



COSECHA FRESCA

SEMANA DEL 7 DE DICIEMBRE, 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

COLES DE BRUSELAS

Los mercados están elevados y los suministros están extremadamente limitados debido a problemas de calidad cuales están reduciendo severamente el rendimiento.

MANZANAS

Espere precios ligeramente más altos para las variedades pequeñas de las manzanas Gala y Honeycrisp. Los mercados de las otras variedades de MFC Manzanas se mantienen estables.

CEBOLLINO

Las fuertes lluvias recientes en las regiones de agrícolas del desierto han incrementado los mercados y reducido el rendimiento.

OREJONA VERDE, ICEBERG, y LECHUGA ROMANA

- Los mercados están mejorando a medida que aumenta la producción en el desierto de Arizona y California.
- Los pesos están subiendo ya que el clima favorable está promoviendo el desarrollo.

FRESAS DE CALIFORNIA

- Los suministros de California siguen estando extremadamente limitados debido a las lluvias y las bajas temperaturas de las últimas dos semanas.
- Las fresas mexicanas (hacia el Sur de Texas) y los suministros provenientes de a Florida están aumentando; la calidad está mejorando. Espere que los mercados declinen durante los próximos 10 días.

ESPÁRRAGOS

- Los precios se mantienen estables; los espárragos pequeños están satisfaciendo la demanda.
- Las existencias de los espárragos de tamaños jumbo y extra-grandes siguen estando limitadas en México; en Perú existe una distribución más amplia de tamaños.

COSECHA FRESCA

SEMANA DEL 7 DE DICIEMBRE, 2025



manzanas

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

Los precios para las manzanas pequeñas Gala y Honeycrisp han subido ligeramente; los mercados para las demás variedades se mantienen estables. La calidad está excelente. MFC Manzanas Gala, Golden Delicious, Granny Smith, Fuji y Red Delicious están disponibles.



espárragos

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

Los espárragos pequeños están satisfaciendo la demanda, mientras que los espárragos de tamaños jumbo y extra-grandes siguen estando limitados en México; en Perú existe una distribución más amplia de tamaños. MFC Espárragos están disponible en Baja, México; espárragos etiquetados por empacadores se están sustituyendo si es necesario.



aguacates

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

Los precios débiles persisten. Los suministros mexicanos abundan. El rendimiento es suficiente en California y Perú. La calidad está muy buena; el sabor es ligeramente como a nuez y la textura está cremosa. RSS Aguacates en Trozos, Mitades, Guacamole Pico de Gallo, Auténtico Guacamole Grueso, y Pulpa Pura están disponibles.



pimientos verdes y rojos

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

El mercado ha subido un poco. La producción de los pimientos verdes está aminorando en Coachella; la temporada terminará en un par de semanas. Las cantidades mexicanas están aumentando; sin embargo, aún no han alcanzado los niveles anteriores. Los agricultores de la Costa Este cosecharán en la Florida hasta mayo. Se están enviando suministros moderados de pimientos rojos desde Coachella. El clima fresco de esta semana retrasará aún más el rendimiento. MFC y ESS Pimientos Verdes y Rojos están disponibles.



zarzamoras

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

Los precios están estables. Los suministros mexicanos están aumentando semana tras semana. La calidad está muy buena; ocasionalmente se descartan las bayas blandas antes del enviarse.



arándanos azules

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

El mercado está nivelado. Los suministros están satisfaciendo la demanda tanto desde México como de Perú. La calidad está muy buena.

COSECHA FRESCA



brócoli

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

Los precios están bajando ligeramente a medida que aumenta la producción en los desiertos de Arizona y California. Los agricultores también están cosechando en Georgia, Carolina del Norte, la Florida y México. MFC Coronas de Brócoli están disponibles esporádicamente; Markon Best Available (MBA) Coronas de Brócoli se están enviando según sea necesario.



cantalupo

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

Aunque la temporada extranjera ya está en marcha, los suministros siguen estando limitados. Los precios están altos. La calidad está mejorando.



coliflor

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

Los precios están bajando mientras que mejora la calidad y aumentan los suministros de los nuevos cultivos en la región del desierto de Arizona y California. La humedad puede que aumente el mildiu y el tizón, así como la formación de granos de color café y la decoloración general. ESS Coliflor está disponible esporádicamente; coliflor etiquetada por empacadores se sustituirá según sea necesario.



apio

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

Los mercados se mantienen altos debido a la fuerte demanda y las pocas cantidades en Oxnard, California. Las temporadas del desierto de Arizona y California, así como las de Florida, comenzarán para mediados de diciembre. La calidad está buena; la presencia del meollo y enfermedades son problemas ocasionales. MFC Apio está disponible.



chiles

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

Los precios están altos; las existencias están limitadas. La producción de Baja California y Sonora en México está comenzando. Espere cantidades más altas si el buen clima persiste este mes. MFC Chiles Anaheim, Habanero, Jalapeño, Poblano, Red Fresno y Serrano están disponibles.



pepinos

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

El mercado está equilibrado. Los suministros mexicanos abundan; la temporada de Sonora está terminando, pero la nueva cosecha ha comenzado en Sinaloa. La calidad está excelente. Los agricultores de la Costa Este cosecharán en la Florida hasta mayo. MFC y ESS Pepinos están disponibles.



uvas

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

Los precios han subido. Los suministros provenientes de California se están enviando desde los almacenes. Las temporadas extranjeras de Perú y Chile comenzarán en una o dos semanas. MFC y ESS Uvas Verdes y Rojas Sin Semilla, como también las Ya MFC Uvas Lunch Bunch están disponibles.

COSECHA FRESCA


lechuga
orejona verde/
lechuga de
variedad


melón
dulce
honeydew


lechuga
iceberg


limones

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

Los mercados están bajando lentamente a medida que aumenta la producción en la región del desierto. MFC Lechuga Orejona Verde está disponible esporádicamente; Markon Best Available (MBA) se está sustituyendo según sea necesario.

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

Los precios están altos. Aunque la temporada del extranjero ya está en marcha, los suministros siguen estando limitados.

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

Los pesos están aumentando gracias al clima favorable cual está promoviendo el desarrollo. MFC Lechuga Iceberg está disponible esporádicamente; MBA se está sustituyendo según sea necesario.

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

Los precios no han cambiado. Los suministros de California son suficientes y la calidad está muy buena. MFC y ESS Limones están disponibles.


limas

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

Los precios están elevados. Las cantidades mexicanas están bajas; la demanda por los diez festivos está fuerte. MFC y ESS Limas están disponibles.


cebollas

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

El mercado se mantiene relativamente estable, con la posibilidad de un ligero repunte para finales de esta semana. Los precios de las cebollas blancas están un poco más altos; los suministros están disminuyendo. La temporada mexicana comenzará en febrero. MFC y ESS Cebollas Rojas y Amarillas están disponibles.


naranjas

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

Los precios de las naranjas Navel de California se mantienen estables; las existencias son suficientes. MFC y ESS Naranjas Valencia están disponibles.


peras

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

La temporada de California ha terminado. La demanda se ha desplazado hacia Washington, así empujando los precios hacia arriba. La calidad está buena; los niveles de azúcar oscilan entre el 14 y el 17 de Brix. MFC Peras Bartlett y D'Anjou de Washington se enviarán hasta enero.

COSECHA FRESCA



piñas

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

Los suministros costarricenses son suficientes. La calidad está muy buena, pero las lluvias recientes han causado algunas manchas de azúcar. Los niveles de azúcar están alrededor del 13.5 de Brix. RSS Trozos y Lanzas de Piña están disponibles.



patatas
roja y amarilla

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

Los precios de las patatas rojas y amarillas no han cambiado. Los suministros almacenados están satisfaciendo la demanda en la mayoría de las regiones, pero las patatas rojas de grado B y número 2 escasean en Michigan. MFC Patatas Rojas y Amarillas están disponibles.



patatas

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

Los mercados se mantienen estables en todas las regiones, excepto en Nevada, donde los precios están ligeramente más altos. Las patatas Norkotah de Idaho se están enviando desde almacenes. Espere excelente calidad con cáscaras bien fijadas. MFC Patatas Burbank y Norkotah de Idaho están disponibles.



frambuesas

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

Los precios están nivelados; los suministros abundan. La calidad mexicana está muy buena; las bayas están firmes y su color es intenso.



lechuga
romana

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

Los mercados están bajando levemente a medida que aumenta la producción en la región del desierto de Arizona y California. El peso está aumentando gracias al clima favorable cual está promoviendo el desarrollo. MFC Lechuga Romana está disponible esporádicamente; MBA se está sustituyendo según sea necesario.



ensaladas y
mezclas

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

Los precios se están estabilizando. Las cantidades están aumentando en la zona del desierto de Arizona y California. Los pesos están aumentando gracias al clima ideal. La calidad está mejorando.

COSECHA FRESCA



mezcla de primavera

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

El mercado se mantiene estable. Las cantidades están aumentando en la zona del desierto de Arizona y California. Los pesos están aumentando debido al clima más cálido y seco. La calidad está mejorando. RSS Rúcula, Espinaca y Mezcla de Primavera están disponibles.



calabazas

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

Ahora que se han despejado los bloqueos fronterizos con México de la semana pasada, los agricultores están clasificando sus suministros. Los precios del calabacín han bajado, pero el mercado de las calabacillas amarillas está ligeramente más alto. Los agricultores de la Costa Este cosecharán en la Florida hasta mayo. MFC Calabacín y Calabacillas Amarillas están disponibles.



fresas

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

Los suministros de California siguen estando extremadamente limitados debido a las lluvias y las bajas temperaturas de las últimas dos semanas. Los suministros de las fresas mexicanas (hacia el Sur de Texas) y de la Florida están aumentando; la calidad está mejorando. Espere que los mercados declinen gradualmente durante los próximos 10 días. MFC Fresas están disponibles esporádicamente.



tomates

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

Los precios están estables. Espere que los suministros sigan siendo suficientes desde Baja California y el centro de México hasta que comiencen las temporadas de Culiacán y Sinaloa en un par de semanas. Los agricultores de la Florida se están desplazando más al sur. La calidad general está buena. MFC Tomates están disponibles.



fruta de árbol

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

La temporada extranjera de los árboles frutales chilenos comenzará para mediados de enero.



sandía

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

Los mercados están nivelados. La temporada de la Florida ha terminado; los agricultores están enviando desde México y Guatemala. La calidad varía desde buena hasta muy buena; los niveles de azúcar oscilan entre el 8 y 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
ADAM WALKOVER
CHEF MIEMBRO DE
MARKON

Q

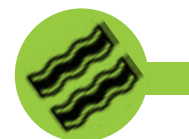
Con todos los ingredientes tradicionalmente fuertes que se utilizan en los menús de invierno, los cítricos pueden aportar brillo y contraste de sabores. ¿Cómo recomienda a los chefs que lo hagan?

A

Los cítricos definitivamente rompen la riqueza y la grasa de los ingredientes invernales más pesados, como las carnes estofadas o las verduras guisadas.



Puede agregar fácilmente el jugo o las ralladuras de las cáscaras de los cítricos directamente a un plato o incluso puede usar las ralladuras para hacer una Gremolata rápida que agrega hierbas finas y una textura crujiente.



También puede considerar una sencilla granita de cítricos para aligerar un aperitivo de mariscos frescos. Mi favorita es la granita de toronja rosada con semilla de pimienta sobre ostras crudas.

SUGERENCIAS PARA SERVIR MFC LIMONES:



- 1.** Los vibrantes sabores de los MFC Limones alegran los menús de invierno. Piense en platos de aves de corral, los mariscos y los postres.
- 2.** Añada balance y equilibrio a las vinagretas, los glaseados y las salsas con el jugo y las ralladuras de las cáscaras de los MFC Limones.
- 3.** Aligere sus recetas de bollos de bayas, el risotto, los panqueques, las tostadas francesas, los cócteles y la carne de cerdo con MFC Limones.

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.

Pulpo hecho a la parrilla, con alcachofas tiernas y limones en conserva

Visualmente deslumbrante y con sabores globales, este plato de moda también se puede preparar con vieiras o camarones.



Dale
a los arándanos rojos
un toque ácido y sabroso con
naranjas sanguinas
e hinojo fresco;
cócelos a fuego
lento hasta que se
espesen y sívalos
con aves de corral
o carne de caza.



- | | |
|-----------|---|
| 1 lb. | Pulpo, limpiado |
| 1 T | Vino blanco |
| 3 dientes | RSS Ajo Pelados, machacados |
| 2 | MFC Limones, cortados en cuartos |
| 6 | Alcachofas Tiernas, limpias, cortadas por la mitad y cocidas al vapor hasta que estén tiernas |
| | Aceite de oliva para freír |
| 1/2 T | Limón en conserva |
| 2 T | Lechuga Frisée |
| 1/3 T | Aceite de limón y aguacate |
| | Sal Kosher y pimienta negra recién molida, a su gusto. |
| | Salsa Harissa (opcional) |

Cocine a fuego lento el pulpo en vino blanco, ajo, un limón picado y suficiente agua para cubrirlo durante aproximadamente una hora (o hasta que quede tierno). Escorra y deje enfriar. Unte con una cucharada de aceite de limón y aguacate y hágalo a la parrilla hasta que quede ligeramente chamuscado (cuatro minutos por lado). Corte en rodajas y reserve. Fría las mitades de alcachofa en tandas en aceite caliente; escúrralas. Exprima un limón sobre las alcachofas y sazone con sal y pimienta. Coloque porciones iguales del pulpo, las alcachofas, el limón en conserva y la lechuga Frisée en platos; rocíe con el resto del aceite de limón y aguacate. Decore con la salsa Harissa (opcional).