



# COSECHA FRESCA

SEMANA DEL 5 DE ENERO, 2025



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

## COLIFLOR

Los precios han caído; el rendimiento está alto en la región del desierto de Arizona-California. La calidad está buena; las cabezas están exhibiendo color blanco brillante con muy pocas magulladuras.

## PATATAS ROJAS & AMARILLAS

Los mercados de las patatas rojas de Idaho se mantendrán relativamente nivelados mientras que los precios por las patatas amarillas están subiendo levemente.

## TOMATES

Los precios de los tomates Roma y redondos están un poco más bajos debido a la reducción de la demanda. La producción está en camino en el oeste de México y se impulsará durante las tres semanas siguientes.



## BRÓCOLI

- Los suministros de la nueva cosecha del desierto de Arizona/California están exhibiendo excelente calidad.
- Los precios están débiles.

## PIMIENTOS

- Las existencias están extremadamente limitadas.
- La temporada del desierto de California ha terminado; la producción se impulsará en México para fines de este mes.

## COL VERDE

- Los precios mejorarán durante enero.
- La producción se está impulsando en la región del desierto de Arizona-California, México, Texas, y el Sudeste de los EE.UU.

# COSECHA FRESCA

SEMANA DEL 5 DE ENERO, 2025



manzanas

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

La temporada de las manzanas Golden Delicious de Michigan ha terminado; los suministros de las manzanas Honeycrisp se agotarán para principios de marzo, pero seguirán estando disponibles desde Washington. La cosecha almacenada de Washington de las MFC Manzanas Braeburn, Gala, Golden Delicious, Granny Smith, Fuji, y Red Delicious está en el mercado.



espárragos

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

Los mercados elevados persisten. La calidad es típica de las cosechas de la temporada tardía, con altos niveles de espárragos rebrotados/con puntas plumosas. Los espárragos grandes escasean. Los envíos peruanos están suplementando los abastos mexicanos y están evitando un intervalo de suministros, pero el déficit inminente de contenedores puede que reduzca las cantidades en general. MFC Espárragos están disponibles.



aguacates

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

El mercado está nivelado. RSS Aguacates en Trozos, Mitades, Guacamole Pico de Gallo, y Pulpa Pura están en el mercado.



pimientos verdes y rojos

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

Los precios están altos; las existencias están extremadamente limitadas. La temporada del desierto de California ha terminado; la producción se impulsará en México para fines de este mes. La calidad está buena. MFC y ESS Pimientos Verdes y Rojos están disponibles.



zarzamoras

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

El mercado está estable. Espere suministros adecuados provenientes de México para el invierno. La calidad está muy buena; las bayas están dulces y jugosas.



arándanos azules

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

Los precios están bajos. Las cantidades mexicanas están altas; los envíos chilenos y peruanos están arribando a los puertos de EE.UU. La calidad está muy buena; los arándanos están gordos y dulces.

# COSECHA FRESCA



brócoli

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

El mercado está débil. Los suministros de la nueva cosecha de la región del desierto de Arizona/California están exhibiendo excelente calidad. MFC Coronas de Brócoli están disponibles.



cantalupo

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

Los precios están elevados; la demanda está fuerte. Las cantidades de los melones Centroamericanos están bajas. La temporada nacional ha terminado; melones etiquetados por empacadores se están enviando.



coliflor

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

Los mercados han bajado; el rendimiento está alto en la región del desierto de Arizona-California. La calidad está muy buena; las cabezas están exhibiendo color blanco brillante con muy pocas magulladuras. ESS Coliflor está disponible.



apio

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

Los precios se han estabilizado; la demanda por los días festivos se ha debilitado. Los agricultores de Yuma tendrán una temporada corta en enero/febrero. MFC Apio está disponible.



chiles

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

El mercado no ha cambiado. La producción se mantiene en México continental. Los suministros de la Florida siguen erráticos debido a los huracanes que hubo al principio de la temporada. MFC Chiles Anaheim, Habanero, Jalapeño, Pasilla, Red Fresno, y Serrano están disponibles.



pepinos

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

La poca demanda y la abundancia de suministros están manteniendo los precios bajos. Los importes hondureños se están enviando hacia la Florida. La calidad está muy buena. MFC y ESS Pepinos están disponibles.



uvas

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

La temporada de California está concluyendo, así empujando los mercados hacia arriba. MFC y ESS Uvas Verdes y Rojas Lunch Bunch se seguirán enviando por varias semanas más. Uvas verdes y rojas sin semilla del extranjero etiquetadas por empacadores están disponibles.

# COSECHA FRESCA

  
lechuga  
orejona verde/  
lechuga de  
variedad

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

Los precios están débiles. Los suministros abundan a través de la región agrícola del desierto de Arizona-California y la Costa Este. MFC Lechuga Orejona Verde Premium está disponible.

  
melón  
dulce  
honeydew

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

Los mercados están elevados; la demanda está fuerte. Las cantidades de los melones Centroamericanos están bajas. La temporada nacional ha terminado; melones etiquetados por empacadores se están enviando.

  
lechuga  
iceberg

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

Los precios están bajos. El rendimiento está alto en ambas costas. La calidad está muy buena; los pesos por cabeza están subiendo. MFC Lechuga Iceberg Premium está disponible.

  
limones

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

Los mercados de California están bajando levemente. Las cantidades están elevadas; los limones de conteos de 165 hasta 235 dominan la cosecha. MFC y ESS Limones están disponibles.



limas

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

Los precios altos persisten; los agricultores están tratando de ponerse al día después de perder días de producción durante las Navidades y el día de Año Nuevo. Los suministros están siendo dominados por las limas grandes de conteos de 110 hasta 150. MFC y ESS Limas están disponibles.



cebollas

REGION	SUPPLIES	QUALITY	PRICE
CO	///	*****	\$\$\$
MI	///	*****	\$\$\$
NY	///	*****	\$\$\$
PNW	///	*****	\$\$\$
UT	///	*****	\$\$\$

El mercado se mantiene. Los suministros almacenados están siendo dominados por las cebollas de tamaño mediano y jumbo. Las cebollas blancas de tamaño jumbo escasean. MFC y ESS Cebollas Rojas y Amarillas están disponibles.



naranjas

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

Espere precios bajos por las naranjas pequeñas y mercados altas por las naranjas grandes. Las naranjas Cara Cara también están en el mercado. MFC y ESS Naranjas Navel están disponibles.



peras

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

Espere que los mercados suban durante el resto de la temporada. Los suministros de las peras Bartlett se agotarán para fines de enero. MFC Peras D'Anjou estarán disponibles hasta junio.



# COSECHA FRESCA



piñas

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

El mercado está estable; los abastos son suficientes. La calidad está muy buena; las frutas tienen sabor acidulado pero dulce. RSS Trozos y Lanzas de Piña están disponibles.



patatas  
roja y amarilla

REGION	SUPPLIES	QUALITY	PRICE
ID	///	*****	\$\$\$
MI	///	*****	\$\$\$
ND	///	*****	\$\$\$
WI	///	*****	\$\$\$

Los mercados de las patatas rojas de Idaho se mantendrán relativamente nivelados mientras que los precios por las patatas amarillas están subiendo levemente. La calidad está muy buena; los lotes actuales de las patatas rojas están exhibiendo color claro, pero esto está mejorando. MFC Patatas Rojas y Amarillas están disponibles.



patatas

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

La demanda deberá debilitarse durante el mes, así manteniendo los mercados nivelados. Las patatas grandes están limitadas en Washington. La calidad está excelente. MFC Patatas Burbank y Norkotah están disponibles.



frambuesas

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

Los precios no han cambiado; las existencias son adecuadas. El tamaño está siendo dominado por las bayas medianas. La calidad está buena; las bayas goteantes con desmoronamiento leve (células individuales se separan de la baya) son problemas ocasionales.



lechuga  
romana

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

Los mercados están débiles. Los abastos abundan a través de la región agrícola del desierto de Arizona-California y en la Costa Este. La calidad está muy buena; los pesos por cabeza deberán subir durante el mes. MFC Lechuga Romana Premium está disponible.



ensaladas y  
mezclas

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

Los precios están estables; los suministros abundan. La calidad está muy buena. El equipo de Garantía de Calidad de Markon está monitoreando los suministros para poder obtener la mejor calidad y los pesos más altos.

# COSECHA FRESCA



mezcla de primavera

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

El mercado está nivelado; los suministros están satisfaciendo la demanda. La calidad está muy buena en la región del desierto de Arizona-California. RSS Rúcala, Espinaca, y Mezcla de Primavera están disponibles.



calabazas

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

Los precios del calabacín y las calabacillas amarillas están débiles. Las cantidades están altas en el sur de la Florida y Sinaloa, México. La calidad está muy buena. MFC Calabacillas Amarillas y Calabacín están disponibles.



fresas

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

El mercado se mantiene relativamente nivelado. Las temporadas de Santa María y Oxnard están concluyendo; la producción del invierno está programada para comenzar la semana próxima, así aumentando los suministros. Las existencias son suficientes en la Florida y México. MFC Fresas están disponibles.



tomates

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

Los precios de los tomates Roma y redondos están un poco más bajos debido a la reducción de la demanda. La producción está en camino en el oeste de México y se impulsará durante las tres semanas siguientes. Las cantidades de la Costa Este aumentarán para mediados de enero. MFC Tomates están disponibles.



fruta de árbol

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

Las temporadas extranjeras de las nectarinas, los melocotones, y las ciruelas comenzarán en una a dos semanas. Espere cantidades bajas hasta que la temporada se encamine completamente. Los niveles de azúcar empezarán bajos, pero subirán durante el mes.



sandía

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

El mercado está elevado. Las existencias escasean en todas las regiones agrícolas. Los suministros del extranjero se están enviando en este momento. La calidad está justa; el color es claro y los niveles de azúcar están bajos.

# 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 SARAH  
RICHARDSON  
CHEF MIEMBRO DE  
MARKON

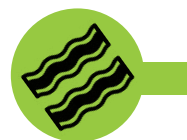
La tendencia del bienestar continúa atrayendo a los comensales. ¿Qué platos centrados en los productos agroalimentarios usted sugeriría para atraer a estos clientes?

A

Los vegetales se han hecho más populares como el centro de la opción del plato. Los champiñones siguen dominando los pensamientos como alternativa saludable para la carne.



Muchos que practican la dieta flexible les gusta la textura cuando se les añade a los tazones de vegetales-granos, ya que no les da la impresión que están perdiendo las proteínas de animales.



Además, con la abundancia natural de sabor umami, los champiñones no son solamente buenos acompañantes, pero deliciosos solos, simplemente rostizados con aceite, sal, pimienta y hierbas finas.



# SUGERENCIAS PARAS SERVIR LAS CHALOTAS:



- 1.** Añada chalotas escabechadas a una variedad de platos tales como los sándwiches, los tacos, los curris, y la tostada de aguacate.
- 2.** Taje y fríalas rápidamente para hacer una cobertura crocante y aromática para las ensaladas verdes, el arroz frito, y los platos de fideos.
- 3.** Refina las mezclas de Mirepoix por medio de sustituir las chalotas por las cebollas—son más refinadas.

# 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.

## Guisantes dulces con chalotas y champiñones

Esta sencilla guarnición, una combinación de sabores dulces, brillantes y picantes, combina bien con pescado y aves a la parrilla.

- 3 T MFC Guisantes Dulces, hechos al vapor ligeramente
- 1 T MFC Champiñones Cremini, acuartelados and salteados ligeramente
- 1 T RSS Chalotas Peladas, cortadas en ruedas y salteadas ligeramente
- 2 Cda. MFC Menta, cortada
- 1 cda. Ralladura de cáscaras de MFC Limones

Mezcle todos los ingredientes juntos y sirva como plato acompañante para los mariscos o las aves de corral.

¡Ideal como una ensalada pequeña!

Esta sopa de bolas de Matzo es modificada utilizando piedras de toque auténticas tales como la pasta hecha en casa, hierbas fines, un toque de jengibre.

