



# COSECHA FRESCA

SEMANA DEL 19 DE MAYO, 2024





RSS



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

MFC



Frutas y verduras frescas enteras. Respaldo por 5 estrellas.

ESS



Frutas y verduras frescas enteras. Respaldo por 5 estrellas.



# ENFOQUE

## CILANTRO

La producción ha aminorado, así causando la subida de los mercados. Aunque las cosechas han experimentado temperaturas relativamente suaves y secas desde principios de mayo, la nubosidad persistente está retrasando la maduración.

## FRESAS

El clima cálido y soleado está aumentando los suministros y mejorando la calidad en las regiones agrícolas de Oxnard, Santa María, y Salinas/Watsonville, California. Los precios están mejorando.

## COLIFLOR

Las cantidades están aumentando en el Valle de Salinas. Espere precios débiles durante las dos semanas siguiente, al mínimo.

## CEBOLLAS

- Las cebollas de la corrida fresca están disponibles en California y el sur de Texas.
- Las cebollas amarillas y blancas están satisfaciendo la demanda; las cebollas rojas escasean, especialmente las más grandes.

## CHILES PICANTES

- Los precios están mejorando lentamente ya que más regiones agrícolas están abriéndose en ambas costas.
- Los chiles Serrano y Poblano siguen escaseando.

## CITRÍCOS

- Los limones pequeños de California siguen disminuyendo; la cosecha está siendo dominada por los limones grandes.
- La temporada de las naranjas Navel de California concluirá para fines de mayo. La producción de las naranjas Valencia de California ha comenzado.

# COSECHA FRESCA

SEMANA DEL 19 DE MAYO, 2024



**pimientos verdes y rojos**

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

Los mercados de los pimientos verdes siguen bajos. Los suministros de la Costa Este abundan en la Florida y Georgia. La temporada mexicana concluirá durante las semanas siguientes, pero la producción está en pleno camino en la región agrícola del desierto de Arizona-California; los pimientos rojos se enviarán desde esta región en un par de semanas. Las cantidades de los invernaderos canadienses están altas. MFC y ESS Pimientos Verdes y Rojos están fácilmente disponibles.



**manzanas**

Los precios de las manzanas Granny Smith están bajando levemente ya que la temporada escolar está concluyendo. Los mercados de las manzanas Gala han subido; las existencias almacenadas están limitadas. MFC Manzanas Fuji, Gala, Golden Delicious, Granny Smith, y Red Delicious están disponibles.

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



**espárragos**

El mercado está a punto de bajar levemente durante las semanas que se avecinan. La temporada de Caborca, México está concluyendo, pero la producción se está mudando hacia el centro de México. MFC Espárragos están disponibles.

REGION	SUPPLIES	QUALITY	PRICE
MEX	///	*****	\$\$\$
MI	///	*****	\$\$\$
PERU/FL	///	*****	\$\$\$
PNW	///	*****	\$\$\$



**aguacates**

Los precios se mantienen. RSS Aguacates en Trozos, Mitades, Guacamole Pico de Gallo, y Pulpa Pura están disponibles.

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



**zarzamoras**

Los precios están nivelados. Los suministros son suficientes en el centro de México; el clima ideal está ayudando el desarrollo. La calidad está muy buena; las zarzamoras demasiado maduras son un problema ocasional.

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



**arándanos azules**

El mercado está bajo. Los abastos mexicanos abundan; la demanda se mantiene. La calidad está muy buena; la deshidratación leve es un problema menor.

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

# COSECHA FRESCA



**brócoli**

REGION	SUPPLIES	QUALITY	PRICE
CA	///	*****	\$\$\$
MEX/TX	///	*****	\$\$\$

El mercado se mantiene relativamente estable; las existencias del Valle de Salinas son adecuadas. Los suministros mexicanos están un poco más bajos que la semana pasada. La calidad está muy buena; no se han observado ningún problema mayor. MFC Brócoli está disponible.



**cantalupo**

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

Los precios están estables. Los abastos mexicanos son suficientes. La producción de la nueva cosecha nacional ha comenzado; los melones pequeños dominan las cosechas tempranas. MFC Melones Cantalupo se empezarán a enviar desde la región del desierto de Arizona-California la semana próxima.



**coliflor**

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

Las cantidades están subiendo en el Valle de Salinas. Espere mercados débiles durante las dos semanas siguientes, al mínimo. Los problemas de calidad están al mínimo, pero incluyen las manchas oscuras, el color irregular, y las cabezas demasiado grandes. ESS Coliflor está disponible.



**apio**

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

Los precios están nivelados. Los suministros son adecuados en Oxnard y Santa María, California. La producción en Salinas comenzará en junio, seguida por la de Michigan en julio. La calidad está muy buena; la presión de las enfermedades es un problema ocasional. MFC Apio está disponible.



**chiles**

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

Los mercados están mejorando lentamente ya que nuevas regiones agrícolas están abriéndose en ambas costas. Los chiles Serrano y Poblano siguen escaseando. La calidad está buena en ambas costas. MFC Chiles Anaheim, Jalapeño, Pasilla, y Serrano están disponibles.



**pepinos**

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

Los precios no han cambiado. Los agricultores de la Costa Este están cosechando en Georgia y pronto se mudarán al norte hacia las Carolinas. Baja, México es región dominante en la Costa Oeste, pero la producción en el centro de México se ha encaminado también. MFC y ESS Pepinos están disponibles.



**uvas**

REGION	SUPPLIES	QUALITY	PRICE
CHILE	///	*****	\$\$\$
MEX	///	*****	\$\$\$

Las uvas verdes sin semilla mexicanas se empezarán a enviar esta semana, seguidas por las uvas rojas sin semilla la semana próxima. Las uvas chilenas Lunch Bunch se seguirán enviando hasta mediados de junio. MFC Uvas Verdes y Rojas Sin Semilla están disponibles.



# COSECHA FRESCA



## lechuga orejona verde/ lechuga de variedad

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

Los precios están débiles; las cantidades del Valle de Salinas están altas. La calidad está muy buena; los defectos se están acicalando en los campos. MFC Lechuga Orejona Verde Premium está disponible.



## melón dulce honeydew

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

El mercado está estable. Los suministros mexicanos son suficientes. La temporada del extranjero concluirá esta semana. La nueva cosecha nacional empezará a enviar desde la región del desierto de Arizona-California la semana próxima.



## Lechuga iceberg

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

Los precios están subiendo. Los suministros del Valle de Salinas están disminuyendo. MFC Lechuga Iceberg Premium está disponible; MBA se enviará cuando los pesos por cabeza no satisfagan las especificaciones de Markon.



## limones

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

El mercado está elevado. Los limones pequeños (conteos de 165 y 200) escasean; la cosecha está siendo dominada por los limones grandes (conteos de 95 hasta 140). MFC y ESS Limones están disponibles.



## limas

REGION	SUPPLIES	QUALITY	PRICE
MEX/TX	///	*****	\$\$\$
COLOMBIA	///	*****	\$\$\$

Se pronostican precios bajos durante la semana próxima. Los abastos están siendo dominados por las limas pequeñas, conteos de 200 a 250; las limas más grandes están un poco limitadas. Se espera que el clima caluroso y seco en Veracruz, México cause el aumento de las manchas de aceite y el blanqueamiento, pero hasta ahora los informes han sido positivos. MFC y ESS Limas están disponibles.



## cebollas

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

Los mercados están relativamente estables. Las cebollas de la corrida fresca están disponibles en California y es sur de Texas. Las cebollas amarillas y blancas están satisfaciendo la demanda; las cebollas rojas siguen escaseando, especialmente las más grandes. La calidad está buena: espere que las cáscaras están sueltas y el interior esté. MFC Cebollas Rojas y Amarillas están disponibles.



## naranjas

REGION	SUPPLIES	QUALITY	PRICE
CA	///	*****	\$\$\$
FL	///	*****	\$\$\$
MX/AZ	///	*****	\$\$\$

Los precios han subido. Se proyecta que la temporada de las naranjas Navel de California concluya para fines de mayo. La producción de las naranjas Valencia de California ha comenzado. MFC y ESS Naranjas Navel y Valencia están disponibles.



## peras

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

El mercado ha subido. Las cantidades de Washington están bajas. El tamaño está siendo dominada por las peras de conteos de 70 hasta 90; las peras de conteos de 110 y más pequeñas están limitadas. MFC Peras están disponibles.



# COSECHA FRESCA



piñas

REGION	SUPPLIES	QUALITY	PRICE
CR	///	*****	\$\$\$
MEX	///	*****	\$\$\$

Los precios están elevados. Las cantidades costarricenses y mexicanas están bajas, especialmente las grandes (conteos de cinco hasta siete). RSS Trozos y Lanzas de Piñas están disponibles.



patatas roja y amarilla

REGION	SUPPLIES	QUALITY	PRICE
FL	///	*****	\$\$\$
ID	///	*****	\$\$\$

Los mercados altos persisten; los abastos están limitados. Los agricultores de Idaho seguirán enviando hasta julio. Las patatas California y la Florida seguirán en el mercado hasta fines de junio. La producción de la nueva cosecha de Arizona y Texas empezará para principios de julio. La mayoría de la producción del Noroeste comenzará para mediados o fines de agosto. MFC Patatas Rojas y Amarillas están disponibles.



patatas

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

Los precios están débiles. Las MFC Patatas Norkotah almacenadas se enviarán hasta fines de junio. MFC Patatas Burbank se enviarán hasta agosto. Espere que los mercados empiecen a subir levemente en junio.



frambuesas

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

Los mercados se mantienen. Los suministros mexicanos abundan; la mayoría de las cantidades se están enviando desde la región mexicana de Baja. La calidad está muy buena; las bayas están gordas y dulces.



lechuga romana

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

Los precios están nivelados; los suministros del Valle de Salinas están por el promedio. La calidad está muy buena; los defectos se están acicalando en los campos. MFC Lechuga Romana Premium está disponible.



ensaladas y mezclas

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

El mercado se ha estabilizado; los suministros de las lechugas iceberg y romana están aumentando en la región agrícola del Valle de Salinas. 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	///	*****	\$\$\$

Los precios se mantienen nivelados; las existencias del Valle de Salinas son adecuadas. La calidad está muy buena. RSS Rúcala, Espinaca, y Mezcla de Primavera están disponibles.



**calabazas**

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

Los suministros del calabacín y las calabacillas amarillas estarán en transición hacia nuevas regiones agrícolas durante el mes de mayo; los mercados están bajos, pero están a punto de subir durante las semanas que se avecinan. Las existencias nacionales se están enviando desde el Valle de Coachella; la producción comenzará en Santa María en unas cuantas semanas. La calidad está muy buena; las cicatrices están al mínimo. MFC Calabacillas Amarillas y Calabacín están disponibles.



**fresas**

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

El clima cálido y soleado está aumentando los suministros y mejorando la calidad en las regiones agrícolas de Oxnard, Santa María, y Salinas/Watsonville, California. Los precios están mejorando. MFC Fresas están disponibles.



**tomates**

REGION	SUPPLIES	QUALITY	PRICE
FL	///	*****	\$\$\$
MEX/TX	///	*****	\$\$\$

El mercado está nivelado. La temporada de la temporada de la Florida de Ruskin/Palmetto está en su apogeo. Los agricultores de la Costa Este se mudarán a Quincy, Florida y las Carolinas para principios de junio. Los suministros mexicanos de los tomates redondos están disminuyendo en Sinaloa; los suministros de Baja están aumentando. Los abastos de los tomates Roma son adecuados en ambas áreas. La calidad está muy buena; los tomates grandes dominan la mayoría de las cosechas. MFC Tomates están disponibles.



**fruta de árbol**

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

Las temporadas chilenas de las nectarinas, los melocotones, y las ciruelas han terminado. La temporada de las frutas drupáceas de California está en camino. Los melocotones nacionales se enviarán desde mediados de mayo hasta mediados de septiembre. Las nectarinas llegarán al mercado para fines de mayo y correrán hasta mediados de septiembre. La temporada de las ciruelas comenzará para principios de junio y correrá hasta mediados de octubre. Los precios mejorarán mientras que las existencias aumenten.



**sandía**

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

Los precios están bajos; los nuevos suministros están aumentando; el clima cálido del verano está ayudando el desarrollo. La calidad está muy buena; los melones están jugosos y dulces.

# 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 BILL  
PILGRIM  
CHEF MIEMBRO DE  
MARKON

**Q** RSS Mezcla Urbana combina la acelga roja tierna, la rúcala silvestre, y la col rizada tierna que resulta en una versátil mezcla de ensalada. ¿De qué otras maneras usted sugeriría que los operadores utilizarán este ingrediente a través de toda parte de su menú?

**A** ←

Esta mezcla trabaja perfectamente como un componente a los platos principales en tazones, en rollos, sobre las hamburguesas, los sándwiches, y hasta en los rollitos de la primavera.



Añádala a los batidos o licuados o haga una ensalada con aderezo de yogur de limón que usted se puede comer en vez de beber.



Saltee o haga sofrito con esta mezcla ya sea sola o con ingredientes tales como el ajo, el jengibre, los champiñones, y las cebollas para un delicioso plato acompañante.



# SUGERENCIAS PARAS SERVIR LAS BERZAS:



- 1.** Saltee RSS Berzas hasta que queden tiernas y sívalas con batata majada y camarones empanizados con harina de maíz.
- 2.** Añada RSS Berzas a los braseados hechos lentamente a temperaturas bajas tales como el pernil o la falda de res para que pueden absorber todos los jugos empacados de sabor; sívalo como un plato acompañante y/o como guarnición.
- 3.** Ponga a freír RSS Berzas y RSS Cebollas Tajadas en manteca; desglase con caldo y ponga a cocinar a fuego bajo hasta que quede tierno, entonces añada mezclando la salsa de barbacoa. Ideal con las costillas, la ensalada de patata, y la carne de cerdo deshebrada.



# 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 berzas cortadas y fideos Soba

Una preparación fría de nuestras berzas cortadas en una ensalada de inspiración asiática, muy robusta y saludable, de fideos Soba.

4 T Ready-Set-Serve Berzas Cortadas  
1/2 T Markon First Crop Zanahorias, cortadas a la juliana  
1/2 T Markon First Crop Pimientos Rojos, cortados a la juliana  
1/4 T pepinos ingleses, cortados a la juliana  
8 cada Ready-Set-Serve Cebollino Lavado & Acicalado, cortados finamente  
1/4 T Ready-Set-Serve Cilantro Lavado & Acicalado  
12 oz. fideos cocidos de alforjón/Soba  
1 T semillas de sésamo, tostadas  
6 oz. vinagre de vino de arroz  
1 cdta. almíbar de arce  
2 Cda. jengibre, rallado  
2 Cda. Salsa Tamari o de soya  
2 cdta. Sambal/pasta chili de ajo  
1 Cda. aceite de sésamo  
1/4 T aceite de canola  
2 Cda. cremosa mantequilla de maní  
Cocine los fideos de Soba de acuerdo con las instrucciones en el paquete y enfríe. Utilizando una batidora, añada el vinagre de vino de arroz, la salsa Tamari, el almíbar de arce, el Sambal, el jengibre, el aceite de sésamo, y la mantequilla de maní. Mezcle, añadiendo el agua, entonces añada lentamente el aceite de canola para incorporarlo. Ponga a un lado. En un tazón, combine las berzas cortadas, los vegetales, y los fideos. Reserve el cebollino. Mezcle con el aderezo y amontone sobre un plato. Encima póngale el cebollino y las semillas de sésamo.



Terroso, pero fresco, este puré de coliflor hace un ideal plato de entrada o una sopa. ¡Como guarnición utilice los guisantes de la primavera y la albahaca frita!

