



# COSECHA FRESCA

SEMANA DEL 9 DE OCTUBRE 2022



MARKON  
ESSENTIALS

# ENFOQUE

## Iceberg

Los abastos de la lechuga iceberg escasean. Los mercados están subiendo rápidamente mientras los agricultores manejan los suministros por el resto de la temporada del Valle de Salinas. Espere mercados elevados hasta que la transición hacia Yuma, Arizona y el Desierto Imperial se complete para mediados de noviembre.

## Lechuga Orejona Verde y Romana

Los abastos de la lechuga orejona verde escasean; las existencias de la lechuga romana están limitadas. Los precios siguen subiendo mientras la demanda crece. La calidad está justa siguiendo la ola de calor y las lluvias recientes en los Valles de

## Brócoli

Los mercados están altos debido a que la calidad ha estado mediocre durante los últimos 7-10 días; el rendimiento ha disminuido a nivel del campo. La pudrición del tallo prevalece en múltiples regiones agrícolas, resultando en la mala apariencia y la vida de estante corta.



## PEPINOS

- Los precios están mejorando.
- Los suministros de la Costa Oeste están aumentando ya que la producción está retornando siguiendo el clima severo en México.

## CILANTRO

- Los mercados están mejorando.
- Condiciones de cultivo más favorable en el sur de California han dado aumento al rendimiento y han reducido los problemas de calidad.

## COLIFLOR

- Los precios seguirán levemente elevados hasta que las regiones agrícolas del desierto comiencen a cosechar para mediados o fines de noviembre.
- Los abastos escasean ya que los agricultores están trabajando con campos llenos de problemas de calidad debido a la presión de las plagas y las enfermedades; la ola de calor estresó las plantas durante su ciclo de desarrollo.

# COSECHA FRESCA

SEMANA DEL 9 DE OCTUBRE, 2022



manzanas

| REGION | SUPPLIES | QUALITY | PRICE  |
|--------|----------|---------|--------|
| CA     | ///      | *****   | \$\$\$ |
| MI     | ///      | *****   | \$\$\$ |
| WA     | ///      | *****   | \$\$\$ |

La nueva cosecha de Washington de las manzanas Fuji, Gala, Golden Delicious, Granny Smith, y Red Delicious ya está disponible. Las cantidades están altas. La calidad está excelente.



espárragos

| REGION  | SUPPLIES | QUALITY | PRICE  |
|---------|----------|---------|--------|
| MEX     | ///      | *****   | \$\$\$ |
| PERU/FL | ///      | *****   | \$\$\$ |

El mercado mexicano ha mejorado; los suministros de Baja abundan. MFC Espárragos están disponibles.



aguacates

| REGION | SUPPLIES | QUALITY | PRICE  |
|--------|----------|---------|--------|
| CA     | ///      | *****   | \$\$\$ |
| MEX    | ///      | *****   | \$\$\$ |
| PERU   | ///      | *****   | \$\$\$ |

Los precios se mantienen. La temporada del otoño de California está concluyendo. Los abastos mexicanos y peruanos son suficientes. La calidad está muy buena. RSS Aguacates en Trozos, Mitades, Guacamole Pico de Gallo, y Pulpa Pura están disponibles.



pimientos verdes y rojos

| REGION     | SUPPLIES | QUALITY | PRICE  |
|------------|----------|---------|--------|
| CA         | ///      | *****   | \$\$\$ |
| CAN        | ///      | *****   | \$\$\$ |
| EAST COAST | ///      | *****   | \$\$\$ |
| MEX        | ///      | *****   | \$\$\$ |

La producción en la Costa Este parece que no ha sufrido daños significantes debido al Huracán Ian, pero los agricultores siguen evaluando los campos. La región agrícola de Hollister/Gilroy, California está en medio de su descenso estacional. La temporada de los pimientos verdes de California comenzará para mediados de octubre; los pimientos rojos se cosecharán tres o cuatro semanas después. MFC y Markon Essentials® (ESS) Pimientos Verdes y Rojos están disponibles.



zarzamoras

| REGION | SUPPLIES | QUALITY | PRICE  |
|--------|----------|---------|--------|
| CA     | ///      | *****   | \$\$\$ |
| MEX    | ///      | *****   | \$\$\$ |

Los precios están bajos. Las cosechas mexicanas se están recobrando muy bien después de las lluvias de la semana pasada. Los suministros de California abundan; la región agrícola de Santa María está en su punto culminante de su cosecha. La calidad está muy buena: el tamaño de las bayas es grande y el sabor es acidulado dulce.



arándanos azules

| REGION | SUPPLIES | QUALITY | PRICE  |
|--------|----------|---------|--------|
| MEX    | ///      | *****   | \$\$\$ |
| PERU   | ///      | *****   | \$\$\$ |

Los mercados están bajos. La producción en México seguirá impulsándose rápidamente. Las cantidades de Baja están altas esta semana, pero deberán bajar ya que el punto culminante de la cosecha del otoño ha pasado. Los suministros peruanos están aumentando. La calidad está muy buena: el tamaño está grande y el sabor es dulce, pero acidulado.

# COSECHA FRESCA



**brócoli**

| REGION | SUPPLIES | QUALITY | PRICE  |
|--------|----------|---------|--------|
| CA     | ///      | *****   | \$\$\$ |
| MEX    | ///      | *****   | \$\$\$ |

Los precios están altos debido a que la calidad ha estado mediocre durante los pasados 7-10 días; el rendimiento en California está bajo. La pudrición del tallo prevalece en múltiples regiones agrícolas, resultando en mala apariencia y la corta vida de estante. MFC Brócoli está disponible en California; Markon Best Available® (MBA) Brócoli está disponible en el Sur de Texas.



**cantalupo**

| REGION | SUPPLIES | QUALITY | PRICE  |
|--------|----------|---------|--------|
| AZ     | ///      | *****   | \$\$\$ |
| CA     | ///      | *****   | \$\$\$ |

El mercado está alto. Los agricultores están en transición desde California hacia Yuma, Arizona. La calidad está buena: las cicatrices causadas por los vientos y las manchas causadas por la tierra son problemas menores en los suministros restantes de California. Los niveles de azúcar oscilan del 10 al 14 de Brix. MFC Melones Cantalupo se enviarán Yuma para fines de octubre.



**coliflor**

| REGION | SUPPLIES | QUALITY | PRICE  |
|--------|----------|---------|--------|
| CA     | ///      | *****   | \$\$\$ |

Los precios seguirán estando levemente elevados hasta que las regiones agrícolas del desierto comiencen a producir para mediados o fines de noviembre. Los suministros escasean ya que los agricultores están trabajando con campos llenos de pestes y enfermedades; las plantas fueron estresadas por la ola de calor durante su ciclo de desarrollo. ESS Coliflor está disponible en California.



**apio**

| REGION | SUPPLIES | QUALITY | PRICE  |
|--------|----------|---------|--------|
| CA     | ///      | *****   | \$\$\$ |
| MI     | ///      | *****   | \$\$\$ |

Los suministros abundan en Salinas, California. La temporada de Michigan concluirá para mediados o fines de octubre. MFC Apio está disponible.



**chiles**

| REGION | SUPPLIES | QUALITY | PRICE  |
|--------|----------|---------|--------|
| CA     | ///      | *****   | \$\$\$ |
| GA     | ///      | *****   | \$\$\$ |
| MEX    | ///      | *****   | \$\$\$ |

Los precios están altos. Los abastos de la Costa Este están limitados ya que la mayoría de las temporadas concluyen. Se espera que la temporada del otoño de Georgia comience durante los diez días siguientes. Parece que gran parte del Huracán Orlene esquivó las regiones agrícolas principales de México. Los agricultores están en transición hacia Zacatecas y Michoacán para cubrir el intervalo antes que la temporada de Sinaloa comience el mes próximo. MFC Chiles Anaheim, Jalapeño, Pasilla, y Serrano ahora están disponibles.



**pepinos**

| REGION     | SUPPLIES | QUALITY | PRICE  |
|------------|----------|---------|--------|
| EAST COAST | ///      | *****   | \$\$\$ |
| MEX        | ///      | *****   | \$\$\$ |

Aunque los mercados siguen altos, estos deberán mejorar para noviembre cuando los abastos de Baja aumenten. Los agricultores de México continental comenzarán a producir dentro de tres semanas. Los agricultores de la Costa Este están cosechando en Carolina del Norte y Georgia; estas áreas fueron no impactadas gravemente por el Huracán Ian. MFC y ESS Pepinos están disponibles esporádicamente; pepinos etiquetados por empacadores puede que se sustituyan.



**uvas**

| REGION | SUPPLIES | QUALITY | PRICE  |
|--------|----------|---------|--------|
| CA     | ///      | *****   | \$\$\$ |

Las Markon First Crop Uvas Lunch Bunch provenientes de California están disponibles. Los niveles de azúcar de las uvas verdes sin semilla oscilan del 17 al 19 de Brix, mientras que los de las uvas rojas sin semilla oscilan del 18 al 20 de Brix.

# COSECHA FRESCA



## lechuga orejona verde/ lechuga de variedad

| REGION | SUPPLIES | QUALITY | PRICE  |
|--------|----------|---------|--------|
| CA     | ///      | *****   | \$\$\$ |

Los precios siguen subiendo mientras que la demanda crece; los suministros escasean. MFC Lechuga Orejona Verde Premium está disponible esporádicamente; MBA se está empacando donde se necesite.



## melón dulce honeydew

| REGION | SUPPLIES | QUALITY | PRICE  |
|--------|----------|---------|--------|
| CA     | ///      | *****   | \$\$\$ |

El mercado está subiendo. Los agricultores de California se están mudando desde Fresno y el condado de San Joaquín hacia Yuma, Arizona y el condado Imperial, California. Los precios subirán levemente hasta que la cosecha complete su transición y las cantidades aumenten. MFC Melones Honeydew están disponibles.



## Lechuga iceberg

| REGION | SUPPLIES | QUALITY | PRICE  |
|--------|----------|---------|--------|
| CA     | ///      | *****   | \$\$\$ |

Los precios están subiendo rápidamente mientras que los agricultores administran los suministros por el resto de la temporada del Valle de Salinas. Espere mercados elevados hasta que la producción haga su transición hacia Yuma, Arizona y el desierto de Imperial, California para mediados de noviembre. MFC Lechuga Iceberg Premium está disponible esporádicamente debido a los pesos bajos; MBA se está empacando donde se necesite.



## limones

| REGION  | SUPPLIES | QUALITY | PRICE  |
|---------|----------|---------|--------|
| CA      | ///      | *****   | \$\$\$ |
| IMPORTS | ///      | *****   | \$\$\$ |

Espere que los mercados suban y los suministros disminuyen durante las dos semanas siguientes mientras que las nuevas temporadas comienzan. MFC y ESS Limones están disponibles.



## limas

Los precios se han estabilizado. Las limas pequeñas están más fácilmente disponibles; las limas grandes escasean. Los problemas de calidad persisten debido a las lluvias recientes, pero están mejorando. MFC y ESS Limas están en el mercado.

| REGION | SUPPLIES | QUALITY | PRICE  |
|--------|----------|---------|--------|
| MEX/TX | ///      | *****   | \$\$\$ |



## cebollas

El mercado se mantiene. MFC Cebollas se están enviando desde Idaho, Oregon, Utah, y Washington. Las cebollas de tamaños mediano y jumbo son las que abundan más; las cebollas de tamaños colosal y súper colosal escasean. El tamaño seguirá aumentando mientras la producción de la nueva cosecha progrese. Los agricultores ahora están empacando y enviando cebollas desde almacenes.

| REGION  | SUPPLIES | QUALITY | PRICE  |
|---------|----------|---------|--------|
| CO      | ///      | *****   | \$\$\$ |
| ID & OR | ///      | *****   | \$\$\$ |
| UT      | ///      | *****   | \$\$\$ |
| WA      | ///      | *****   | \$\$\$ |



## naranjas

Los precios están elevados. La temporada de las naranjas Valencia concluirá durante las tres semanas siguientes; las naranjas pequeñas escasean. La nueva temporada de las naranjas Navel comenzará para fines de octubre. MFC y ESS Naranjas Valencia están disponibles esporádicamente; naranjas etiquetadas por empacadores se están sustituyendo cuando es necesario.

| REGION  | SUPPLIES | QUALITY | PRICE  |
|---------|----------|---------|--------|
| CA      | ///      | *****   | \$\$\$ |
| IMPORTS | ///      | *****   | \$\$\$ |



## peras

La temporada de las peras Bartlett de California está concluyendo; las existencias están limitadas. Las peras Bartlett y D'Anjous de Washington están fácilmente disponibles. La calidad varía desde muy buena hasta excelente.

| REGION | SUPPLIES | QUALITY | PRICE  |
|--------|----------|---------|--------|
| CA     | ///      | *****   | \$\$\$ |
| WA     | ///      | *****   | \$\$\$ |

# COSECHA FRESCA



piñas

| REGION  | SUPPLIES | QUALITY | PRICE  |
|---------|----------|---------|--------|
| CR      | ///      | *****   | \$\$\$ |
| ECUADOR | ///      | *****   | \$\$\$ |

El mercado se mantiene. Las cosechas del otoño están en camino; los suministros están aumentando. La calidad de la nueva cosecha está muy buena.



patatas  
roja y amarilla

| REGION  | SUPPLIES | QUALITY | PRICE  |
|---------|----------|---------|--------|
| AZ      | ///      | *****   | \$\$\$ |
| CA      | ///      | *****   | \$\$\$ |
| ID + WA | ///      | *****   | \$\$\$ |
| MN      | ///      | *****   | \$\$\$ |
| ND      | ///      | *****   | \$\$\$ |
| TX      | ///      | *****   | \$\$\$ |
| WI      | ///      | *****   | \$\$\$ |

Los nuevos suministros son adecuados en Arizona, California, Idaho, Minnesota, Texas, y Wisconsin. La cosecha ha comenzado en Dakota del Norte y Washington. MFC Patatas de Colores Rojas y Amarillas están en el mercado.



patatas

| REGION | SUPPLIES | QUALITY | PRICE  |
|--------|----------|---------|--------|
| CO     | ///      | *****   | \$\$\$ |
| ID     | ///      | *****   | \$\$\$ |
| OR     | ///      | *****   | \$\$\$ |
| TX     | ///      | *****   | \$\$\$ |
| WA     | ///      | *****   | \$\$\$ |

Las MFC Patatas Norkotah de la corrida fresca ahora se están empacando en Idaho y Washington. La nueva cosecha limitada de las patatas Burbank ha comenzado. Los mercados por las patatas grandes siguen elevados; los precios por las patatas pequeñas están más bajos. MFC Patatas Burbank estarán disponibles cuando el proceso del sudor se complete para fines de octubre/principios de noviembre.



frambuesas

| REGION | SUPPLIES | QUALITY | PRICE  |
|--------|----------|---------|--------|
| CA     | ///      | *****   | \$\$\$ |
| MEX    | ///      | *****   | \$\$\$ |

Los precios están bajos. Las existencias seguirán abundando durante las siguientes cuatro a cinco semanas, entonces deberán bajar hasta el fin de año. Los agricultores mexicanos enviarán más del 75% de las cantidades para fines de octubre.



lechuga  
romana

| REGION | SUPPLIES | QUALITY | PRICE  |
|--------|----------|---------|--------|
| CA     | ///      | *****   | \$\$\$ |

Los mercados siguen subiendo mientras que la demanda crece; los suministros están limitados. La calidad está justa siguiendo la ola de calor y las lluvias recientes en los valles de Salinas y Santa María; la quemadura de los bordes, la presión del tizón, las lechugas rebrotadas, los daños causados por los tisanópteros están presentes. MFC Lechuga Romana Premium está disponible esporádicamente debido a los pesos bajos; MBA se está empacando cuando se necesita.



ensaladas y  
mezclas

| REGION | SUPPLIES | QUALITY | PRICE  |
|--------|----------|---------|--------|
| CA     | ///      | *****   | \$\$\$ |

Los precios por el producto crudo de las lechugas iceberg y romana están subiendo. La quemadura de los bordes, la presión del tizón, las lechugas rebrotadas, los daños causados por los tisanópteros son problemas que están reduciendo los pesos por cabeza. El equipo de Garantía de Calidad de Markon sigue monitoreando la calidad y el procesamiento para poder obtener los mejores paquetes.

# COSECHA FRESCA



mezcla de primavera

| REGION | SUPPLIES | QUALITY | PRICE  |
|--------|----------|---------|--------|
| CA     | ///      | *****   | \$\$\$ |

Espere que los suministros del Valle de Salinas disminuyan hasta que los agricultores se muden hacia Yuma, Arizona para principios de noviembre. RSS Mezclas de Primavera Convencional y Orgánica están disponibles.



calabazas

| REGION     | SUPPLIES | QUALITY | PRICE  |
|------------|----------|---------|--------|
| CA         | ///      | *****   | \$\$\$ |
| EAST COAST | ///      | *****   | \$\$\$ |
| MEX        | ///      | *****   | \$\$\$ |

Los precios relativamente se mantienen. Los suministros de la Costa Este sobrevivieron el Huracán Ian sin daños significantes, pero los agricultores siguen evaluándolos. La producción en California correrá hasta fines de octubre. Las existencias de México continental (hacia Nogales, Arizona) escasean, pero deberán aumentar durante las semanas siguientes.



fresas

| REGION | SUPPLIES | QUALITY | PRICE  |
|--------|----------|---------|--------|
| CA     | ///      | *****   | \$\$\$ |

Los mercados se mantendrán elevados durante las dos semanas siguientes mientras los campos se recuperan de las tormentas previas; las existencias están extremadamente limitadas. La temporada de Salinas/Watsonville concluirá para mediados o fines de octubre. La temporada de Oxnard apenas está comenzando. El tamaño varía de 18 a 20 fresas por cada caja de una libra. MFC Fresas están disponibles, pero fresas etiquetadas por empacadores se sustituirán cuando se necesite.



tomates

| REGION     | SUPPLIES | QUALITY | PRICE  |
|------------|----------|---------|--------|
| CA         | ///      | *****   | \$\$\$ |
| EAST COAST | ///      | *****   | \$\$\$ |
| MEX        | ///      | *****   | \$\$\$ |

La fuerte demanda está empujando los precios hacia arriba. Los agricultores de la Costa Este están calculando los daños causados por el Huracán Ian. La producción está en camino en el sur de Georgia y en Quincy, Florida; los proveedores se mudarán hacia Ruskin/Palmetto dentro de poco; sin embargo, se esperan problemas con los abastecimientos en noviembre y principios de diciembre. Las cantidades de California están por el promedio, pero el tamaño está pequeño. La temporada deberá terminar en tres semanas. Los precios en México han subido. MFC Tomates



frutas drupáceas

| REGION | SUPPLIES | QUALITY | PRICE  |
|--------|----------|---------|--------|
| CA     | ///      | *****   | \$\$\$ |

La temporada de las frutas drupáceas de California ha terminado. Las nectarinas, los melocotones, y las ciruelas ya casi se han agotado; las órdenes se están llenando de día a día. La temporada chilena comenzará para mediados de enero. La calidad de los abastos restantes de la temporada pasada está muy buena: los niveles de azúcar están elevados.



sandía

| REGION | SUPPLIES | QUALITY | PRICE  |
|--------|----------|---------|--------|
| AZ     | ///      | *****   | \$\$\$ |
| CA     | ///      | *****   | \$\$\$ |

Los precios han subido. Los abastos están limitados; la temporada nacional de California está concluyendo. La nueva temporada mexicana ha comenzado; las existencias aumentarán mientras el mes procede. Espere que los mercados bajen levemente para el fin del mes. La calidad está regular: los niveles de azúcar oscilan del 10 al 14 de Brix.

# PREGÚNTELE A UN CHEF DE MARKON

Markon ha reunido un grupo de nuestros chefs miembros y chefs afiliados con nuestros agricultores para que le den respuesta a sus preguntas acerca de los productos.



CHEF DAVID EVANS  
Miembro De Markon

# Q

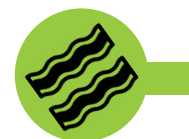
Las peras son frutas de sabor sutil cuales emparejan bien con los platos del otoño de carnes. ¿Qué son algunos de sus favoritos?

# A

Son mi ingrediente indispensable para los quiches y las Frittatas también. Tan deliciosas con los espárragos, los champiñones, y los quesos tales como el Gruyere o el Feta.

La suave dulzura y la textura sabrosa de las peras crudas trabajan muy bien con las verduras hojosas y amargas tales como la rúcala y la espinaca, como también un delicado mache y la mezcla de primavera; excelente cuando se le empareja con quesos de sabor fuerte y las crocantes nueces.

El escalfar u hornear las peras con sabores tales como la vainilla, la canela, y el vino añaden sabor mientras mantiene su bienestar natural.



# SUGERENCIAS PARAS SERVIR: LAS MANZANAS



- 1.** Acentúe el arroz integral o el relleno con arándanos agrios frescos, champiñones salteados, y MFC Manzanas Gala cortadas.
- 2.** Saltee RSS Col Rizada Lavada & Acicalada con RSS Cebollas Tajadas, MFC Manzanas Granny Smith cortadas, y avellanas; sirva con carnes y mariscos.
- 3.** Corte MFC Patatas y MFC Manzanas Fuji en cubos; mezcle con aceite de oliva y sal; rostice con romero.

# MENÚ DETALLADO

Todo chef necesita varias recetas solidas en su repertorio. Por eso es que Markon ha compuesto un catálogo de recetas basadas en las verduras que abarcan todo: las partes del día y del menú, la gama de las temporadas, una variedad de cocinas, y una diversa lista de ingredientes.

## Berenjena rellena

De inspiración italiana, este plato principal vegetariano está empacado con sabores umami y granos ancestrales.

|           |                                                                |
|-----------|----------------------------------------------------------------|
| 2         | Markon First Crop Berenjena, cortadas a la mitad               |
| 1 Cda.    | Aceite de oliva                                                |
| 2 T       | Farro, cocido                                                  |
| 1 T       | Markon First Crop Espárragos, hechos a la parrilla y cortados  |
| 1 T       | Markon First Crop Champiñones, hechos a la parrilla y cortados |
| 1 cdta.   | Sal Kosher                                                     |
| 1/2 cdta. | Pimienta                                                       |
| 1 T       | Markon First Crop Tomates Cerezo, cortados en cuatro           |
| 1/2 T     | Bolas de queso Mozzarella, cortadas en cuatro                  |

Remueva la mayoría del interior de cada mitad de las berenjenas. Unte con aceite de oliva y haga a la parrilla el relleno y las cortezas; reserve las cortezas, pero corte el relleno de la berenjena en cubos.

Mezcle el farro con los espárragos, los champiñones, y el relleno de las berenjenas hechos a la parrilla, la sal, y la pimienta. Utilice esta mezcla para rellenar cada mitad de las berenjenas.

Encima póngale los tomates y el queso Mozzarella que corto en cuartos.

Como guarnición utilice pétalos de flores comestibles si lo desea.

Estas bellas tártaras  
libres de gluten  
son rellenas con  
natilla de cítricos-  
vainilla y manzanas  
rostizadas.

