



# COSECHA FRESCA

SEMANA DEL 6 DE OCTUBRE, 2024

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

## HURACÁN HELENE

El Huracán Helene recaló en la Florida el 26 de septiembre como un huracán de categoría cuatro. La tormenta se movió a través de las regiones agrícolas del mango de la Florida, Georgia, el oeste de Carolina del Sur, el oeste de Carolina del Norte, y hasta el este de Tennessee. Se espera que la producción del otoño comience a tiempo en el sur de Georgia, donde los daños no fueron tan severos, más tarde esta semana.

## PICO DE CALOR EN EL VALLE DE SALINAS

Las altas temperaturas aumentarán los problemas de calidad del fin de la temporada tales como la presión de los insectos, las torceduras/rebotadas, la presión de las enfermedades del suelo, y el acortamiento de la vida de estante en una gran variedad de vegetales mientras que la temporada continua su conclusión.

## CEBOLLINO

Los precios del cebollino sigue elevado; los suministros están limitados.

## MANZANAS

- Los suministros de la nueva cosecha de Washington y Michigan de las MFC Manzanas Braeburn, Gala, Golden Delicious, Granny Smith, Fuji, y Red Delicious ahora están en el mercado para la temporada de 2024-2025.
- La calidad está excelente.

## COL

- Los mercados de la col están elevados. Los suministros están limitados; la demanda sigue fuerte.
- El calor en California ha reducido el rendimiento.

## TORONJA

- La temporada del sur de California de las toronjas Marsh Ruby ha terminado.
- Espere un intervalo de suministros en California, ya que la cosecha de las toronjas Rio no está programada para comenzar hasta fines de octubre.

# COSECHA FRESCA

SEMANA DEL 6 DE OCTUBRE, 2024



manzanas

El mercado está estable. Los suministros de la nueva cosecha de Washington y Michigan de las MFC Manzanas Braeburn, Gala, Golden Delicious, Granny Smith, Fuji, y Red Delicious ahora están en el mercado para la temporada de 2024-2025. La calidad está excelente.

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



espárragos

Los precios siguen altos debido a la falta de suministros y la fuerte demanda en Baja, México. El calor extremo y la humedad están reduciendo el rendimiento y la calidad. El mercado deberá bajar levemente para mediados de octubre cuando la cosecha aumente. MFC Espárragos están disponibles.

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



aguacates

Espere que los mercados por los aguacates grandes (conteos de 32 a 48) estén bajos. El mercado de los aguacates pequeños (conteos de 60 a 70) está por el promedio. RSS Aguacates en Trozos, Mitades, Guacamole Pico de Gallo, y Pulpa Pura están disponibles.

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



pimientos verdes y rojos

Los precios de los pimientos verdes se mantienen relativamente nivelados, pero se espera que suban. La falta de suministros en la Costa Este está empujando la demanda de la Costa Oeste hacia arriba. El calor de esta semana deberá ayudar el desarrollo y aumentará el rendimiento. Los mercados de los pimientos rojos están un poco más bajos ya que las cosechas al alcanzado su punto culminante en Hollister, California. MFC y ESS Pimientos Verdes y Rojos están disponibles.

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



zarzamoras

Los mercados están elevados. Las cantidades de California están bajas. La producción de las bayas mexicanas está impulsándose. La calidad está justa; las cáscaras blandas y las células rojas se han observado.

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



arándanos azules

Espere precios altos esta semana; los arándanos mexicanos escasean. La temporada del Noroeste Pacífico ha terminado. Los envíos del extranjero aumentarán este mes.

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

# COSECHA FRESCA



**brócoli**

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

El mercado de California está nivelado. Los agricultores harán su transición hacia la región del desierto de Arizona-California para principios de noviembre. La cosecha en la Costa Este continuará aunque los agricultores están observando algunos cultivos dañados. MFC Coronas de Brócoli están disponibles esporádicamente; Markon Best Available y brócoli etiquetado por empacadores se sustituirá cuando sea necesario.



**cantalupo**

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

Los precios están subiendo levemente. Los agricultores están preparándose para mudarse desde el Valle de San Joaquín hacia la región del desierto de California para mediados o fines de octubre. Los melones nacionales seguirán en el mercado hasta fines de noviembre/principios de diciembre. MFC Melones Cantalupo nacionales están disponibles.



**coliflor**

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

El mercado está un poco más bajo; las cantidades siguen por buen camino por el resto de la temporada del otoño. El calor de esta semana aumentará los suministros. Los agricultores harán su transición hacia la región de desierto de Arizona-California para principios de noviembre. La cosecha en la Costa Este continuará aunque los agricultores están observando algunos cultivos dañados. ESS Coliflor está disponible.



**apio**

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

La temporada de Salinas concluirá para mediados o fines de noviembre. La nueva cosecha de Oxnard comenzará para principios o mediados de noviembre. La producción del desierto de Arizona-California comenzará para mediados o fines de diciembre. MFC Apio está disponible.



**chiles**

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

Los precios están subiendo levemente. La temporada de Michigan está concluyendo. Espere bajo rendimiento hasta que la cosecha comience en Georgia y la Florida para fines de octubre. Los suministros de la Costa Oeste se están enviando desde Baja, el centro de México, y California. MFC Chiles Anaheim, Habanero, Jalapeño, Pasilla, Red Fresno, y Serrano están disponibles.



**pepinos**

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

Los mercados se mantienen relativamente estables a pesar de las fuertes lluvias en Carolina del Norte causadas por el Huracán Helene. Los agricultores están empezando a cosechar en Georgia, donde hubo menos daños. Los suministros son suficientes en Baja y el centro de México. MFC y ESS Pepinos están disponibles.



**uvas**

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

Los precios de las uvas verdes y rojas sin semilla de California se mantienen; las existencias abundan. MFC y ESS Uvas Verdes y Rojas Sin Semilla están disponibles.

# COSECHA FRESCA



## lechuga orejona verde/ lechuga de variedad

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

Las existencias son adecuadas, pero disminuirán mientras que la temporada de Salinas concluye. La producción en Huron comenzará para mediados de octubre, seguida por la cosecha de la región del desierto de Arizona-California para principios o mediados de noviembre. MFC Lechuga Orejona Verde Premium está disponible.



## melón dulce honeydew

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

Los precios están subiendo levemente. Los agricultores están preparándose para mudarse desde el Valle de San Joaquín hacia la región del desierto de California para mediados o fines de octubre. MFC Melones Honeydew nacionales están disponibles.



## lechuga iceberg

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

Las cosechas de Huron empezarán para mediados de octubre, seguidas por la de la temporada del desierto de Arizona-California para principios o mediados de noviembre. MFC Lechuga Iceberg Premium está disponible.



## limones

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

La cosecha nacional de los limones ha comenzado; los precios mejorarán. MFC y ESS Limones están disponibles.



## limas

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

El mercado está bajando levemente, especialmente por las limas pequeñas. Las limas grandes de conteos de 110 y 150 seguirán escaseando por varias semanas más. Una amplia variedad de tamaños se empezarán a enviar para mediados de octubre. MFC y ESS Limas están disponibles.



## cebollas

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

Los precios de las cebollas rojas y amarillas se mantienen; los agricultores ahora están enviando desde almacenes. La calidad nacional está excelente. MFC y ESS Cebollas Rojas y Amarillas están disponibles.



## naranjas

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

Los mercados escalarán hasta que la nueva cosecha de las naranjas Navel entre en producción para fines de octubre/principios de noviembre. La temporada de las naranjas Valencia de California está concluyendo; los abastos están extremadamente escasos. Los agricultores nacionales esperan un intervalo de suministros. MFC y ESS Naranjas Valencia están disponibles.



## peras

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

Los precios siguen elevados. Las peras de California se enviarán hasta fines de octubre. La nueva cosecha de las peras Bartlett de Washington está en el mercado. Espere menos cantidades y precios más altos que en años pasados; la cosecha será dominada por las peras grandes.

# COSECHA FRESCA



piñas

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

Los precios están altos, especialmente por las piñas de conteos de cinco y seis. Los mercados de las piñas de conteos de siete y ocho están un poco más bajos. Las piñas descoronadas están extremadamente limitadas. RSS Trozos y Lanzas de Piña están disponibles.



patatas roja y amarilla

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

El mercado está débil. La nueva cosecha de las MFC Patatas Rojas y Amarillas de la corrida fresca se está enviando desde Idaho, Wisconsin, y Minnesota. La calidad de la corrida fresca está excelente; se espera que los rasguños y el exceso de humedad estén presentes. Las patatas de grado No. 2 aumentarán cuando las patatas se empiecen a enviar desde los almacenes. La temporada de Dakota del Norte está comenzando; la producción en Michigan empezará en noviembre.



patatas

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

La nueva cosecha de las MFC Patatas Norkotah de la corrida fresca está disponible en Idaho y Washington. Las patatas grandes son las que más abundan; los precios están bajando levemente. La nueva temporada de las patatas Burbank se encaminará para fines de octubre.



frambuesas

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

Espere precios altos hasta que las existencias aumenten en el centro de México. La calidad mejorará cuando la nueva cosecha de las bayas se empiece a enviar.



lechuga romana

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

Las existencias son adecuadas, pero disminuirán mientras que la temporada de Salinas concluye. La producción en Huron comenzará para mediados de octubre, seguida por la del desierto de Arizona-California para principios o mediados de noviembre. La temporada de la Costa Este ha terminado. La calidad está regular; el calor de esta semana está aumentando la presión de los insectos. MFC Lechuga Romana Premium está disponible.



ensaladas y mezclas

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

Los mercados se mantienen relativamente estables. Las temporadas de las lechugas iceberg y romana del Valle de Salinas terminarán para fines de octubre/principios de noviembre; los agricultores se mudarán hacia el sur a la región agrícola de desierto de Arizona-California para el invierno. El equipo de Garantía de Calidad de Markon sigue monitoreando la calidad y el procesamiento para poder obtener los mejores paquetes.

# COSECHA FRESCA



## mezcla de primavera

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

Los precios no han cambiado. La temporada del Valle de Salinas concluirá para fines de octubre/principios de noviembre; los agricultores se mudarán a las regiones del desierto de Arizona-California para el invierno. La calidad está buena; no se han observado ningún problema mayor. RSS Rúcala, Espinaca, y Mezcla de Primavera están disponibles.



## calabazas

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

El mercado ha subido debido a los daños causados por el huracán en la Costa Este. La cosecha en la Costa Oeste continúa en Santa María, California, y Baja, México. Las calabacillas amarillas escasean; el calor dará aumento al rendimiento. Las cantidades aumentarán en México continental durante este mes. MFC Calabacillas Amarillas y Calabacín están disponibles.



## fresas

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

Los precios de las fresas de California están débiles. Los suministros abundan, pero el calor de esta semana puede que cause algunos problemas de calidad. La producción en Santa María está en pleno camino. La temporada de Salinas/Watsonville concluirá para fines de octubre. MFC Fresas están en el mercado.



## tomates

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

El Huracán Helene ha impactado las cosechas de Tennessee y Carolina del Norte, así reduciendo los suministros en general. La demanda se cambiará hacia la Costa Oeste y México esta semana, mientras que los agricultores del este se recuperan después de la tormenta. La calidad está muy buena. MFC Tomates están disponibles.



## fruta de árbol

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

Los precios están escalando. Las temporadas de las nectarinas y los melocotones de California han terminado; la temporada de las ciruelas concluirá la semana próxima. La temporada del extranjero se encaminará para mediados de enero.



## sandía

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

Los suministros del sudeste escasean; las fuertes lluvias causadas por el Huracán Helene han retrasado algunas de las cosechas. Los precios en la Costa Este han subido.

# 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 VIC "VEGAS"  
MOEA  
CHEF MIEMBRO DE  
MARKON

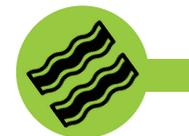
**Q** RSS Mezcla Bistro Butter combina la lechuga orejona verde, la lechuga mantecosa roja, y la lechuga de roble roja que dan por resultado una mezcla versátil de ensalada. ¿De qué otras maneras usted sugeriría que los operadores utilizarán este ingrediente a través de los menús?

**A** ←

Esta mezcla trabaja perfectamente como un componente de cualquier tazón como plato principal ya que las verduras son muy suaves y la lechuga orejona verde ofrece algo más crocante que la lechuga mantecosa y la lechuga de roble roja.



Trabaje de maneras asombrosas en los rollos—las verduras verdes frescas recientemente cortadas realzan los rellenos de carnes y vegetales.



Utilícela en las hamburguesas, los sándwiches, y hasta en los rollitos de primavera.

# SUGERENCIAS PARAS SERVIR LAS PERAS:



1. La suave dulzura y la textura deliciosa de las peras crudas trabajan muy bien con las verduras hojosas y amargas tales como la rúcala y la espinaca, como también la delicada Mâche y la mezcla de primavera; excelente cuando se les empareja con quesos de sabor fuerte y nueces crocantes.
2. Las peras se están haciendo más populares en la sección de los platos principales: hornéelas con pollo, cerdo asado, enróllelas con el salado prosciutto, utilícelas como relleno para las calabazas de invierno... ¡o hasta salpíquelas sobre las pizzas!
3. Al escalfar o hornear las peras con sabores tales como la vainilla, la canela, y el vino les añade sabor mientras que al mismo tiempo mantiene su bienestar natural. Otros alimentos socios complementarios incluyen el vinagre balsámico, el queso azul, la crema, el chocolate oscuro, y el jengibre.

# 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.

## Pizza cuadrada el estilo de Detroit con champiñones

Ya sea servida caliente o fría, este robusto plato vegano hace un ideal plato principal para el almuerzo o acompañante para la cena.

2 T	Harina para hacer pan
1 cdta.	Levadura activa
2 cdta.	Sal Kosher
1 T	Agua caliente
2 Cda.	Aceite de oliva
1 ½ T	Queso Colby Jack, cortado en cubos
1 grande	MFC Champiñones Portabella, tajados y rostizados
	Ramitas de MFC Tomillo
½ T	Salsa Marinara

Combine la harina, la levadura, la sal, y el agua en una mezcladora grande. Mezcle hasta que todo quede combinado completamente, entonces déjelo que repose, cubierto, por diez minutos. Entonces prenda la mezcladora de nuevo por diez minutos más para desarrollar el gluten. Remueva y ponga en un tazón aceitado, cubra, y deje que repose por una hora o hasta que se duplique en tamaño.

Caliente el horno a 500 grados Fahrenheit. Presione la maza dentro de una bandeja cuadrada de 9×9-pulgadas, utilizando los dedos para expulsar cualquier burbuja de aire. Encima póngale los cubos de queso y los champiñones, asegúrese que el queso llegue hasta los bordes (para que se derrita por los lados y forme parte de la corteza crocante. Añada la salsa por encima del queso y los champiñones y hornee por 5-10 minutos (o hasta que el queso este quedando dorado). Remueva de la bandeja, utilizando una espátula de metal para aflojar los bordes. Corte en cuatro rebanadas (dos para cada uno).

Encima de este picante curri ponga los sabores dulces y calmantes del chutney de pera.

