



# COSECHA FRESCA

SEMANA DEL 17 DE DICIEMBRE, 2023

**RSS**



Frutas listas para la mesa  
& verduras. Respaldado  
por 5 estrellas.

**MFC**



Frutas y verduras  
frescas enteras.  
Respaldado por 5  
estrellas.

**ESS**

MARKON  
**ESSENTIALS**

Frutas y verduras frescas  
enteras. Respaldado por  
5 estrellas.

# ENFOQUE

## ESPÁRRAGOS

Los precios por todos los tamaños han subido esta semana. Los importes peruanos que se están enviando a Miami, Florida están limitados; la presión sobre los suministros provenientes de México ha aumentado mientras que estos hacen su transición desde la costa hacia el centro/norte de México.

## MELONES

La temporada del desierto de Arizona-California ha terminado. Los melones guatemaltecos están llegando ahora por barco a los puertos nacionales; los precios están elevados.

## BRÓCOLI

Aunque los precios actuales están bajos, el tiempo frío que se avecina puede que empuje hacia arriba los mercados de Arizona-California. La demanda se cambiará hacia México, así causando la subida de estos precios también.



## LECHUGAS

- Los suministros de la lechuga orejona verde, la romana y la iceberg abundan en las regiones agrícolas del desierto de Arizona y California.
- Los mercados siguen deprimidos a pesar de la demanda por los días festivos y los eventos de escarcha sobre las lechugas. Se espera que la peladura de la epidermis y las ampollas se conviertan en problemas menores.

## CEBOLLAS

- Los precios siguen subiendo por las cebollas rojas, blancas, y amarillas; la demanda está extremadamente activa.
- Se esperan mercados volátiles durante las seis semanas siguientes.

## UVAS

- El mercado está subiendo.
- La temporada de California está concluyendo; las uvas del extranjero provenientes de Chile y Perú están llegando al mercado.



# COSECHA FRESCA

SEMANA DEL 17 DICIEMBRE, 2023



manzanas

Los precios están débiles; las nuevas existencias abundan en Washington y Michigan. La calidad está excelente. MFC Manzanas Fuji, Gala, Golden Delicious, Granny Smith, y Red Delicious están disponibles.

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



espárragos

Los mercados por todos los tamaños han subido esta semana. Los importes peruanos (enviados a Miami, Florida) están limitados. La demanda por los suministros mexicanos ha aumentado mientras los agricultores hacen su transición desde la costa al centro y norte de México. MFC Espárragos están disponibles.

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



aguacates

Los precios están nivelados. Los abastos mexicanos abundan. RSS Aguacates en Trozos, Mitades, Guacamole Pico de Gallo, y Pulpa Pura están disponibles.

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



pimientos verdes y rojos

Los mercados de los pimientos verdes están estables. Los precios de los pimientos rojos han subido. Los abastos de la Florida son suficientes, pero las lluvias puede que retrasen las cosechas más tarde esta semana. La temporada del desierto de Arizona-California está concluyendo. Las cantidades mexicanas están subiendo en las regiones agrícolas continentales. La calidad varía desde buena hasta muy buena. MFC y ESS Pimientos Verdes y Rojos están disponibles.

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



zarzamoras

El frío y las lluvias han reducido los suministros y empujado los mercados hacia arriba. La calidad está regular.

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



arándanos azules

El mercado sigue alto. Los suministros provenientes de México continental están limitados. La temporada peruana está concluyendo, pero los importes chilenos están por llegar. La calidad está buena; los arándanos están gordos y dulces.

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

# COSECHA FRESCA



**brócoli**

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

Aunque los precios actuales están bajos, el clima frio que se avecina puede que empuje hacia arriba los mercados de Arizona-California. La demanda se cambiará hacia México, así causando la subida de estos precios también. La calidad está muy buena. MFC Coronas de Brócoli están disponibles.



**cantalupo**

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

El mercado está subiendo. La temporada del extranjero está en camino; los melones guatemaltecos ahora están llegando por barco a los puertos nacionales. La calidad está muy buena; los niveles de azúcar oscilan del 13 al 16 de Brix.



**coliflor**

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

Los suministros están disminuyendo; los precios han subido levemente y están a punto de subir de nuevo esta semana ya que la demanda se fortalecerá. La calidad de la nueva cosecha está mejorando. ESS Coliflor está disponible.



**apio**

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

Los mercados están elevados debido a la fuerte demanda. La producción está en camino en Oxnard y Santa María, California. La temporada del desierto de Arizona/California ha comenzado; las cantidades aumentarán para fines de diciembre. La calidad está muy buena. MFC Apio está disponible.



**chiles**

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

Espere una gran variedad de precios durante el resto del año. Los chiles Anaheim, Jalapeños, Serranos, y Pasillas ahora se están enviando desde Sinaloa, México; los chiles Habaneros se están cosechando en Sonora. MFC Chiles Picantes están disponibles.



**pepinos**

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

El mercado está subiendo levemente. Las existencias están disminuyendo debido a las bajas temperaturas que hubo en la Florida y México la semana pasada. La calidad está buena. Los suministros del extranjero se están enviando desde Honduras; las cantidades de la nueva cosecha aumentarán durante este mes. MFC y ESS Pepinos están disponibles.



**uvas**

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

Los precios están subiendo. La temporada de California está concluyendo; las uvas del extranjero provenientes de Chile y Perú están llegando al mercado. MFC Uvas Verdes y Rojas Sin Semilla están disponibles.

# COSECHA FRESCA



## lechuga orejona verde/ lechuga de variedad

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

Los precios están débiles. Los abastos del desierto de Arizona/California abundan a pesar del clima helado reciente y la demanda por los días festivos. Ahora se espera que la peladura de le epidermis y las ampollas se conviertan en problemas menores. MFC Lechuga Orejona Verde Premium está disponible.



## melón dulce honeydew

| REGION   | SUPPLIES | QUALITY | PRICE  |
|----------|----------|---------|--------|
| MEX/AZ   | ///      | *****   | \$\$\$ |
| OFFSHORE | ///      | *****   | \$\$\$ |

El mercado está subiendo. Los abastos mexicanos están limitados. La temporada del extranjero está en camino. Los melones guatemaltecos ahora están llegando a los puertos nacionales. La calidad está muy buena; los niveles de azúcar oscilan del 12 al 15 de Brix.



## Lechuga iceberg

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

Los precios están cerca del piso a pesar de la escarcha que cayó recientemente sobre las lechugas y la demanda por los días festivos; los suministros abundan. La calidad está buena: ahora se espera que la peladura de la epidermis y las ampollas se convierten en problemas menores. MFC Lechuga Iceberg Premium está disponible.



## limones

El mercado se deberá mantener nivelado durante el mes. MFC y ESS Limones están disponibles.



## limas

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

El mercado se mantiene. Las lluvias esporádicas y el clima fresco atrasarán la producción durante las semanas siguientes. MFC y ESS Limas están disponibles.



## cebollas

|    |     |       |        |
|----|-----|-------|--------|
| ID | /// | ***** | \$\$\$ |
| ID | /// | ***** | \$\$\$ |
| OR | /// | ***** | \$\$\$ |
| UT | /// | ***** | \$\$\$ |
| WA | /// | ***** | \$\$\$ |

Los mercados siguen subiendo por las cebollas rojas, blancas, y amarillas; la demanda está extremadamente activa. Se esperan mercados volátiles durante las seis semanas siguientes. MFC Cebollas están disponibles en Idaho, Oregón, Utah, y Washington.



## naranjas

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

Los precios se mantendrán estables durante diciembre. Las existencias se están enviando desde Arizona, California, Florida, y Texas. MFC y ESS Naranjas Navel están disponibles.



## peras

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

El mercado está débil. Las cantidades de las peras Bartlett de Washington están altas. La calidad está muy buena; las frutas están firmes con sabor dulce, con notas de especias.

# COSECHA FRESCA



piñas

| REGION | SUPPLIES | QUALITY | PRICE  |
|--------|----------|---------|--------|
| CR     | ///      | *****   | \$\$\$ |
| MEX    | ///      | *****   | \$\$\$ |
| SA     | ///      | *****   | \$\$\$ |

Los precios están estables; las existencias son suficientes en México, Costa Rica, y Sudamérica. La calidad está muy buena; las frutas están firmes y jugosas con sabor acidulado.



patatas  
roja y amarilla

| REGION  | SUPPLIES | QUALITY | PRICE  |
|---------|----------|---------|--------|
| ID      | ///      | *****   | \$\$\$ |
| MIDWEST | ///      | *****   | \$\$\$ |

El mercado no ha cambiado. Los suministros se están enviando desde Idaho, Minnesota, Wisconsin, y Washington. MFC Patatas de Colores Rojas y Amarillas están disponibles en Idaho y Minnesota.



patatas

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

Los precios se mantienen; el clima congelante reciente ha retrasado los envíos, pero los agricultores están poniendo en ritmo. Algunos tamaños puede que exijan sustituciones. MFC Patatas Burbank y Norkotah están disponibles en Idaho y Washington.



frambuesas

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

El frío y las lluvias han reducido los suministros y han empujado los mercados hacia arriba. La calidad está regular.



lechuga  
romana

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

Los precios están débiles. Los abastos del desierto de Arizona/California abundan a pesar del clima helado reciente y la demanda por los días festivos. La calidad está buena: ahora se espera que la peladura de la epidermis y las ampollas se conviertan en problemas menores. MFC Lechuga Romana Premium está disponible.



ensaladas y  
mezclas

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

Los mercados no han cambiado; los abastos del producto crudo de las lechugas iceberg y romana abundan. La calidad está buena. 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  |
|--------|----------|---------|--------|
| AZ-CA  | ///      | *****   | \$\$\$ |

Los precios están estables. Los abastos de la región del desierto de Arizona-California abundan. RSS Rúcala, Espinaca, y Mezcla de Primavera están disponibles.



calabazas

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

El mercado de la Florida ha subido un poco debido a las lluvias recientes y las bajas temperaturas; las cantidades deberán aumentar la semana próxima. Los suministros mexicanos están limitados también mientras que la producción hace su transición de Sonora a Sinaloa. La calidad está buena. MFC Calabacillas Amarillas y Calabacín están disponibles.



fresas

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

Los precios elevados persisten. Las cantidades de California están cayendo. Los suministros mexicanos (hacia Texas) son adecuados. Los abastos de la Florida escasean, pero están aumentando. La calidad está buena. MFC Fresas están disponibles.



tomates

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

La fuerte demanda está manteniendo los mercados elevados. Los suministros están disminuyendo debido a las lluvias en las bajas temperaturas tanto en la Florida como en México. Las existencias en general aumentarán en enero. MFC Tomates están disponibles.



fruta de árbol

| REGION | SUPPLIES | QUALITY | PRICE |
|--------|----------|---------|-------|
| --     | --       | --      | --    |

Las temporadas de California de las nectarinas, los melocotones, y las ciruelas han terminado. La temporada de importación comenzará para mediados de enero.



sandía

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

El mercado está un poco más alto; el mal tiempo ha reducido las cantidades. Las existencias de los mini melones sin semilla han caído también. La calidad está muy buena; los agricultores están entresacando los melones que están demasiado

# 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 SHANE  
HENDERSON  
CHEF MIEMBRO DE  
MARKON

Q

Díganos acerca de las bebidas festivas que a usted le gusta servir durante los días festivos de diciembre y enero. ¿Cómo incorpora usted los jugos frescos y las verduras?

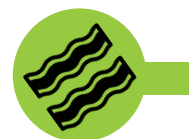
A

La Bloody Mary siempre ha sido una bebida clásica, y por cierto usted ha visto el aumento de la popularidad de las Margaritas picantes en los años recientes. ¿Por qué no combinarlas las dos para obtener lo mejor de ambos mundos?

Haga un jarabe simple con MFC Jalapeños, RSS Trozos de Piña, azúcar, y agua. Déjelo cocinar por un rato hasta que la piña quede suave y el azúcar se disuelva, añada un toque de sal, hágalo todo puré, y cuélelo.



Añada su favorita receta para hacer una Bloody Mary o Mimosa, la dulzura y las especias son lo perfecto para estas reuniones de los días festivos.





# SUGERENCIAS PARAS SERVIR EL RSS AJO PELADO :



- 1.** Haga Kimchi por medio de escabechar RSS Col Verde y RSS Cebollas Tajadas, RSS Ajo Pelado, RSS Cebollino Lavado & Acicalado, jengibre, y cayena.
- 2.** Combine MFC Pepinos tajados, RSS Ajo Pelado cortado, MFC Eneldo Tierno, y yogurt natural; sirva con pan pita.
- 3.** Mezcle MFC Patatas tajadas finamente con sal y RSS Ajo Pelado cortado; ponga en el horno caliente hasta que queden crujientes; sirva los chips con salsa para sumergir de curri-lima.

# DESTACADOS SOCIO DESTACADO: FIRSTFRUIT FARMS

## ¿Quién?

La marca FirstFruits nació en 1980. A lo largo del tiempo, nuestra finca de 10,000 acres se integró verticalmente como un agricultor de 10 variedades de manzanas que se empacan y se envían desde el sudeste de Washington.

## ¿Por qué?

Desde el principio, nosotros hemos apreciado a nuestros empleados y hemos tratado de crear un ambiente donde los empleados pueden crecer y florecer, personalmente y profesionalmente.

## ¿Qué productos de Markon?

MFC Manzanas  
MFC Peras



# SOSTENIBILIDAD MARKON:



Desde nuestra incepción, el enfoque de Markon ha sido la sostenibilidad, incluyendo los cuatro pilares: las fuentes responsables, la sostenibilidad operativa, el inspirar a la gente, y el apoyar las comunidades.



## Pillar 1: Fuentes responsables



## Pillar 2: Sostenibilidad operativa



## Pillar 3: Inspirando a la gente



## Pillar 4: Apoyando comunidades

# MENÚ DESTACADO

Cada chef necesita unas cuantas recetas sólidas en su repertorio. Por eso es que Markon ha compilado un catalogo de recetas basadas en verduras frescas que lo cubren todo: partes del día y menú, todas las temporadas, una variedad de cocinas, y una lista diversa de ingredientes.

## Ensalada de col rizada desmoronada

Esta robusta ensalada trabaja muy bien sola como un aperitivo o cuando es cubierta con pollo hecho a la parrilla como plato principal.

12 oz. Ready-Set-Serve (RSS) Col Rizada Desmoronada  
4 oz. vinagreta de jerez  
2 oz. semillas de calabaza empolvadas con paprika ahumada  
2 oz. queso Parmesano, cortado en virutas  
Pimienta negra recién molida, a su gusto

Mezcle la col rizada y la vinagreta juntos y arregle en porciones iguales sobre platos de ensalada. Encima póngale las semillas de calabaza y el queso; muela la pimienta por encima a su gusto.

Añada  
intenso sabor a las  
carnes rostizadas,  
los aderezos de las  
ensaladas, y  
los platos  
acompañantes de  
vegetales con los  
que muchos chef  
llaman su arma  
secreta.

