biblio F. Mitterand | Tél 09 86 72 86 15



47 Cantine Primeur

Carte évolutive : bô bún, lasagnes, houmous... Desserts, boissons chaudes. Vins & bières. Style bistrot de quartier. Plat + entrée ou dessert ou jus 16€ | Jus 25€ 6€ 7/7 12-14h30 + Ven-Sam 19-22h 4 r Lemon (20*) M2 11 Belleville Tél 01 71 70 95 29



60 Ara Chocolat

Chef chocolatier-torrefacteur. Équitable, écologique. Pralinés, tablettes, chocolats chauds, bonbons... Tablette 70g 8,5€ | Bonbons 50g 4,5€ | 8 pralinés 9,5€ Mer-Ven 11-18h30 | Sam 11-18h 54 r de Dunkerque (9*) M2 4 Barbès-Rochechouart Tél 06 70 09 87 75



71 B Better

Midi + sandwiches/tacos/burgers. Soir : tapas & BBQ, cocktails artisanaux, bières/vins. Saisonnier. Cosy. Tapas 5,5€ | Tacos 9€ | Burger+side 16€ | Dessert 6€ Mer-Ven 12-15h, 18h30-22h30 | Sam 12-22h30 | Dim 12-17h | 26 r Beautreillis (4*) M1 5 8 Bastille Tél 07 88 37 63 81



9 Toutofu

Fusion asiatique. Tofu artisanal à partir de soja bio français, nouilles artisanales, raviolis, soupes... Plat principal 8-12€ | Menu simple 15€ 12-15h Mar-Sam 11 r Moret (11*) M2 Couronnes Tél 01 83 96 53 61 | Web : toutofu.com



21 Maisie Café

Tartes aux légumes, avocado toasts, granolas, jus frais, plats chauds, salades, sandwichs, gâteaux... Branché. Plat 7-10€ | Jus 25€ 6-8,80€ | Dessert 4-6€ Lun-Ven 9-16h 32 r du Mont Thabor (1*) M1 8 12 Concorde Tél 01 40 39 99 16

