



COSECHA FRESCA

SEMANA DEL 7 DE JUNIO, 2026

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

AGUACATES

Espere mercados elevados y pocos suministros durante junio. La cosecha principal de aguacates mexicanos está disminuyendo; los agricultores están retrasando las cosechas para prolongar la temporada hasta que la cosecha de la variedad Loca comience en julio. Los abastos de California y Perú se enviarán para ayudar a cubrir las órdenes.

NARANJAS

Las existencias están extremadamente limitadas, particularmente las naranjas de conteos de 113 y 138. La falta de suministros se está sintiendo a través de todas las regiones agrícolas, y desafortunadamente, no se espera ningún alivio hasta que las temporadas extranjeras de Chile y Sudáfrica comiencen en julio.

PIMIENTOS

Espere precios más bajos por los pimientos verdes y rojos durante las semanas siguientes. Más regiones agrícolas han empezado a cosechar; los suministros aumentarán.



CHILES PICANTES

- Los chiles Jalapeño abundan.
- La mayoría de los mercados se mantienen, pero los precios por los chiles Poblano, Anaheim, y Habanero siguen elevados.

FRESAS

- Espere fuerte demanda y mercados elevados.
- Los agricultores se están recuperando después de las lluvias de la semana pasada; los suministros escasean.

PATATAS

- Los precios siguen subiendo debido a la fuerte demanda y la falta de existencias almacenadas.
- Las patatas Norkotah almacenadas se agotarán para fines de junio; las cantidades de las patatas Burbank están aumentando lentamente.

COSECHA FRESCA

SEMANA DEL 7 DE JUNIO, 2026



manzanas

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

La mayoría de las temporadas de las manzanas de Michigan han terminado, con la excepción de las manzanas Evercrisp, Fuji, y Red Delicious, cuales se han extendido hasta julio. Los mercados de Washington se mantienen nivelados. MFC Manzanas están disponibles.



espárragos

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

Los precios siguen bajando levemente mientras que las cantidades aumentan en el centro de México. Los suministros son suficientes en Baja California, Perú, y Washington. MFC Espárragos están disponibles.



aguacates

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

Espere mercados elevados y pocos suministros durante junio. La cosecha principal de aguacates de México está disminuyendo; los agricultores están retrasando las cosechas para prolongar la temporada hasta que la temporada de la variedad Loca comience en julio. RSS Aguacates en Trozos, Mitades, Guacamole Pico de Gallo, Autentico Guacamole con Trocitos, y Pulpa Pura están disponibles.



pimientos verdes y rojos

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

Espere que los precios por los pimientos verdes y rojos estén un poco más bajos durante las semanas siguientes. Mas regiones agrícolas han empezado a cosechar; los suministros aumentarán en California, Canadá, y Georgia. La calidad está excelente. MFC y ESS Pimientos Verdes y Rojos están disponibles.



zaramoras

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

El mercado no ha cambiado. La temporada mexicana está en su apogeo; los suministros abundan. La producción ha comenzado en el Valle de San Joaquín, California; las cantidades aumentarán a lo largo del mes. La calidad está muy buena; las bayas están gordas y jugosas.



arándanos azules

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

Los precios están débiles. La temporada mexicana está concluyendo, pero el rendimiento está alto en el Valle de San Joaquín, California. La calidad nacional está excelente.

COSECHA FRESCA



brócoli

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

Los mercados se mantienen a bajos niveles debido a la abundancia de suministros y la producción sostenida. Las lluvias están ayudando el desarrollo en la Costa Este. En las regiones agrícolas de California de Salinas y Santa María, el fuerte sol de la semana pasada puede que cause la pudrición del tallo. MFC Coronas de Brócoli están disponibles.



cantalupo

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

Los precios varían desde estables hasta un poco más altos. La temporada del desierto de Arizona-California está concluyendo; los agricultores se trasladarán al Valle de San Joaquín en julio. La calidad está muy buena; el color es fuerte y el sabor es dulce. Los niveles de azúcar oscilan del 14 al 16 de Brix. MFC Melones Cantalupo están disponibles.



coliflor

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

El mercado está débil. El fuerte sol de la semana pasada, seguido por las lluvias leves, puede que causen el desarrollo del tizón y color irregular en las regiones agrícolas de Salinas y Santa María, California. La calidad actual está muy buena; las cabezas están firmes y su color es blanco como la nieve. ESS Coliflor está disponible.



apio

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

Los precios altos persisten. Los agricultores de California se están trasladando desde Oxnard hacia Salinas; buenas cantidades se alcanzarán para fines de junio. La calidad en Oxnard está regular; el meollo y el fusarium son problemas crecientes, pero los nuevos suministros provenientes de Salinas están estupendos. MFC Apio está disponible.



chiles

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

Los chiles Jalapeño abundan. La mayoría de los mercados se mantienen nivelados, pero los precios por los chiles Poblano, los Anaheim, y los Habaneros siguen elevados. La calidad está excelente. MFC Chiles Picantes están disponibles.



pepinos

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

Los mercados están nivelados. Los agricultores ya casi han terminado su transición desde el centro de México hacia Baja California; las cantidades aumentarán durante junio. El rendimiento en la Costa Este está alto en Georgia y en alza en las Carolinas. MFC y ESS Pepinos están disponibles.



uvas

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

Los mercados altos persisten. La temporada del extranjero chilena/peruana está terminando; MFC Uvas Lunch Bunch se enviarán por una semana o más. La temporada mexicana ya está en marcha; MFC Uvas Verdes y Rojas Sin Semilla están disponibles. La producción en California comenzará en julio.

COSECHA FRESCA



lechuga orejona verde/ lechuga de variedad

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

Los precios siguen subiendo; los problemas de calidad, específicamente el Virus de la Mancha Necrótica de Impatiens (INSV) y la Sclerotinia, están reduciendo los suministros. MFC Lechuga Orejona Verde está disponible esporádicamente; Markon Best Available (MBA) se sustituirá cuando se necesite.



melón dulce honeydew

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

Los mercados varían desde estables hasta un poco más altos. Los agricultores se trasladarán al Valle de San Joaquín en julio. Los MFC Melones Honeydew nacionales están disponibles.



lechuga iceberg

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

La presión de las enfermedades y los desafíos de abastecimiento están empujando el mercado hacia arriba. MFC Lechuga Iceberg está disponible, pero MBA puede que se sustituya según sea necesario.



limones

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

Los mercados nacionales están altos debido a la falta de suministros y la fuerte demanda. MFC y ESS Limones están disponibles.



limas

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

Los precios están mejorando; la demanda está débil. MFC y ESS Limas están disponibles.



cebollas

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

Los mercados de las cebollas amarillas medianas están un poco más altos en California ya que la transición de cosecha hacia el norte está en camino. Espere que los precios por las cebollas blancas bajen levemente tanto en California como en Nuevo México. Las dulces cebollas Vidalia se están enviando desde Georgia. MFC Cebollas Rojas y Amarillas están disponibles.



naranjas

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

Los precios están elevados; las existencias siguen estando extremadamente limitadas, particularmente las naranjas de conteos de 113 y 138. La falta de suministros se está sintiendo a través de todas las regiones agrícolas, y desafortunadamente, no se espera ningún alivio hasta que las temporadas extranjeras de Chile y Sudáfrica comiencen en julio. MFC y ESS Naranjas Navel están disponibles.



peras

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

Los mercados de Washington se mantienen nivelados. La temporada de las peras Bartlett de California comenzará en julio. MFC Peras D'Anjou están disponibles.

COSECHA FRESCA



piñas

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

Los precios están débiles; las existencias están aumentando. La calidad está muy buena; los niveles de azúcar rondan por el 14 de Brix. RSS Trozos y Lanzas de Piña están disponibles.



patatas roja y amarilla

REGION	SUPPLIES	QUALITY	PRICE
AZ	///	*****	\$\$\$
CA	///	*****	\$\$\$
CO	///	*****	\$\$\$
FL	///	*****	\$\$\$
ID	///	*****	\$\$\$
WA	///	*****	\$\$\$

Los mercados de las patatas amarillas siguen altos; los precios de las patatas rojas están estables. La producción está aumentando en Arizona y California. La temporada de Texas comenzará en julio. La calidad varía desde buena hasta muy buena, dependiendo en la región. MFC Patatas Rojas y Amarillas están disponibles.



patatas

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

Los precios siguen subiendo debido a la fuerte demanda y la falta de existencias almacenadas. Se espera que los suministros almacenados de las patatas Norkotah se agoten para fines de junio; las cantidades de las patatas Burbank están aumentando lentamente; las patatas pequeñas dominan la cosecha. MFC Patatas Burbank y Norkotah de Idaho están disponibles.



frambuesas

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

El mercado está nivelado. La temporada mexicana está en su apogeo; los suministros abundan. La producción ha comenzado en el Valle de San Joaquín, California; las cantidades aumentarán a lo largo de este mes. La calidad está muy buena; las bayas están gordas, su color es rojo, y están bien jugosas.



lechuga romana

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

Los precios siguen escalando; las enfermedades tales como el Virus de la Mancha Necrótica de Impatiens (INSV) y la Sclerotinia INSV están reduciendo las existencias en California. Espere mercados elevados durante junio. MFC Lechuga Romana está disponible esporádicamente; MBA se sustituirá según sea necesario.



ensaladas y mezclas

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

El mercado se mantiene nivelado a pesar de la falta de suministros. Los problemas de calidad tales como los daños mecánicos y la decoloración se están entresacando al tiempo de la cosecha.

COSECHA FRESCA



mezcla de primavera

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

Los precios no han cambiado; los suministros están satisfaciendo la demanda. La calidad está muy buena; los daños mecánicos se están entresacando en los campos. RSS Rúcala, Espinaca, y Mezcla de Primavera están disponibles.



calabazas

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

Los mercados bajos persisten. Los suministros de California abundan en los Valles de San Joaquín y Santa María. Los agricultores mexicanos se han trasladado a Baja California. La temporada de Georgia está concluyendo, pero la producción ha comenzado en Carolina del Norte. La calidad está excelente. MFC Calabacín y Calabacillas Amarillas están disponibles.



fruta de árbol

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

Los precios se mantienen nivelados. Los suministros de las nectarinas, los melocotones, y las ciruelas siguen aumentando. La calidad está muy buena; los niveles de azúcar oscilan del 12 al 14 de Brix.



fresas

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

Espere fuerte demanda y mercados elevados. Los agricultores se están recuperando después de las lluvias de la semana pasada; los suministros escasean, pero deberán aumentar la semana próxima. MFC Fresas están disponibles.



tomates

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

Los precios están bajos; los suministros abundan. La producción en la Costa Este está centrada en el norte de la Florida, Georgia, y las Carolinas. El rendimiento está alto en Jalisco and Baja California, México. La temporada de California pronto se pondrá en marcha; las existencias aumentarán durante junio. La calidad está excelente. MFC Tomates están disponibles.



sandía

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

El mercado está bajo, especialmente el de los melones grandes. La temporada de la Florida está concluyendo; la producción comenzará en Georgia la semana próxima. La calidad está excelente; el interior está firme, el color es brillante, y el sabor es ligeramente dulce.

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.



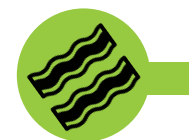
CHEF
SHANE HENDERSON
CHEF MIEMBRO DE
MARKON

Q

Los MFC Guisantes Tirabeques o Azucarados son ingrediente muy popular, fácil de utilizar. ¿Cómo lo incorpora usted en sus recetas?

A

¿Necesita algo dulce para endulzar un plato? Los guisantes tirabeques son la solución. ¿Quiere añadir textura a una ensalada? ¡Este indispensable ingrediente viene al rescate—el truco es no cocinarlos por mucho tiempo para preservar su textura crujiente!



A mi me gusta añadirlos a los cremosos platos de pasta, las ensaladas de pollo, o el arroz frito. Otra excelente idea es de utilizarlos como una guarnición hecha al estilo tempera para poner sobre una ensalada de inspiración asiática hecha con zanahorias desmoronadas, pepinos, pimientos, y cilantro mezclado con una vinagreta de jengibre-soya. Simple, centrada en los vegetales, y uno de esos platos que hace que los comensales regresen.

SUGERENCIAS PARA SERVIR LOS MFC GUISANTES TIRABEQUES:



- 1.** Su sutilmente dulce sabor empareja muy bien con el pescado y/o salsa de soya, ajo, cebollas, semillas de sésamo, Mirin, pimientos, y todo tipo de carne y mariscos.
- 2.** Ponga a freír rápidamente sobre fuego alto para chamuscar los bordes mientras manteniendo algo de la textura crocante; añada ralladuras de cáscaras de limón y menta fresca, entonces desglase con jugo de limón.
- 3.** Incluya los guisantes tirabeques sobre las tablas de charcutería y los platos de crudos junto con rábanos picantes, ruedas de pepino, pimientos, tiras de zanahorias, y salsas o aderezos para sumergir tales como el Ranch, la Green Goddess, el maní talantes, la cebolla francesa, o el romesco.

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 fideos Soba con guisantes y tocino

Sirva esta ensalada como un aperitivo para compartir o como plato principal. La tierna pasta de trigo sarraceno es mezclada con los guisantes tirabeques y los guisantes ingleses, el salado tocino, el sedoso tofu, y el condimento indispensable, la salsa XO.

- 12 oz. Fideos Soba, hervidos
- 1 T Guisantes Ingleses, hecho al vapor
- 2 T MFC Guisantes Tirabeques, hecho al vapor
- 8 oz. Tocino cortado gruesamente, cocido
- 12 oz. Bloque de sedoso tofu, hecho al vapor
- 3 Cdas. Salsa XO
- 1/2 T RSS Cebollino, cortado
- Micro-verduras y flores comestibles como guarnición

Mezcle ligeramente los fideos con una cucharada de la salsa XO. Arregle en tazones y por encima ponga porciones iguales de los guisantes ingleses, los guisantes tirabeques, el tocino, y el tofu. Salpique con las dos cucharadas restantes de la salsa XO sobre el tofu, y decore con la guarnición del cebollino y las micro-verduras.

Los guisantes tirabeques, las arvejas, y el edamame se fríen rápidamente en este plato acompañante de sabor salobre y picante. ¡Sirva con arroz, tofu, carne, o fideos!

