



# COSECHA FRESCA

SEMANA DEL 11 DE ENERO, 2026

**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

## ZANAHORIAS

Los suministros de las zanahorias en la Costa Oeste están disminuyendo. La disponibilidad estará limitada durante las próximas dos semanas debido a problemas climáticos que están reduciendo el rendimiento. Los precios de los productos empaquetados de las zanahorias están subiendo.

## FRESAS

Los agricultores de California están entresacando sus campos y evaluando los daños causados por las tormentas recientes. La producción está programada para comenzar para fines de semana; esperen precios extremadamente altos y bajo rendimiento debido a las lluvias recurrentes.

## MELONES

La disponibilidad de los melones cantalupo y honeydew procedentes del extranjero está limitada, ya que los problemas meteorológicos que se hubo al principio del ciclo de cultivo siguen afectando la producción. La disponibilidad sigue siendo inconsistente y se espera que los precios se mantengan firmes mientras la industria gestiona las limitaciones de los abastos.



## PEPINOS

- Espere que los mercados se mantengan estables durante las próximas dos semanas.
- Los suministros de la Florida están limitados, pero las importaciones de Honduras están aumentando. El rendimiento mexicano se ha regresado a la abundancia, con buena calidad en general proveniente de los nuevos campos en Sinaloa.

## APIO

- Los precios elevados del apio fresco recién cortado persistirán hasta mediados de febrero debido a las condiciones climáticas extremas que han reducido el rendimiento en California.
- Se perdió hasta el 55% de la cosecha de apio destinada para los procesadores, lo que ha afectado gravemente la disponibilidad del producto.

## NARANJAS

- La cosecha de las naranjas Navel de California está siendo dominada por las naranjas grandes; las frutas pequeñas (naranjas de conteos de 88, 113 y 138) están extremadamente limitadas.
- Las variedades Cara Cara y Mandarina son buenas alternativas.

# COSECHA FRESCA

SEMANA DEL 11 DE ENERO, 2026



manzanas

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

La mayoría de los mercados están nivelados, pero los precios de las manzanas Gala y Red Delicious de Washington de tamaño pequeño están un poco más altos. La calidad está excelente; los niveles de azúcar oscilan entre el 15 y el 18 de Brix. MFC Manzanas Gala, Golden Delicious, Granny Smith, Fuji y Red Delicious están disponibles.



espárragos

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

Los precios están mejorando a medida que aumentan los suministros, aunque los espárragos de tamaños jumbo siguen estando limitados. MFC Espárragos están disponible.



aguacates

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

El mercado está débil; los aguacates mexicanos abundan. Las cantidades están por el promedio 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, y Pulpa Pura están disponibles.



pimientos verdes y rojos

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

Los precios están ligeramente más bajos esta semana. Los pimientos verdes están aumentando ahora que han terminado los días festivos. El clima ideal está favoreciendo el desarrollo en la Florida y México; la calidad está muy buena. La cosecha de los pimientos rojos de la nueva temporada ya está en marcha en México. La temporada de Coachella, California, está llegando a su fin. MFC y ESS Pimientos Verdes y Rojos están disponibles.



zarzamoras

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

El mercado se mantiene estable; los suministros abundan. La calidad del producto mexicano está muy buena; la blandura es un problema menor.



arándanos azules

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

Los precios se mantienen estables. Las existencias mexicanas abundan. La temporada peruana ha finalizado. La producción se ha trasladado a Chile. La calidad está muy buena; las bayas están gordas y su sabor es sutilmente dulce.



# COSECHA FRESCA



**brócoli**

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

Los mercados estables persisten; los suministros del desierto de Arizona y California están satisfaciendo la demanda a pesar de varias semanas de lluvia. El mildiu, la podredumbre de tallo, y el tamaño irregular son problemas ocasionales. La cosecha en la Costa Este también está en marcha en Georgia, Carolina del Norte y la Florida. Las existencias mexicanas abundan; los precios están bajos. MFC Coronas de Brócoli están disponibles.



**cantalupo**

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

Los suministros del extranjero escasean ya que los problemas meteorológicos que hubo al principio del ciclo de cultivo siguen afectando la producción. La disponibilidad sigue siendo irregular, se espera que los precios se mantengan firmes mientras la industria gestiona las limitaciones de los suministros.



**coliflor**

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

El mercado está subiendo ligeramente debido a problemas de calidad causados por las lluvias en la región agrícola del desierto de Arizona y California. La calidad está buena; el mildiu, el tizón, como también las cuentas de color café y la decoloración en general son problemas menores a través de toda la industria. ESS Coliflor está disponible.



**apio**

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

Los precios elevados del apio fresco recién cortado persistirán hasta mediados de febrero debido a las condiciones climáticas extremas que han reducido el rendimiento en California. MFC Apio está disponible.



**chiles**

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

El mercado está nivelado. MFC Chiles Anaheim, Habanero, Jalapeño, Poblano, Red Fresno y Serrano están disponibles.



**pepinos**

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

Espere que los precios se mantengan estables durante las próximas dos semanas. Los suministros de la Florida están limitados, pero las importaciones de Honduras están aumentando. El rendimiento mexicano ha aumentado con buena calidad en general proveniente de los nuevos campos en Sinaloa. MFC y ESS Pepinos están disponibles.



**uvas**

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

Espere que los mercados se mantengan estables durante las próximas dos semanas, para luego empezar a descender cuando aumenten los envíos de uvas chilenas a la Costa Oeste. MFC Uvas Lunch Bunch de California se enviarán hasta finales de enero; los envíos de uvas verdes y rojas han terminado. MFC y ESS Uvas Verdes y Rojas sin semilla chilenas ya se están enviando. Las uvas envasadas con etiqueta del productor llegarán al mercado para finales de enero; MFC Uvas Lunch Bunch de origen extranjero estarán disponibles para mediados de febrero.

# COSECHA FRESCA



**lechuga orejona verde/ lechuga de variedad**

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

Los precios bajos persisten; los suministros abundan. MFC Lechuga Orejona Verde está disponible.



**melón dulce honeydew**

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

Los suministros de los melones procedentes del extranjero están limitados debido a los problemas meteorológicos que se presentaron al principio del ciclo de cultivo, cuales siguen afectando la producción. La disponibilidad sigue siendo inconsistente.



**lechuga iceberg**

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

Los precios están débiles. Las cantidades están aumentando, pero los pesos son irregulares a través de toda la industria. MFC Lechuga Iceberg está disponible esporádicamente; MBA se sustituirá cuando es necesario.



**limones**

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

Los suministros de California están satisfaciendo la demanda; los tamaños grandes son los más abundantes.



**limas**

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

Los mercados están elevados. El rendimiento está bajo, pero deberá empezar a aumentar ya que ha terminado la temporada de los días festivos. La calidad está buena; el estilo es un problema ocasional. MFC y ESS Limas están disponibles.



**cebollas**

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

Espere un ligero aumento de precio para las cebollas amarillas. Los mercados de las cebollas blancas están subiendo; la temporada de almacenamiento en Utah está terminando. Las existencias de cebollas rojas son suficientes. MFC y ESS Cebollas Rojas y Amarillas están disponibles.



**naranjas**

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

Los mercados han subido. La cosecha de las naranjas Navel de California está siendo dominada por las grandes. Las variedades Cara Cara y Mandarina son opciones disponibles. MFC y ESS Naranjas Navel están disponibles.



**peras**

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

Washington mercados están elevados. La temporada de las peras Bartlett finalizará en una o dos semanas. Los abastos de las peras D'Anjou están por el promedio, pero la demanda está fuerte. MFC Peras D'Anjou de Washington se enviarán hasta junio.

# COSECHA FRESCA



piñas

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

Los precios no han cambiado. El rendimiento costarricense es suficiente. La calidad varía desde justa hasta regular debido al mal tiempo reciente; las manchas de azúcar son un problema ocasional. S Trozos y Lanzas de Piña están disponibles.



patatas  
roja y amarilla

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

Los mercados de patatas rojas y amarillas se mantienen estables. Los suministros abundan en la mayoría de las regiones, excepto en el caso de las patatas rojas de grado B y las número 2 en Michigan. La calidad está muy buena; los rasguños son un problema ocasional en las patatas rojas, mientras que las amarillas pueden presentar magulladuras leves. MFC Patatas Rojas y Amarillas están disponibles.



patatas

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

Los precios están bajos. Patatas Norkotah de Idaho de excelente calidad se enviarán desde almacenes durante todo el invierno. MFC Patatas Burbank y Norkotah de Idaho están disponibles.



frambuesas

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

El mercado está nivelado. Los suministros mexicanos abundan en la región de Baja California. La calidad está muy buena; las bayas están dulces y su color es rojo profundo.



lechuga  
romana

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

Los precios bajos persisten; los suministros abundan en el desierto de Arizona y California. La calidad está muy buena; los pesos están aumentando. MFC Lechuga Romana está disponible.



ensaladas y  
mezclas

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

El mercado está estable; las existencias abundan en la zona del desierto de Arizona y California. La calidad está buena; se están envasando todas las variedades.

# COSECHA FRESCA



mezcla de primavera

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

Los precios se mantienen estables. El rendimiento del desierto de Arizona y California está alto. La calidad está muy buena; se están envasando todas las variedades. RSS Rúcula, Espinaca, y Mezcla de Primavera están disponibles.



calabazas

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

Los mercados bajos persisten. Las existencias abundan en el oeste de México. Los abastos de la Costa Este se están enviando desde la Florida. La calidad en general está muy buena; las cáscaras están libres de imperfección y su color es verde profundo. MFC Calabacín y Calabacillas Amarillas están disponibles.



fresas

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

Los agricultores de California están entresacando sus campos y evaluando los daños causados por las tormentas recientes. La producción está programada para comenzar para fines de semana; esperen precios extremadamente altos y bajo rendimiento debido a las lluvias recurrentes. Las fresas de la Florida y México ayudarán a cubrir las órdenes. El mantenimiento de la cadena de refrigeración será vital para la conservación del producto; Markon recomienda realizar pedidos para una rotación rápida. MFC Fresas están disponibles esporádicamente; fresas etiquetadas por empacadores se sustituirán según sea necesario.



tomates

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

Los mercados están nivelados en ambas costas. La producción de los tomates redondos del oeste de México ya está en marcha; se espera que las cantidades aumenten gradualmente durante enero. La temporada en Baja California está concluyendo, mientras la del centro de México ha disminuido debido a la llegada del invierno. Los suministros mexicanos actuales de los tomates mexicanos son más abundantes en los tamaños 4x5 y 5x5, ya que los agricultores están cosechando los primeros frutos en Culiacán. Los suministros en la Costa Este están aumentando en la Florida. La calidad general está muy buena. MFC Tomates están disponibles.



fruta de árbol

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

La temporada extranjera las nectarinas, los melocotones, y las ciruelas se están encaminando. Los suministros están bajos, pero aumentarán durante las semanas siguientes. Los niveles de azúcar estarán bajos al comienzo, pero entonces subirán durante el mes.



sandía

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

Los mercados altos persisten. Los agricultores están enviando melones desde México y Guatemala; los melones pequeños son los más abundantes, mientras que los grandes escasean. La calidad está 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.

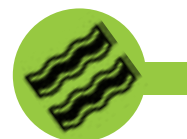


CHEF  
CJ JOHNSON  
CHEF MIEMBRO DE  
MARKON

**Q** La RSS Mezcla Bistro Butter combina las lechugas de hoja verde, la lechuga mantecosa roja y lechuga de hoja de roble verde, lo que da como resultado una mezcla de ensalada muy versátil. ¿De qué maneras sugieren que los operadores la incluyan en sus menús?

**A**

En la cocina, esta mezcla es una base fiable. Sirve para una ensalada básica, pero también es ideal para acompañar los platos principales o para ensaladas más elaboradas.



Resiste bien las proteínas y los aderezos calientes sin deteriorarse, lo que brindan a los chefs mayor flexibilidad y reduce la cantidad de ingredientes de lechuga que necesitan gestionar. Las hojas suaves realzan las diferentes texturas. Olvídense de los croutons y pruebe con nueces pecanas caramelizadas, semillas y frutos secos para una experiencia gustativa elegante. Los aderezos calientes son perfectos para esta época del año y combinan a la perfección con la RSS Mezcla Bistro Butter.



# SUGERENCIAS PARA SERVIR MFC NARANJAS:



- 1.** Sirva los platos principales de pescado sellado a la plancha con una ensalada fresca de RSS Rodajas de Naranja, MFC Hinojo MFC cortado en virutas y MFC Albahaca.
- 2.** El tayín del norte de África se puede preparar con muslos de pollo tiernos, MFC Rodajas de Naranjas, RSS Cebollas Tajadas, dátiles y aceitunas verdes.
- 3.** Acompañe las verduras rostizadas con los sabores acidulados de las RSS Rodajas de Naranja y el tocino salado.

# 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.

## Avena con frambuesas

La avena corte de acero y las jugosas bayas hacen de este un plato de desayuno vibrante.

1 T	Frambuesas, más algunas adicionales como guarnición.
1/4 T	Azúcar moreno, compactada
2 T	Avena corte de acero
2 T	Leche
2 T	Agua
1 cdta.	Canela
1/8 cdta.	Sal

Como guarnición:  
Frambuesas enteras  
Pecanas, cortadas  
Pétalos comestibles

Haga puré con las frambuesas; caliente las frambuesas con el azúcar moreno hasta que la mezcla comience a espesar. Reserve.

Combine la avena, la leche, el agua, la canela y la sal en una cacerola; lleva a ebullición y luego baje el fuego a medio. Cocine a fuego lento hasta que el líquido se reduzca y la avena espese. Incorpore la mezcla de frambuesas y sirva en cuatro boles iguales.

Arregle las bayas, las pecanas y los pétalos por encima de la avena.

La espinaca, con su sabor terroso, combina a la perfección con los sabores vibrantes de las naranjas y el toque crujiente de las almendras enteras.

