



COSECHA FRESCA

SEMANA DEL 21 DE SEPTIEMBRE, 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

PATATAS

Las MFC Patatas Norkotah están disponibles en Idaho y Washington. Los agricultores cosecharán los suministros de la nueva cosecha en múltiples regiones hasta mediados de octubre.

ARÁNDANOS AZULES

Los precios están elevados. La temporada de los arándanos azules del Noroeste Pacífico ya pasó su punto culminante. Los envíos peruanos están empezando a llegar a los EE. UU. La temporada de México se ha retrasado debido a la lluvia y el frío.

CEBOLLAS

Los suministros de cebollas de la corrida fresca abundan, con las temporadas de Washington, Oregón, Idaho, Utah y Colorado en pleno auge. Los mercados se mantienen estables a niveles más bajos.



ESPÁRRAGOS

- Los precios están bajando gradualmente a través de múltiples regiones.
- Los suministros de los espárragos de tamaños grandes y jumbo están aumentando.

NECTARINAS

- Los suministros escasean; la cobertura es determinada a diario.
- La temporada finalizará en los próximos 7 a 10 días.

AGUACATES

- Las cantidades mexicanas continúan aumentando semana tras semana, inundando el mercado con todos los tamaños.
- El rendimiento de California y Perú sigue disminuyendo semana tras semana; ambas temporadas terminarán en tres semanas.

COSECHA FRESCA

SEMANA DEL 21 DE SEPTIEMBRE, 2025



manzanas

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

La temporada de almacenamiento en Washington está terminando. Han comenzado las nuevas cosechas en Michigan y Washington. La calidad está excelente; los niveles de azúcar oscilan entre el 12 y el 13 de Brix en Michigan y entre el 14 y el 18 de Brix en Washington. MFC Manzanas Gala, Golden Delicious, Granny Smith, Fuji y Red Delicious están disponibles.



espárragos

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

Los precios están bajando a través de múltiples regiones; los suministros de los espárragos de tamaño grande y jumbo están aumentando. Baja California, México, será la principal región productora hasta principios de octubre; se espera alta calidad con defectos al mínimo. MFC Espárragos están en el mercado.



aguacates

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

Los precios están bajos. Las cantidades mexicanas siguen aumentando semana tras semana, inundando el mercado con todos los tamaños. Las cosechas de California y Perú siguen disminuyendo semana tras semana. Pico de Gallo Guacamole y la Pura Pulpa están disponibles.



pimientos verdes y rojos

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

Los precios están bajando ligeramente. El rendimiento de los pimientos verdes deberá mantenerse suficiente hasta principios del otoño, salvo mal tiempo o tormentas. Los suministros de los pimientos rojos de California aumentarán durante las próximas semanas. La producción está en pleno auge en el centro de México. MFC y ESS Pimientos Verdes y Rojos están disponibles.



zarzamoras

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

El mercado está nivelado. Los suministros están satisfaciendo la demanda en California y México, mientras que las cantidades en el Noroeste Pacífico están altas. La calidad está muy buena; las bayas están gordas y dulces.



arándanos azules

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

Los precios están altos. La temporada de los arándanos azules del Noroeste Pacífico ha pasado su punto culminante. Los envíos peruanos están comenzando a llegar a los EE. UU. La temporada de México se ha retrasado debido a la lluvia y el frío.

COSECHA FRESCA



brócoli

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

Los mercados han alcanzado su punto culminante; el aumento de los suministros está aliviando ligeramente el mercado, pero la presión de las plagas seguirá siendo un problema durante el otoño. La calidad varía desde regular hasta buena. MFC Coronas de Brócoli están disponibles.



cantalupo

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

Los suministros se están reduciendo a medida que la temporada del Valle de San Joaquín llega a su fin, pero la demanda es baja. El tamaño predomina en los melones de conteos de 9 y 12; los melones de conteos de 15 escasean. La calidad está excelente. La cosecha se trasladará a la región del desierto de Arizona y California en aproximadamente un mes. MFC Melones Cantalupo están disponibles.



coliflor

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

Aunque existe una amplia gama de precios, los mercados se mantienen relativamente estables, a niveles bajos o por el promedio. La calidad está muy buena, pero el clima caluroso y húmedo está causando la descoloración y posible aparición de tizón/mildiu. ESS Coliflor está disponible.



apio

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

Los precios siguen subiendo debido a que algunos agricultores redujeron las siembras para la segunda mitad de la temporada de Salinas. La cosecha comenzará en Oxnard en noviembre. La temporada de Michigan se extenderá hasta octubre. La calidad está excelente. MFC Apio está disponible.



chiles

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

El rendimiento de los chiles Jalapeño y Pasilla está especialmente alto, mientras que los abastos de los chiles Serrano están limitados. La calidad está muy buena. MFC Chiles Anaheim, Habanero, Jalapeño, Pasilla, Red Fresno, y Serrano están disponibles.



pepinos

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

Los precios están nivelados en Baja California, mientras que los mercados se mantienen activos en el centro de México. Los agricultores anticipan un leve aumento de precios a medida que la producción avanza hasta septiembre. Los mercados de la Costa Este y el Medio Oeste se mantienen estables. MFC y ESS Pepinos están disponibles.



uvas

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

El mercado sigue débil. La temporada se extenderá hasta finales de noviembre y será seguida por los suministros del extranjero en diciembre. MFC y ESS Uvas Verdes y Rojas Sin Semilla, así como las MFC Uvas Lunch Bunch están disponibles.

COSECHA FRESCA


lechuga
orejona verde/
lechuga de
variedad

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

Los precios están débiles; los suministros abundan. MFC Lechuga Orejona Verde Premium está disponible.


melón
dulce
honeydew

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

El mercado se mantiene estable. Los suministros están disminuyendo mientras que la temporada del Valle de San Joaquín llega a su fin, pero la demanda está débil. MFC Melones Honeydew están disponibles.


lechuga
iceberg

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

Los precios están bajando ligeramente mientras que aumentan los abastos en Salinas y Santa María, California. El rendimiento en la Costa Este se está reduciendo debido a la falta de lluvia. MFC Lechuga Iceberg Premium está disponible.


limones

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

Espere existencias limitadas y mercados elevados hasta mediados de octubre, cuando los suministros de la nueva cosecha de California se empiecen a enviar. MFC y ESS Limones están disponibles.


limas

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

Los precios siguen bajando ligeramente, mientras que la demanda estacional aminora y los ciclos de cultivo actuales están en transición. Los suministros son suficientes. MFC y ESS Limas están disponibles.


cebollas

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

Los suministros de las cebollas de la corrida fresca abundan, con las temporadas de Washington, Oregón, Idaho, Utah y Colorado en pleno apogeo. Los mercados se mantienen estables a niveles más bajos. MFC y ESS Cebollas están disponibles.


naranjas

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

Espere que los precios suban y las naranjas Valencia de California escaseen hasta mediados de octubre. Las naranjas de tamaño pequeño (conteos de 113 a 138) siguen estando limitadas. Se espera que la nueva cosecha de las naranjas Navel de California se empiece a enviar para finales de octubre. MFC y ESS Naranjas Valencia están disponibles.


peras

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

El mercado no ha cambiado. La nueva cosecha de las peras de Washington de las variedades Bartlett, Bosc y D'Anjou se está enviando. La temporada de California terminará para fines de octubre. MFC Peras Bartlett están disponibles.

COSECHA FRESCA



piñas

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

Los precios están elevados. La nueva temporada de Costa Rica está en marcha; las existencias están aumentando. Los niveles de azúcar están aproximadamente por el 14 de Brix. RSS Trozos y Lanzas de Piñas están disponibles.



patatas
roja y amarilla

REGION	SUPPLIES	QUALITY	PRICE
ID	///	*****	\$\$\$
MN	///	*****	\$\$\$
WA	///	*****	\$\$\$
WI	///	*****	\$\$\$

Los suministros de la corrida fresca se están enviando desde Idaho, Washington y Wisconsin. La temporada de Colorado se está encaminando. La producción comenzará en Dakota del Norte para principios de octubre. MFC Patatas Rojas y Amarillas están disponibles.



patatas

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

Los precios están mejorando. Los agricultores cosecharán las patatas Norkotah de la nueva cosecha de en múltiples regiones hasta mediados de octubre. La calidad de la nueva cosecha está excelente. MFC Patatas Norkotah se están enviando desde Idaho y Washington. Las patatas Burbank de la corrida fresca estarán disponibles en cantidades limitadas la semana próxima.



frambuesas

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

Los mercados están bajos. El rendimiento está alto en California y Baja California, México. La calidad general está muy buena.



lechuga
romana

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

Los precios están débiles; los suministros abundan en Salinas y Santa María, California. La calidad está regular: las temperaturas altas puede que provoquen el aumento de la presión de las lechugas rebrotadas, las quemaduras y la presión de los insectos. MFC Lechuga Romana Premium está disponible.



ensaladas y
mezclas

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

Los precios no han cambiado; las existencias de la Costa Oeste abundan. La ola de calor de esta semana puede que provoque un aumento de las lechugas rebrotadas, las quemaduras, y la presión de los insectos, pero no lo suficiente como para afectar los suministros. La calidad está buena.

COSECHA FRESCA



mezcla de primavera

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

El mercado se mantiene; los suministros del Valle de Salinas abundan. La calidad está muy buena; el clima caluroso puede que reduzca la vida de estante, retrase el desarrollo y cause la germinación y los rebrotes. RSS Rúcula, Espinaca y Mezcla de Primavera están disponibles.



calabazas

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

Los precios están nivelados. La temporada está concluyendo en Fresno, California, pero la producción de Santa María correrá hasta fines de octubre. Los suministros están constantemente disponibles desde Baja California, México; la temporada principal de Sonora comenzará para mediados de octubre. Las existencias de la Costa Este y el Medio Oeste son adecuadas. La calidad está muy buena. MFC Calabacín y Calabacillas Amarillas están disponibles.



fresas

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

El mercado está subiendo levemente. La temporada de Salinas/Watsonville está concluyendo. La producción de otoño de la nueva cosecha ha comenzado en Santa María; los suministros aumentarán durante septiembre y para principios de octubre. MFC Fresas están disponibles.



tomates

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

Los precios están estables. Los suministros de California son suficientes. El tamaño ha disminuido ligeramente debido al calor reciente; la mayoría de la fruta se encuentra en el rango mediano y grande. Se espera que los agricultores envíen suficientes cantidades desde Baja California y el centro de México hasta septiembre. MFC Tomates están disponibles.



fruta de árbol

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

El mercado de las nectarinas de California ha subido; la temporada terminará en 7-10 días. Los suministros de los melocotones y las ciruelas abundan; estas temporadas se extenderán hasta mediados de octubre. La calidad general está muy buena; los niveles de azúcar oscilan entre el 11 y el 14 de Brix. La temporada de frutales chilenos comenzará para mediados de enero.



sandía

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

Los precios están débiles. Las cantidades están altas ambas costas; hay todos los tamaños disponibles. Los suministros de los melones mini sin semilla abundan. La calidad está excelente; los niveles de azúcar están de aproximadamente por el 10+ 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
GARETH BERG
CHEF MIEMBRO DE
MARKON

Q

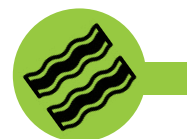
Las ensaladas del otoño y el invierno incorporan más cereales y verduras nutritivas. ¿Cuáles son tus combinaciones de sabores favoritas para esta época del año?

A

Mi nueva favorita ensalada del otoño es una variación de la Nicoise.



Yo utilizo la RSS Mezcla de Lechuga Mantecosa Bistro como base y la cubro con MFC Patatas Amarillas con menta, chirivías asadas, huevos duros, cebada perlada, tomates y MFC Cebollas Blancas chamuscadas y picadas.



Yo sugeriría una vinagreta de zarzamoras hecha con lavanda como aderezo.

SUGERENCIAS PARA SERVIR CEBOLLAS LAS HABICHUELAS TIERNAS:



- 1.** Unte con aceite de oliva y sal/pimienta antes de cocinar para añadir sabor a cualquier guarnición o mezcla de verduras asadas.
- 2.** Mezcle las habichuelas tiernas hechas a la parrilla y recortadas con salsa Xo; cubra con hojuelas de bonito.
- 3.** Mezcle con salteados y platos de arroz frito.

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.

Champiñones Portabella rellenos con col rizada y acelga

Ofrezca una opción vegetariana sustanciosa con champiñones Portabella de sabor umami rellenos con col rizada saludable y acelga arcoíris, piñones crujientes y cremoso queso Fontina.

4 grandes MFC Champiñones Portabella, con los tallos removidos
3 Cda. aceite de oliva
8 oz. RSS Col Rizada Desmoronada
4 oz. acelga arcoíris, cortada
¼ Cda. piñones, tostados
¼ Cda. queso Fontina, rallado
Sal y pimienta, a gusto

Precaliente el horno a 400° F/204 °C.
Con una cucharada de aceite de oliva, unte cantidades iguales en el exterior de cada hongo.

Caliente las tres cucharadas de aceite restantes en un sartén. Cocine la col rizada y la acelga hasta que se ablanden; sazone con sal y pimienta.

Rellene cada sombrerete de cada champiñón con la misma cantidad de verduras. Añada una cucharada de piñones y otra de queso. Hornee hasta que el queso



Esta receta de sopa de bolas de Matzo utiliza ingredientes modernos tales como la pasta casera, las hierbas frescas y el jengibre.