



# COSECHA FRESCA

SEMANA DEL 24 DE DICIEMBRE, 2023

**RSS**



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

**MFC**



Frutas y verduras  
frescas enteras.  
Respaldo por 5  
estrellas.

**ESS**

MARKON  
**ESSENTIALS**

Frutas y verduras frescas  
enteras. Respaldo por  
5 estrellas.



# ENFOQUE

## MFC LECHUGA ROMANA ARTESANAL

Por favor [cliquee aquí](#) para ver un video de Markon En Vivo Desde los Campos acerca de la oferta más reciente de Markon: la MFC Lechuga Romana Artesanal de conteo de 24.

## FRESAS

Espere fuerte demanda y mercados elevados hasta el fin del mes de diciembre. La demande excede los suministros en California, Florida, y México (hacia el sur de Texas).

## CITRÍCOS

Los distritos agrícolas del Valle de San Joaquín y del sur de California recibieron una serie de lluvias que han causado el retraso de las cosechas, la falta de suministros, y la subida de los precios.

## PIMIENTOS

- Los pimientos verdes abundan; la producción está en camino en California, Florida, y México.
- Los pimientos rojos están extremadamente limitados ya que las cosechas nacionales están aminorando y la temporada mexicana se ha retrasado.

## TORMENTAS EN LA FLORIDA

- La Florida experimentó una fuerte tormenta que ha causado inundaciones y retrasos logísticos para los pimientos, la col, los pepinos, la berenjena, las habichuelas tiernas, las naranjas, la calabaza, las fresas, y los tomates.
- Espere pocos suministros y precios más altos durante las dos semanas siguientes.

## ESPÁRRAGOS

- Los suministros siguen estando extremadamente limitados; los precios seguirán subiendo esta semana.
- Espere que las cantidades suban y los precios mejoren en México para la primera semana de enero.

# COSECHA FRESCA

SEMANA DEL 24 DICIEMBRE, 2023



manzanas

El mercado se mantiene cerca del piso; las existencias almacenadas abundan en Washington y Michigan. MFC Manzanas Fuji, Gala, Golden Delicious, Granny Smith, y Red Delicious están disponibles.

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



espárragos

Los suministros siguen limitados; los precios seguirán subiendo esta semana. Los tallos de pequeño diámetro dominan el rendimiento. Espere que las cantidades mexicanas aumenten y los mercados mejoren cuando la producción se mude hacia nuevas regiones agrícolas en enero. MFC Espárragos están disponibles esporádicamente; espárragos etiquetados por empacadores se sustituirán cuando es necesario.

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



aguacates

Los mercados se mantienen. Los suministros 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 suministros de los pimientos verdes abundan; la producción está en camino en California, Florida, y México. Los pimientos rojos están extremadamente limitados mientras las cosechas nacionales concluyen y la temporada mexicana se ha retrasado. MFC y ESS Pimientos Verdes están disponibles; pimientos etiquetados por empacadores se sustituirán cuando se necesita en los paquetes de MFC y ESS Pimientos Rojos.

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



zarzamoras

El mercado está elevado; el mal tiempo reciente y las lluvias han reducido las cantidades. La calidad está regular: los agricultores están entresacando las bayas dañadas por el agua.

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



arándanos azules

Los precios han subido. Los abastos mexicanos escasean. La temporada peruana ha terminado. Los importes chilenos están empezando a llegar en los EE.UU.; las cantidades aumentarán en enero. 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 mercados se mantienen relativamente estables, para la semana próxima el frío empujará los precios hacia arriba y reducirá el rendimiento nacional. La calidad sufrirá debido al sistémico tizón lanoso. La demanda se cambiará hacia México, así causando que estos mercados suban en respuesta. La calidad está muy buena. MFC Coronas de Brócoli están disponibles.



**cantalupo**

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

Los precios están estables, pero se espera que se pongan activos para la semana próxima y entrando al año nuevo ya que la producción caerá durante los días festivos. Los problemas con la polinización, causados por el clima fresco y húmedo al principio de la temporada, están empezando a reducir el rendimiento. La calidad está buena; el tinte verde es un problema cosmético ocasional. Los niveles de azúcar oscilan del 12 al 15 de Brix.



**coliflor**

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

El mercado está escalando; las cantidades están cayendo debido a los problemas de calidad causados por las lluvias; los problemas con el tizón/mildiú están reduciendo el rendimiento en general. ESS Coliflor está disponible esporádicamente; coliflor etiquetada por empacadores se sustituirá cuando se necesite.



**apio**

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

Los precios siguen subiendo mientras la demanda por los días festivos se fortalece. La temporada de Oxnard está en su apogeo. La producción en Santa María continuará por todo el año. La temporada de Salinas ha terminado. La temporada del desierto de Arizona-California ha comenzado de manera limitada y se impulsará para fines de diciembre. MFC Apio está disponible.



**chiles**

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

Los mercados de los chiles Pasilla/Poblano y Habanero están elevados debido a la calidad y los problemas con el tamaño en Sonora, México. Los precios de los chiles Anaheim, Jalapeño, Fresno Rojo, y Serrano se mantienen; los agricultores están cosechando nuevas áreas de cultivos en Sinaloa, México. MFC Chile Picantes están disponibles.



**pepinos**

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

Los precios han subido. Los suministros están limitados debido a las tormentas en la Florida y las bajas temperaturas en México. La calidad está buena. Las cantidades del extranjero (provenientes de Honduras) aumentarán para principios de enero. MFC y ESS Pepinos están disponibles.



**uvas**

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

El mercado sigue elevado. La temporada de California concluirá en una o dos semanas; los abastos del extranjero provenientes de Chile y Perú aumentarán en enero. MFC Uvas Verdes y Rojas Sin Semilla están disponibles.

# COSECHA FRESCA



## lechuga orejona verde/ lechuga de variedad

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

Los suministros del desierto de Arizona/California abundan a pesar de las lluvias recientes. La calidad está buena: la peladura de la epidermis y las ampollas son problemas que se están acicalando en el campo. MFC Lechuga Orejona Verde Premium está disponible.



## melón dulce honeydew

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

Los precios están estables, pero se espera que se pongan activos para la semana próxima y entrando al año nuevo ya que la producción caerá durante los días festivos. Los problemas con la polinización, causados por el clima fresco y húmedo al principio de la temporada, están empezando a reducir el rendimiento.



## Lechuga iceberg

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

Las lluvias recientes junto con la demanda por los días festivos han empujado los mercados hacia arriba; las existencias abundan, pero los pesos por cabeza están cayendo ya que los cosechadores están acicalando las hojas dañadas. MFC Lechuga Iceberg Premium está disponible.



## limones

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

Los distritos agrícolas de California recibieron una serie de lluvias que causaron los retrasos de las cosechas, la falta de suministros, y la subida de los mercados. MFC y ESS Limones están disponibles.



## limas

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

Los mercados por las limas pequeñas y medianas han subido levemente; los mercados por las limas grandes están cayendo. La producción aminorará en México para principios de enero. MFC y ESS Limas están disponibles.



## cebollas

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

Los precios de las cebollas rojas, blancas, y amarillas se mantendrán elevados por aproximadamente cuatro a cinco semanas; la demanda está extremadamente fuerte. MFC Cebollas están disponibles en Idaho, Oregón, Utah, y Washington.



## naranjas

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

Los distritos agrícolas del Valle de San Joaquín y el sur de California recibieron una serie de lluvias que causaron los retrasos de las cosechas, la falta de suministros, y la subida de los mercados. MFC y ESS Naranjas Navel están disponibles.



## peras

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

Los precios bajos persisten. Las peras Bartlett de Washington abundan. La calidad está muy buena; las frutas están firmes y dulces, con una nota de especias.

# COSECHA FRESCA



piñas

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

El mercado está nivelado; los suministros están satisfaciendo la demanda 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 | ///      | *****   | \$\$\$ |

Los precios están estables. Las existencias se están enviando desde Idaho, Minnesota, Wisconsin, y Washington. MFC Patatas de Colores Rojas y Amarillas están disponibles en Idaho y Minnesota. La calidad está muy buena.



patatas

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

El mercado se mantiene; los suministros almacenados abundan. La calidad está excelente. MFC Patatas Burbank y Norkotah están disponibles en Idaho y Washington.



frambuesas

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

Los precios siguen elevados; las bajas temperaturas y las lluvias han reducido las cantidades. El rendimiento deberá aumentar en enero. La calidad está regular.



lechuga  
romana

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

El mercado está estable. Los suministros del desierto de Arizona/California abundan a pesar de las lluvias recientes. La calidad está buena: la peladura de la epidermis y las ampollas son problemas que se están acicalando en el campo. MFC Lechuga Romana Premium está disponible; MBA se sustituirá cuando los pesos no satisfagan las especificaciones.



ensaladas y  
mezclas

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

Los precios están nivelados; los suministros crudos de las lechugas iceberg y romana abundan, pero los pesos por cabeza están fluctuando debido a las lluvias recientes. La calidad está regular. 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 suministros provenientes de la región del desierto de Arizona-California son suficientes. RSS Rúcala, Espinaca, y Mezcla de Primavera están disponibles.



calabazas

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

Las condiciones frías y lluviosas han empujado los precios hacia arriba en la Florida y México; los abastos están disminuyendo. La calidad está regular: los daños causados por el agua están reduciendo el rendimiento. MFC Calabacillas Amarillas y Calabacín están disponibles.



fresas

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

Espere fuerte demanda y mercados elevados durante el mes de diciembre. La demanda excede los suministros en California, Florida, y México (hacia el sur de Texas). MFC Fresas están disponibles; los envases plásticos de forma de almeja puede que tengan que ser sustituidos por los paquetes corrugados debido a las lluvias.



tomates

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

Los precios siguen altos; la demanda por los días festivos está fuerte. Las cantidades han caído debido a las lluvias y el frío tanto en la Florida como en México. Los suministros 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 demasiado maduros.

# 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

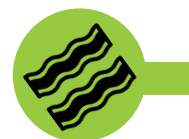
¿Qué platos de vegetales robustos usted sugeriría para los menús del invierno?

A

Las crocantes coles de Bruselas y la col rizada son vegetales del invierno que están aquí para quedarse. ¿Pero qué es lo que le sigue? Habiendo crecido aquí en el Sur de los EE.UU. no han nada que yo quisiera más que una cazuela grande con berzas braseadas.

Los tubérculos rostizados son un ingrediente perfecto el invierno—a mí me gusta darles un chamuscado profundo para realzar su sabor terroso y su dulzura natural cuales muchas veces las pasamos por alto.

Ponga a brasear RSS Berzas con cebollas, jalapeños, y tubérculos, tales como los nabos o los rábanos para añadirles más textura. Sirva sobre cremosa polenta con un huevo pasado por agua, y crujientes cebollas fritas.



# SUGERENCIAS PARAS SERVIR LOS CHAMPIÑONES:



- 1.** Rostizados y salteados MFC Champiñones añaden sabor umami a las hamburguesas, los bistecs, las pizzas, los salteados, y los platos de pasta.
- 2.** Rellene MFC Champiñones Portabella horneados un salteado de RSS Col Rizada Desmoronada, RSS Ajo Pelado, y cremoso queso Fontina.
- 3.** Los ingredientes del invierno que emparejan muy bien con los champiñones incluyen las manzanas, las cebollas, el ajo, las hierbas finas, las patatas, la salsa de soya, y las verduras robustas.

# 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 empaquetan 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 inceptión, 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.



## Pilar 1: Fuentes responsables



## Pilar 2: Sostenibilidad operativa



## Pilar 3: Inspirando a la gente



## Pilar 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 cebada del invierno

Ensalada de cebada del invierno

Esta robusta ensalada de granos obtiene su sabor umami de los champiñones, la dulzura de la calabaza Kabocha, y las notas brillantes del limón. Sírvala caliente durante los meses fríos o fría cuando se empiezan a calentar los días.

- 1/4 T aceite de oliva (dividido)
- 1 T Markon First Crop Champiñones, cortados
- 2 T champiñones silvestres
- 1/4 T Ready-Set-Serve Ajo Pelado, cortado
- 1 Cda. Ready-Set-Serve Jugo de Limón
- 1 T calabaza Kabocha squash, cortada y rostizada
- 3 T cebada perlada, cocida
- 1 oz. brotes de calabaza
- 1 cdta. sal Kosher
- 1/4 cdta. pimienta negra
- 4 oz. queso Manchego, rallado

Caliente la mitad del aceite de oliva en un sartén grande. Saltee los champiñones blancos hasta que queden dorados; reserve. Caliente el aceite restante y saltee los champiñones silvestres y el ajo hasta que queden dorados; desglase con el jugo de limón.

En un tazón grande para mezclar, combine ambas mezclas de champiñones, la calabaza Kabocha rostizada, la cebada, los brotes de calabaza, la sal, la pimienta, y el queso. Mézclelo todo para combinar y sírvalo caliente o fría.

Ligeramente dulce, sutilmente de sabor como a nuez—esta delicada tártara es balanceada con los sabores terrosos de los champiñones y los crucíferos sabores de Romanesco. ¡Una favorita digna de Instagram!

