

Informativo del abasto



¡Campo, salud y educación! El futuro de un país rico.



¡Nuevo!

MIXER



Noviembre-Núm. 246 - 2023



www.tiendadulcesmiguelito.com



Mezcal El Rogón

Mezcal "El Rogón" no solo es un Mezcal en una botella, es todo un concepto en sabor, olor y color que nos relata historias y tradición.

Inspirados en cómo llevar la cultura Oaxaqueña al mundo, se eligió la gama de diferentes colores basado en la fiesta de la Guelaguetza que cada año se celebra en el estado.

Para que un buen Mezcal, 100% artesanal llegue a su madurez y que obtenga la calidad que requiere, es necesario que trascurren siete años para matizar esos extraordinarios sabores que obtiene el Maguey, el nuestro lo tiene.

Mezcal "EL ROGÓN", utilizamos; Maguey Espadín con más de 6 años de edad sembrado y cultivado en la Sierra de Oaxaca y elaborado en San Luis del Rio.

¡Un Mezcal para enamorarte! ¡Dos para olvidarte!



VENTAS EXCLUSIVAS 55 71 97 72 56

ÍNDICE

MEXICO DOMINA LA PRODUCCION Y CONSUMO DEL HUEVO A NIVEL LATINOAMERICA.

Pag. 2



LAS MEJORES CIRUELAS PASA SON DE CALIFORNIA

Pag.3



EL PARADIGMA DE LA INDUSTRIA ALIMENTARIA EN EL THE FOOD TECH SUMMIT & EXPO 2023.

Pag. 6



PROYECTO DE JÓVENES INNOVADORES MEXICANOS, ENFOCADO EN ELECTRIFICACIÓN COMUNITARIA.

Pag. 8



EN MÉXICO EXISTEN MÁS DE 10 TIPOS DE POZOLE

Pag. 14



DIRECTORIO

Presidente: Salomón Aguilar / Presidente Honorífico: Enrique Alcalá Sánchez / Director General Julio Adrián Acosta Ramírez / Director Comercial: Gaston Angel Menendez Mora gamenendez@eopuk.mx / Director de Información: Alejandro Martínez Olvera / Arte y Diseño: Roberto Lira Olvera / Director Web: Edgar Garcia de los Santos / Colaboradores: José Luis Hernández Villegas, Luis Villegas Herrera. Oficinas: Av. Nezahualcóyotl 180 Col. Raúl Romero.C.P. 57630. Cd. Nezahualcóyotl. Edo. De México. TEL: 55 5765 6565. Distribuidor: Av. Nezahualcóyotl 180 Col. Raúl Romero.C.P. 57630. Cd. Nezahualcóyotl. Edo. De México. TEL: 55 5765 6565. El contenido de esta publicación es responsabilidad de los autores. Prohibida la reproducción total o parcial de sus contenidos gráficos y editores. Noviembre - Núm.246 2023. Informativo del Abasto es una publicación mensual. Editor responsable: Julio Adrián Acosta Ramírez. Número de Certificado de Reserva de Derechos al Uso Exclusivo de Autor: 04-2022-092911555200-102 Certificado de Licitud de Título y Contenido: 14798





Prunes. For life.

LAS MEJORES CIRUELAS PASA SON DE CALIFORNIA

LAS CIRUELAS PASA DE CALIFORNIA SON CIRUELAS PASA PREMIUM, GRACIAS A...

- **Avances tecnológicos.** Que han permitido perfeccionar los sistemas de cultivo y deshidratación
- **Generaciones de experiencia.** El California Prune Board representa a los productores y procesadores de Ciruelas Pasa de California más grande del mundo, con más de 150 años de experiencia perfeccionando su oficio
- **Condiciones de cultivo de fama mundial,** donde los huertos de Ciruelas Pasa de California se nutren de un suelo fértil y la maravillosa luz de sol
- **Los más altos estándares** agrícolas de calidad del mundo

¿SABÍAS QUE | **74%** de los consumidores en México tiene una opinión muy favorable de **todo lo que se produce en California?***

LAS CIRUELAS PASA DE CALIFORNIA SON UNA DE LAS FRUTAS DESHIDRATADAS MÁS POPULARES EN MÉXICO*



¿CUÁLES SON LOS BENEFICIOS DE CONSUMIR CIRUELAS PASA DE CALIFORNIA?

Los consumidores están más interesados que nunca en **el impacto de la dieta en su salud.**

Trabajamos con nutriólogos y profesionales de la salud. Llevamos a cabo actividades de comunicación y relaciones públicas para **promover los beneficios que tiene incluir Ciruelas Pasa de California en la salud.**

Conocidas por sus beneficios en la salud digestiva, las investigaciones del California Prune Board demuestran que las ciruelas pasa también **son excelentes para el fortalecimiento de los huesos ya que contienen vitamina K y manganeso.**

54% de los consumidores mexicanos que compran ciruelas pasas, las consumen una vez a la semana*

ELIGE CIRUELAS PASA DE CALIFORNIA

Busca deliciosas recetas con Ciruelas Pasa de California en: www.californiaprunes.net
Para mayor información, contáctanos: grupopm@grupopm.com



50 AÑOS DE TRADICIÓN

CHINA GIRL®

CHINESE CUISINE SINCE 1973

FRANQUICIAS

*Restaurant

*Dark Kitchen

*Modelo Hybrid

¿Eres un apasionado de la Comida China y buscas una oportunidad de Emprendimiento?

Únete al SABOR Y TRADICIÓN DE CHINA GIRL y Disfruta los Beneficios de esta Gran Franquicia.

INFORMES Y CONTACTO:

Av. Prado Norte 370, Lomas-Virreyes
Chapultepec, Miguel Hidalgo, 11000 CDMX
Teléfono: 55 5520 3108
www.chinagirl.mx



MÉXICO DOMINA LA PRODUCCIÓN Y EL CONSUMO DE HUEVO A NIVEL LATINOAMÉRICA

Por: Aurora Hernández

Se calcula que el consumo de huevo en México es de 24 kg per cápita al año, **posicionándose como el país que más consume esta proteína de origen animal en el mundo.**

Reconocido por su densidad de proteínas y nutrientes, el huevo es considerado como uno de los alimentos más nutritivos del planeta. Además, por su versatilidad, también se ha posicionado como una de las proteínas favoritas en todo el mundo. Por ello, el segundo viernes de octubre se conmemora el Día Mundial del Huevo, fecha establecida desde 1996 en Viena con el objetivo de informar sobre su amplia gama de beneficios únicos a la salud humana y, a la par, destacar la participación de los productores del alimento indispensable en la dieta mexicana.

Dentro de la canasta básica mexicana no puede faltar el huevo y se calcula que el consumo per cápita es de 24 kg al año, cifra que posiciona a México como el principal consumidor de esta proteína de origen animal a nivel global; ello demuestra la relevancia e importancia de la producción avícola en nuestro país.

El huevo es un alimento de origen animal producto de las gallinas ponedoras y su contenido es capaz por sí mismo de dar vida a un ser vivo completo, convirtiéndose en una opción altamente nutritiva, fácil de producir y muy accesible para las familias mexicanas. Con cerca de 172 millones de aves de postura en México, en 2022 se produjeron 3.1 toneladas de huevo para plato, posicionándose como el sexto productor más importante del mundo.

Cabe señalar que los estados de la República que encabezan la producción de huevo son Jalisco con 1,672,483 toneladas; Puebla con 461,665 toneladas; Sonora con 179,775 toneladas; San Luis Potosí con 113,542 toneladas y Yucatán con 113,157 toneladas. Asimismo, el valor de la producción avícola mexicana de huevo se calcula en 68 mil 505 millones de pesos.

“La producción de huevo es parte fundamental en la industria pecuaria nacional, pues se calcula que cerca de 51 mil personas en el país se dedican a la crianza avícola, de los cuales el 17% se dedican exclusivamente a la producción de huevo de plato” dijo Georgina Romero, Directora de las Unidades de Avicultura y Acuicultura de MSD Salud Animal en México. “Una de las tareas principales de los productores es garantizar la inocuidad del huevo a través de altos estándares de calidad y atención veterinaria oportuna que asegure la salud de las aves y de los consumidores finales de los productos derivados de la avicultura”, señaló.

Pero ¿por qué es tan importante incluir huevo dentro de la ingesta diaria? El huevo es uno de los alimentos de origen animal más completos y saludables que existe, sobre todo, por la gran cantidad de nutrientes que contiene, su biodisponibilidad y el equilibrio de los aminoácidos de su proteína.

Los componentes del huevo se dividen en:

Cascarón:

La cobertura exterior del huevo que se conforma por carbonato de calcio y tiene la función de proteger y contener a la clara y la yema.

Yema:

Es la parte central amarilla del huevo que representa el 30% de su peso y es rica en nutrientes y vitaminas liposolubles.



Clara:

Equivale al 60% del peso del huevo y tiene la función de proteger la yema. Es de consistencia viscosa y transparente que contiene proteínas, vitaminas hidrosolubles y minerales.

Cámara de aire:

Son celdas de aire que se encuentran en la parte más ancha del huevo que se forman cuando baja la temperatura después de que lo pone la gallina.

Chalazas:

Son los ligamentos que mantienen la yema en medio de la clara. Si son prominentes y espesos indican que el huevo es fresco.

Cutícula:

Capa proteica de queratina que cierra los poros del cascarón.

Asimismo, el huevo es un destacado protagonista en la gastronomía de México, pues es el eje rector de muchas recetas tradicionales y contemporáneas, pues este ingrediente lo podemos encontrar en entradas y sopas, hasta ensaladas y postres, sin mencionar que por sí mismo, el huevo es un platillo completo que se puede preparar revuelto, estrellado, cocido, mollet, poché, entre otras.

“Incluir huevo en la dieta diaria es altamente recomendado, ya que esta proteína de origen animal es fuente de vitaminas A, E y K, contiene colina que es necesaria para la formación y el correcto funcionamiento del cerebro y el sistema nervioso, además de contener ácido fólico, biotina, riboflavina, ácido pantoténico, fósforo, hierro, zinc, selenio, vitamina B1, B6 y B12, así como proteínas ricas en aminoácidos que ayudan a mantener en buen estado los músculos y los huesos del cuerpo”, destacó Georgina Romero.

Por su origen y composición nutricional, el huevo es una de las proteínas de origen animal más asequibles en todo el mundo, convirtiéndola en una excelente opción de alimentación durante todas las etapas de la vida.

AQUÍ, PURO POLLO PICUDO.



Bachoco®

Contigo todos los días



@BachocoMx
Bachoco.com.mx

¿Te interesa conocer
más sobre nuestros productos?
bachoco.com.mx



EL PARADIGMA DE LA INDUSTRIA ALIMENTARIA EN EL *THE FOOD TECH SUMMIT & EXPO 2023*

Por: Lola Bahena



La industria alimentaria se encuentra en un paradigma, por un lado, se enfrenta a los retos que causa el cambio climático que reducen cultivos y aumentan precios, por otra parte, se apoya en la inteligencia artificial (IA) para superar los conflictos que se presentan.



Así lo dan a conocer en el conversatorio de speakers: Lu Ann Williams, Co Founder & global at Innova market Insights, Andrés Carmona, Chef Manager para el norte de Latam en Unilever Foods Solution; Martha Montoya, Miembro adjunto de la junta directiva de IFT y CEO de *AgTools* y como moderador David Barreiro, consultor y conferencista especializado en tendencias de consumo.

Adaptarse a nuevos paradigmas

En el conversatorio, los speakers pusieron en la mesa las preocupaciones y tendencias del sector y con ejemplos argumentaron que sucede en varias regiones.

Uno de los ejemplos fue el aceite de oliva, donde España es el primer exportador, pero los cambios climáticos han hecho que esté en escasez y otros países también lo estén produciendo para satisfacer al mercado.

Inteligencia artificial como un aliado

“Desde los nuevos procesos de cocción, hasta el hecho de saber qué nuevos productos se pueden crear, está interviniendo la inteligencia artificial, entonces en vez de verlo como un enemigo, veámoslo como un aliado”, mencionó Andrés Cardona, Chef Manager para el norte de Latam en Unilever Foods Solution.

Sobre el tema, Lu Ann Williams explica como para recabar datos y entender tendencias también se hace uso de la IA, siempre con el fin de acelerar procesos, mostrar métricas más precisas que ayuden a todos.



Gastronomía conquistando a consumidores

David Barreiro pone en la mesa, que cada vez se ama más la gastronomía; sin embargo, desde su punto de vista, se cocina menos, lo cual parece contradictorio, a lo cual el Chef de Unilever espera que la tendencia de compartir platos continúe.

El chef también reconoce que la pandemia invitó a las personas a cocinar en casa, en volver ese momento como una experiencia para compartir, pero también salir a un restaurante es algo que se aprecia, por lo cual se muestra que la gastronomía sigue conquistando a más personas.

La sostenibilidad es equivalente a ganancias

Martha Montoya pone en ejemplo el caso del aguacate que se compra en febrero para hacer guacamole cuando su precio es más elevado, cuando podría consumirse en agosto que el árbol produce más y se consumen frutas frescas y de temporada.

Para entender la sustentabilidad se necesita regresar a lo que se hacía antes de consumir las frutas y verduras cuando los árboles los dan y no cuando se quiere, pero ejemplos hay muchos y cada persona en su empresa los puede adaptar a su entorno.

Las características de los consumidores mexicanos

Para entender cómo conquistar al mercado con los nuevos paradigmas, Israel Ortega y Gustavo Vázquez de Cargill hablaron en el auditorio Talk 1, de Mexitrends: El nuevo paradigma de la industria alimentaria mexicana en donde explicaron las cuatro características del consumidor mexicano:

- Indulgente • Saludable • Globalista • Activista

Mostraron uno de los desarrollos más famosos de Cargill que cumple con las cuatro características, que es Stevia y por eso sigue siendo una innovación en el mercado que promete estar presente siempre en los consumidores.

Queremos que la inspiración y el entusiasmo te acompañen de principio a fin en *THE FOOD TECH® | SUMMIT & EXPO*. Siente, crea e innova

¡Festejemos 15 años juntos!



BUSCA EL SELLO.



FELIZ DÍA DE MUERTOS

 lechedecalifornia.com

 [Realcaliforniamilkmexico](https://www.instagram.com/Realcaliforniamilkmexico)

 [RCMMexico](https://www.facebook.com/RCMMexico)

 [Real California Milk México](https://www.youtube.com/RealCaliforniaMilkMexico)

PROYECTO DE JÓVENES INNOVADORES MEXICANOS, ENFOCADO EN ELECTRIFICACIÓN COMUNITARIA, SELECCIONADO ENTRE LOS TRES MEJORES EN LA ONU



“Nuestro proyecto brinda una solución para atender, de manera paralela, dos importantes desafíos dentro del sector energético bajo un enfoque de economía circular. Por un lado, generar un aprovechamiento estratégico de los paneles solares durante toda su vida operativa, así como un manejo sostenible de los desechos a su término. Por otro, cerrar la brecha energética al proporcionar a comunidades en México con escaso o nulo acceso a la red eléctrica un suministro de energía limpia y renovable”, explicó *Ludwig Bedolla*.

Un equipo de tres jóvenes colaboradores de Sempra Infraestructura conformado por María Argüelles Supervisora de Desarrollo; Alexis Vargas, Técnico en Instrumentación y Control, y Ludwig van Bedolla, Gerente de Asuntos de Industria, presentaron en la Cumbre de Líderes del Pacto Mundial de las Naciones Unidas 2023 el proyecto “Energizando el futuro de quienes más lo necesitan”. Se trata de una iniciativa que permite reducir la pobreza energética, instalando paneles solares en comunidades marginadas para suministrar electricidad limpia a escuelas, alumbrado público, centros comunitarios y bombas de agua y esta fue elegida como una de las tres mejores propuestas a nivel global para avanzar en la instrumentación de los Objetivos de Desarrollo Sostenible.

En una primera etapa, este proyecto fue seleccionado a nivel nacional entre 16 iniciativas postuladas por colaboradores de empresas de diversos sectores como resultado del “Acelerador de Innovación por los ODS para Jóvenes Profesionistas”. Este programa, que se realiza en diferentes países, pretende impulsar que jóvenes líderes, menores de 35 años y que colaboran en compañías que forman parte del Pacto Mundial, desarrollen soluciones tangibles e integrales para avanzar en los Objetivos de Desarrollo Sostenible (ODS) desde el sector privado.

“Nos entusiasma haber podido representar a México con un proyecto que busca contribuir con energía para un mundo mejor. Nuestro propósito es socializar esta idea para que pueda ser replicada en otras partes del mundo”, afirmó María Argüelles.

En esta Cumbre, celebrada en The Nest Climate Campus en Nueva York, se presentó dicha idea a líderes de las Naciones Unidas, así como ante funcionarios y directivos empresariales de todo el mundo con la finalidad de que pueda ser retomada en otros países. En tal evento, también se expusieron otros proyectos provenientes de Brasil, China, Georgia, Indonesia, Malasia, Reino Unido, Sri Lanka, Sudáfrica, Turquía y Ucrania como parte del segmento “Innovación en los ODS: revolucionando los negocios”.

De acuerdo con estimaciones de Naciones Unidas, una de cada 10 personas en el mundo carece de acceso a la energía. Por su parte, según la Agencia Internacional de Energías Renovables (IRENA), habrá más de 78 millones de toneladas métricas de residuos de paneles solares para el 2050.

Ante este panorama, esta iniciativa plantea un modelo compuesto por tres etapas. Primero, deben identificarse los paneles solares que han sido reemplazados en parques solares, pero que aún son operativamente funcionales. En los proyectos fotovoltaicos a gran escala es común que los paneles solares se renueven constantemente por dispositivos más modernos. Por tanto, se tiene la oportunidad de reutilizar estos paneles a los cuales puede restarles hasta 12 años de vida útil. Actualmente, con base en un análisis de Sempra Infraestructura, se calcula que en México se desechan suficientes paneles para alimentar más de mil cuatrocientos proyectos sociales al año.

En segundo lugar, se procede a instalar tales paneles solares en comunidades con poco o nulo acceso a la electricidad y así alimentar escuelas, alumbrado público, centros comunitarios y bombas de agua. Durante este proceso resulta clave involucrar a la comunidad receptora para asegurar el buen uso y cuidado de los paneles solares hasta el término de su ciclo de vida extendido. Finalmente, se recolectan los paneles y se reciclan para reintegrar dichos materiales a la cadena de producción.

“Se trata de un proyecto ganar-ganar donde se disminuyen los desechos, se hace un mejor y más responsable aprovechamiento de los recursos, se reducen las necesidades de materias primas y se proporciona energía a quienes más la necesitan”, detalló Alexis Vargas.

Con este proyecto, se aporta en el cumplimiento de cinco de los ODS, a saber, producción y consumo responsables; energía asequible y no contaminante; ciudades y comunidades sostenibles; industria, innovación e infraestructura; y acción por el clima.

Fuente: ONU

Los Manantiales

Jamón de Pierna

14%
PROTEÍNA
LIBRE DE GRASA
PREFERENTE



HORNEADO



RACK DE CORDERO CON PERAS ROSTIZADAS Y PURÉ DE PERA


TIEMPO
90 MINUTOS


DIFICULTAD
MEDIA


RINDE
4 PORCIONES

INGREDIENTES

- 2 CUCHARADAS DE MOSTAZA
- 1 CUCHARADA DE JENGIBRE
- 1 DIENTE DE AJO
- 1 RAMA DE ROMERO, DESHOJADA
- 1/4 TAZA DE ACEITE DE OLIVA
- 4 CUCHARADA SOYA
- 1 RACK DE CORDERO
- 7 PERAS ANJOU Y ANJOU ROJAS
CORTADAS EN GAJOS
- 6 CUCHARADAS MANTEQUILLA
DERRETIDA
- 3 CUCHARADAS TOMILLO FRESCO

PROCEDIMIENTO

LICÚA LA MOSTAZA, JENGIBRE, AJO, ROMERO, ACEITE DE OLIVA Y SOYA. BARNIZA EL RACK DE CORDERO CON LA MEZCLA Y DEJA MARINAR POR UN MÍNIMO DE UNA HORA. CUÉCELO AL TÉRMINO DESEADO EN UNA PARRILLA A FUEGO ALTO.

MIENTRAS TANTO, MEZCLA LAS PERAS, MANTEQUILLA Y TOMILLO; SALPIMIENTA Y ESPÁRCELAS EN UNA CHAROLA PARA HORNO; ROSTÍZALAS A 200°C POR 20 MINUTOS. LICÚA LA MITAD DE LAS PERAS EN EL PROCESADOR DE ALIMENTOS Y RECTIFICA EL SAZÓN.

SIRVE EL RACK ACOMPAÑADO DE PERAS ROSTIZADAS Y PURÉ.

ROLES DE CANELA CON PERA



TIEMPO
40 MINUTOS



DIFICULTAD
BAJA



RINDE
12 ROLES

INGREDIENTES

- 300g PASTA HOJALDRADA
- 2 CUCHARADAS DE AZÚCAR
- 2 CUCHARADAS DE CANELA
- 1/4 TAZA DE MANTEQUILLA
- 6 PERAS SECKEL EN LÁMINA DELGADA
- 1/2 LIMÓN EN JUGO
- 1/2 TAZA DE AZÚCAR GLASS

PROCEDIMIENTO

CON UN RODILLO, EXTIENDA EL HOJALDRE A UN GROSOR DE ½ CENTÍMETRO; CORTE 12 TIRAS DE 4X10 CENTÍMETROS.

MEZCLE AZÚCAR, CANELA Y MANTEQUILLA Y BARNICE LAS TIRAS DE HOJALDRE POR AMBOS LADOS. ACOMODE UNA CAPA DE PERAS SOBRE CADA TIRA. ENROLLE CUIDADOSAMENTE PARA FORMAR LOS ROLES; ASEGURE LA PUNTA DEBAJO DEL ROLLO PARA QUE NO PIERDA SU FORMA AL HORNEARSE. COLOQUE LOS ROLES EN UNA CHAROLA Y HORNEE A 180°C POR 18 MINUTOS O HASTA QUE ESTÉN DORADOS; DÉJELOS ENFRIAR.

PREPARE EL GLASEADO MEZCLANDO EL AZÚCAR GLASS Y EL JUGO DE LIMÓN Y DECORE LOS ROLES.

FUENTE



GRUPO PM

APORTACIONES A LA SEGURIDAD ALIMENTARIA Y CUIDADO DEL MEDIO AMBIENTE, MOTIVO DE ORGULLO PARA LA MUJER RURAL: CORTEVA AGRISCIENCE

Un estudio realizado en México y Colombia por Corteva Agriscience revela que el 76 por ciento de las mujeres en el sector agropecuario considera que las nuevas generaciones tienen amplias oportunidades de ser líderes en el negocio, además de que el 90 por ciento siente orgullo por su labor y aportaciones a la seguridad alimentaria, el desarrollo comunitario y el cuidado del medio ambiente, entre otros temas.

En el marco del Día Internacional de la Mujer Rural, este sondeo fue realizado para conocer de viva voz las percepciones sobre el papel de las mujeres en el campo, reconocer áreas de oportunidad específicas para la región y generar conocimiento para impulsarlas hacia su máximo potencial.

“Para Corteva este ejercicio es relevante porque el sector agropecuario es la cuna de la seguridad alimentaria en el mundo. Consideramos que la transición hacia un modelo sostenible va de la mano con el respeto a la diversidad y la implementación de la inclusión y equidad en todos los niveles de la cadena agroalimentaria. Además, damos continuidad a los esfuerzos iniciados en 2018 en el sentido de conocer el rol de la mujer en el campo de viva voz, para ir más allá de las cifras o porcentajes y escuchar historias, inquietudes y opiniones que nos guíen a emprender acciones de mejora en los aspectos económico, educativo y social”, señala Alejandra Gaucín, Líder de Comunicaciones de la Región MesoAndina de Corteva Agriscience.

El Día Internacional de la Mujer Rural es una iniciativa de la Organización de las Naciones Unidas para visibilizar los retos y demandas de este sector en el mundo y apreciar su labor en el suministro de alimentos y servicios en zonas poco desarrolladas; además de abrir el acceso a las mismas oportunidades de educación y desarrollo que los hombres.

Este año, el organismo pone el foco en la temática Las mujeres rurales se enfrentan al incremento del coste de la vida y señala que, de equilibrar el acceso de mujeres y hombres a los recursos, la producción agrícola en países en desarrollo aumentaría entre 2.5 y 4 por ciento, además de que el número de personas desnutridas en el mundo disminuiría entre un 12 y un 17 por ciento.

Siguiendo estas líneas de análisis, uno de los hallazgos más destacados de Corteva es la satisfacción que las mujeres sienten por su trabajo en el sector agropecuario, derivado de aspectos como:

- **Producción agrícola y seguridad alimentaria.**

El 39 por ciento considera que su trabajo contribuye significativamente a la alimentación de sus comunidades y del mundo en general. Son conscientes de que su labor es esencial para proporcionar alimentos a muchas personas y mantener la seguridad alimentaria.

- **Desarrollo comunitario.**

El 27 por ciento se precia del conocimiento adquirido en el campo, lo que les permite ser agentes de cambio en sus comunidades. Además de que, gracias a su experiencia en el uso de tecnologías agrícolas, pueden ofrecer soluciones y mejorar la vida de quienes las rodean.

- **Cuidado del medio ambiente.**

Un 18 por ciento menciona que su orgullo se relaciona con el cuidado del suelo y la contribución a la sustentabilidad ambiental. Destacan que su labor contribuye al crecimiento de un importante sector de la economía, además de preservar el medio ambiente.

- **Tradición familiar.**

El 15 por ciento de las encuestadas destacó el orgullo que siente por continuar la tradición familiar de trabajar en el campo. Esto incluye actividades transmitidas de generación en generación.

“Si bien algunas respuestas de las mujeres hacen énfasis en las profundas desigualdades, para Corteva resulta estimulante que la mayoría de ellas opine que las nuevas generaciones tienen amplias oportunidades para liderar y construir un sector más equitativo e inclusivo. Esto demuestra confianza en lo avanzado y claridad de que el camino hacia la equidad en el sector se construirá en los cimientos del apoyo mutuo, la educación, el trabajo y el orgullo de ser mujeres que trabajan por el agro”, añade Alejandra Gaucín.

Por: Andrea Velasco



Producto de EUA



Cebollas Amarillas:

¡LAS ESTRELLAS DE
LA TEMPORADA!

Producto de Idaho
y el Este de Oregon



Cebollas Amarillas



@cebollas_amarillas



www.cebollasamarillas.com



cebollasamarillas@imalinx.com

EN MÉXICO EXISTEN MÁS DE 10 TIPOS DE POZOLE, DONDE EL INGREDIENTE PRINCIPAL ES ¡LA CARNE DE CERDO!



El pozole es uno de los platillos más icónicos de México. La palabra viene del náhuatl “pozolli” que significa “espumoso” pero los mexicanos vemos en este plato miles de años de tradición, cultura y mucho sabor.

Se cree que su creación se remonta a la época prehispánica (1300-1521), cuando el pozole era preparado para el emperador Moctezuma y que, al mismo tiempo, era ofrendado al Dios Xipe Tótec, señor de la fertilidad y la regeneración del maíz y la guerra.

La tradición de comer pozole en septiembre está relacionada con la cosecha del maíz de la variedad conocida como cacahuazintle, época ideal para su cosecha. Además, otro de los ingredientes principales en esta preparación es la carne de cerdo, proteína con gran aceptación en nuestro país, ya que, de acuerdo con datos del Consejo Mexicano de la Carne, el consumo de los mexicanos cifró un ritmo de crecimiento anual de 4.7% para el periodo de 2017 a 2022, y el consumo nacional por persona alcanzó 22.1 kilos en 2022.

“La carne de cerdo es un ingrediente común en la dieta mexicana y gracias a las medidas sanitarias del sector porcícola que incluye la mejora en la alimentación y salud de los cerdos, la calidad nutricional de esta proteína ha aumentado. Desde MSD Salud Animal en México, nuestro compromiso es fomentar la seguridad alimentaria y el bienestar de los animales y las personas”, dijo Raúl García, Gerente Técnico de la Unidad de Porcicultura de MSD Salud Animal en México.

El pozole es uno de los principales referentes de la gastronomía mexicana y es durante las Fiestas Patrias donde aumenta su preparación y consumo. Con el transcurso de los años, la receta se ha adaptado de acuerdo con las tradiciones y sabores de todos los estados del país, actualmente, se conocen más de 10 estilos de pozole mexicano preparados con carne cerdo y diversos granos, dos ingredientes indispensables en su preparación. A continuación, te presentamos las recetas más populares en México.

- **Pozole verde, blanco y rojo.** Son los estilos más populares del país y sus ingredientes principales son un caldo como base del platillo, carne de cerdo, maíz cacahuazintle, hierbas de olor, lechuga y rábanos. El color dependerá del chile con que se condimenta; chiles frescos y tomate para el verde y chile ancho y guajillo para el rojo.

- **Pozole mar y tierra.** Este estilo viene de las costas de Colima, Nayarit y Jalisco, cuyo principal ingrediente es el caldo de camarón, combinado con manteca y carne de cerdo, pulpo, camarón y almejas.

- **Pozole de frijol.** Preparación popular de Guerrero, también conocido como “Camagua”. Destaca la presencia de elote en trozos o desgranado, frijol negro, epazote y carne de cerdo.

- **Pozole batido.** Esta receta es tradicional de Michoacán y se prepara con maíz colorado y carne de cerdo, en algunas regiones del estado se incluye pinole para que espese o bien, se cuecen los granos de maíz hasta que se desintegran, dando la textura deseada.

- **Pozole jalisciense.** Es una de las versiones de pozole rojo más icónicas del país, color obtenido por la mezcla de chiles puya y guajillo; la carne de cerdo es la proteína ideal para esta receta.

- **Pozole de elote.** Michoacán y Jalisco son los estados creadores de este pozole preparado con carne de cerdo que, en lugar de maíz cacahuazintle se añaden granos de elote.

- **Pozole de trigo o garbanzo.** Es común encontrar esta receta en el Estado de México, Michoacán y Sonora; se prepara con trigo en grano o garbanzos, calabaza, nopal, cebollas, zanahoria, verdolagas, rábano y chiles verdes. Los Yaquis, pueblo de Sonora, acostumbra a elaborarlo con manteca y carne de cerdo.

La carne de cerdo es rica no solo en sabor, también en una buena fuente de proteínas, vitaminas B6, B12, tiamina, niacina, riboflavina y ácido pantoténico, compuestos fundamentales para el desarrollo humano.

“Cumpliendo con nuestra misión **La Ciencia de los Animales más Sanos**, en MSD Salud Animal en México ofrecemos herramientas innovadoras y fáciles de usar para el sector porcícola con el objetivo de que puedan cumplir con las estrictas reglas del bienestar animal y garantizando también la seguridad alimentaria de la población”, finalizó Raúl García, Gerente Técnico de la Unidad de Porcicultura de MSD Salud Animal en México.



Fuente: MSD

Nuevo Teatro Libanés

citibanamex PRESENTA



ESCAPE ROOM

UNA COMEDIA
DE JOEL JOAN Y HECTOR CLARAMUT

FAISY
ALEJANDRA BARROS
JUAN MARTÍN JAUREGUI
PALY DUVAL

Una producción de MORRIS GILBERT y MEJOR TEATRO
en sociedad con TINA GALINDO y CLAUDIO CARRERA

COMEDIA

HORARIOS VIE 7 Y 9:30 PM • SÁB 6 Y 8:30 PM • DOM 5 Y 7:30 PM

citibanamex PRESENTA

Una producción de MejorTeatro y Morris Gilbert

LOS MONÓLOGOS DE LA VAGINA

de V (antes Eve Ensler)

EL EVENTO INTERNACIONAL
QUE INDAGA CON GRACIA
Y ELEGANCIA
EN EL ÍNTIMO
UNIVERSO FEMENINO



GABRIELA DE LA GARZA



LIZ GALLARDO



XIMENA GONZÁLEZ RUBIO

Consulta rol de elenco en MEJORTEATRO.COM

COMEDIA

HORARIOS JUE 8 PM

EL MANUAL
PERFECTO PARA
ENTENDER A
TU PAREJA



citibanamex PRESENTA

UNA PRODUCCIÓN DE
Morris Gilbert, MejorTeatro, y

CÉSAR BONO EN DEFENDIENDO AL CAVERNÍCOLA

AUTOR ROB BECKER dir. JAIME MATARREDONA

COMEDIA

HORARIOS LUNES 8 PM

CENTRO CULTURAL
SAN ÁNGEL
TEATRO LOPEZ TARSO

citibanamex PRESENTA

UNA PRODUCCIÓN DE Morris Gilbert
MejorTeatro

TOCOT

DE LAURENT BAFFIE
DIRECCIÓN LIA JELIN
DIRECTOR REPOSITOR RAFA MAZA

VERSIÓN AL ESPAÑOL
JULIÁN QUINTANILLA

TODOS TENEMOS UNO
¿CUÁL ES EL TUYO?

ALTERNANDO FUNCIONES



ARMANDO HERNÁNDEZ

HECTOR TREJO "BULLY"

RAQUEL GARZA

COMEDIA

HORARIOS VIE 7 Y 9 PM • SÁB 6 Y 8 PM • DOM 5 Y 7 PM

Consulta la cartelera en
MEJORTEATRO.COM

☎ 55 5207 1498

Boletos en taquilla y
ticketmaster.com.mx

EL CACAHUATE, UN ALIMENTO FUNCIONAL QUE PUEDE AYUDARTE A MEJORAR TU CALIDAD DE VIDA Y TENER BIENESTAR.

Un alimento funcional es aquel que además de ofrecer nutrimentos básicos para el funcionamiento correcto del organismo, ofrece nutrimentos o sustancias clave que brindan beneficios extras a la salud de la persona e inclusive ayudan a disminuir el riesgo de enfermarse.

El cacahuate ha sido clasificado como un alimento funcional gracias a que contiene diferentes compuestos que deberíamos de consumir frecuentemente para vivir más y mejor, entre los que destacan los siguientes:

Coenzima Q10:

sustancia soluble en grasa que protege al corazón en situaciones donde falta el oxígeno (como al escalar una montaña) o en casos de taponamiento de las arterias, además de ser el combustible natural de nuestras mitocondrias celulares.

Arginina:

aminoácido (parte más pequeña de una proteína) necesario para la salud del hígado, piel, articulaciones y músculos; así como para el fortalecimiento del sistema inmune, la regulación hormonal y la fertilidad masculina. Es precursor del óxido nítrico, un potente vasodilatador, por lo que al consumirla frecuentemente ayudamos a disminuir la presión arterial, problemas de impotencia y el riesgo de enfermedades cardiovasculares.

Resveratrol:

Uno de los compuestos fenólicos del cacahuate con mayor efecto antioxidante, por lo que se le han atribuido algunos de sus beneficios protectores contra algunos tipos de cáncer, infartos, alzheimer y enfermedades inflamatorias. Todas las partes del cacahuate contienen resveratrol, pero al tostarlo y molerlo para hacer crema de cacahuate, el resveratrol que recibe nuestro organismo se incrementa hasta 3 veces. Su protección ante el alzheimer parece deberse a la sinergia entre el resveratrol, la niacina y las grasas saludables del cacahuate.

Fitoesteroles:

Compuestos que tienen una estructura parecida al colesterol, por lo que cuando incrementamos su consumo, compiten con la absorción de colesterol de otros alimentos, provocando una disminución de las cifras de colesterol LDL en sangre hasta un 10% y del riesgo cardiovascular en general.

Ácido cumárico:

Otro de los antioxidantes potentes del cacahuate que se ha asociado a la disminución del riesgo cardiaco y de cáncer de quienes consumen frecuentemente cacahuate y/o crema de cacahuate.

Ácido oléico:

El cacahuate y la crema de cacahuate tienen un perfil de grasas muy saludable ya que naturalmente son ricos en ácidos grasos insaturados como el ácido oleico, pobres en saturados y libres de grasas trans y colesterol. Por ello, su consumo frecuente se ha asociado a una disminución de la mortalidad en general hasta en un 40%.

Además de lo anterior, el cacahuate y la crema de cacahuate son ricos y/o contienen vitamina E, fibra, proteína vegetal, selenio, vitaminas del complejo B, magnesio, hierro, cobre y manganeso, lo que los hace alimentos muy completos y densos en esos compuestos capaces de ayudarnos a vivir más y mejor sin lugar a dudas. La mejor noticia es que con sólo 1/3 de taza de cacahuate o 2 cucharadas de crema de cacahuate al día ya recibes todos estos beneficios y más.

Recuerda que el cacahuate y la crema de cacahuate son alimentos funcionales que pueden ayudarte en esa búsqueda de bienestar, sin embargo no son milagrosos y debes complementarlos con un estilo de vida saludable que incluya dieta correcta, actividad física regular, sueño reparador, chequeos médicos frecuentes y un adecuado manejo del estrés, entre otras cosas.

Fuente: GRUPO PM



TOSTADAS EL MOLACHO

Cuadrada Redonda Totopo Nacho



Tostadas horneadas hechas 100% de maíz
¡Manejamos precios de mayoreo y menudeo!

777-563-5582 / 777-328-0125



**GRANDES
GANANCIAS**

**CON LOS MÁS PEQUEÑOS
DE GOLD FRITZ®**

EXCESO
CALORÍAS

SECRETARÍA DE

**GOLD
FRITZ
SNACKS**

CACAHUATE JAPONÉS

**PRESENTACIÓN
MULTIBOLSAS**

**EXCELENTE RELACIÓN
PRECIO - CALIDAD**

cacahuete con cobertura
de harina tostada y soya

Contenido
Neto:
60 g

**GOLD
FRITZ
SNACKS**

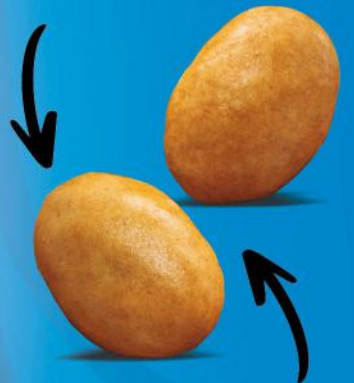
CACAHUATE JAPONÉS

cacahuete con cobertura
de harina tostada y soya

Contenido
Neto:
30 g

**NUEVOS
TAMAÑOS
30 y 60
gramos**

CACAHUATE
HORNEADO



CACAHUATE
JAPONÉS
CRUJIENTE

Síguenos en

 @GoldFritzSnacks

 @GoldFritzSnacks

CONOCE TODOS
LOS PRODUCTOS



ATRÉVETE A VENDER MÁS CON
GOLD FRITZ SNACKS®

Únete al esquema de distribuidor micoco



SIN MÍNIMO DE COMPRA

DIFERENTES PRESENTACIONES

ENTREGA INMEDIATA A TU DOMICILIO

IDEAL PARA HELADOS, COBERTURAS, CONFITERÍA, FRITURAS.

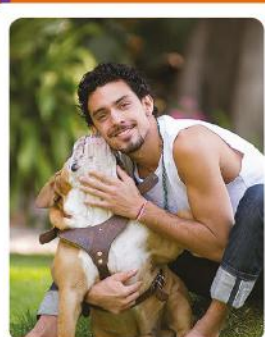


micoco.com.mx

33 1197 4396

PRINCIPALES VITAMINAS QUE DEBE TENER LA DIETA DE MI MASCOTA

M.V.Z Miguel Ángle López



Las mascotas forman una parte muy importante de las familias en términos de convivencia y acompañamiento. Es responsabilidad de sus dueños mantenerlas sanas y bien nutridas para poder optimizar dicha relación. Para lograr esto es necesario que visiten regularmente al médico veterinario para que revise constantemente su estado de salud y aplique los medicamentos preventivos necesarios (vacunas y desparasitantes) para ellas; adicionalmente es muy importante seleccionar junto con el veterinario un alimento que sea el más adecuado. Para seleccionar un alimento es muy importante analizar su etiqueta tanto desde el punto de vista de contenido de ingredientes, como del análisis de nutrientes que garantiza. Dentro del listado de ingredientes, los dueños de las mascotas buscan fuentes de proteína (res, pollo, pescado), grasas, aceites vegetales y grasas animales, fibras (salvados, pulpa de remolacha) y por supuesto vitaminas y minerales.

VITAMINAS

Las vitaminas son un grupo de nutrientes muy importantes que participan en una gran cantidad de reacciones que suceden dentro del organismo; también son necesarias para el funcionamiento de las células del organismo y su crecimiento y desarrollo normal. Se dividen en hidrosolubles y liposolubles.

HIDROSOLUBLES

Las vitaminas hidrosolubles, como su nombre lo indica, se disuelven en agua o en líquidos acuosos. Este grupo de vitaminas lo conforman las llamadas vitaminas del complejo B. Su deficiencia puede llevar a pérdida de peso, diarrea, pelaje hirsuto, irritación de mucosas, dermatitis y cansancio y letargo entre otros muchos síntomas.

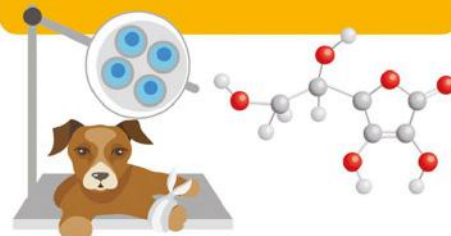


La cantidad específica de cada vitamina añadida a los alimentos tiene que ser calculada por los nutriólogos y veterinarios que los diseñan para lograr un correcto balance de nutrición y salud es por eso que no se recomienda el dar pastillas multivitamínicas a las mascotas salvo que sean prescritas por un médico veterinario.



LIPOSOLUBLES

Las vitaminas liposolubles se disuelven en los tejidos grasos del organismo y son la vitamina A, D, E y K. Su deficiencia puede llevar a la mascota a tener una visión deficiente, problemas de huesos, debilidad y problemas en la coagulación sanguínea.



Como ya se comentó, la salud y nutrición de nuestros mejores amigos tiene que estar supervisada por un médico veterinario y debe ser acompañada por un alimento comercial balanceado de calidad Premium o Super Premium que contenga el nivel óptimo de vitaminas.

FUENTE:



¡NO TE CONFUNDAS!

**EL MEJOR BACALAO
PARA ESTA TEMPORADA,
LO TENEMOS EN**

La Abeja



**COMERCIAL DE NUECES Y SEMILLAS S.A. DE C.V.
PASILLO 3, ESQUINA CON SECTOR O-P
CENTRAL DE ABASTOS CDMX**

FAO LANZA NUEVO PROGRAMA DE CAPACITACIÓN Y ALIANZAS CON LA ACADEMIA PARA AMÉRICA LATINA Y EL CARIBE



El Subdirector General y representante regional de la FAO para América Latina y el Caribe, Mario Lubetkin, presentó el nuevo programa de capacitación para la región, denominado FAO Campus. En la presentación, realizada en el marco de la Asamblea Regional de Jóvenes del Foro Mundial de la Alimentación que tiene lugar en Roma, Lubetkin resaltó que el objetivo del nuevo programa es “impulsar la innovación, una activa gestión del conocimiento y una estrecha colaboración con la academia, los centros de investigación, el sector privado y la sociedad civil”.

FAO Campus es una nueva plataforma y un mecanismo de alianzas que busca facilitar el intercambio de expertos y lecciones aprendidas entre múltiples actores de diferentes países y regiones, a partir del desarrollo de capacidades, la generación de evidencia, y la identificación y difusión de buenas prácticas, a través de procesos inclusivos y participativos.

“En la última década, desde la FAO hemos logrado capacitar a más de 260 mil personas en América Latina y el Caribe y hoy contamos con una oferta de más de 60 cursos virtuales dedicados a la región. Queremos ampliar y profundizar este trabajo”, indicó Lubetkin.

Además, agregó: “la juventud rural cumple un rol fundamental en la misión de conectar los conocimientos tradicionales y ancestrales con la innovación, la digitalización, y nuevas formas de producción sostenible. FAO Campus se propone crear nuevos puentes, y ampliar la escala de nuestras acciones en la región”.



Cuatro áreas de trabajo

El nuevo programa, que comenzará a implementarse en los próximos meses, pretende dar respuesta a las demandas de capacitación de programas y proyectos de la FAO para atender a las necesidades de los países, además de fortalecer el trabajo en red con las diferentes regiones a partir de cuatro áreas de trabajo:

El área de academia, cuyo objetivo será reforzar la vinculación de la FAO con universidades e institutos de enseñanza e investigación en la región, e impulsar diplomados, maestrías, investigaciones, eventos académicos y pasantías. De esta forma, se busca permitir que temas específicos como la producción sostenible o la acción climática entren con más fuerza en los planes de estudio y las currículas educativas en la región.

En materia de desarrollo de capacidades se buscará garantizar la calidad, sostenibilidad y escalabilidad de los procesos de capacitación en la región, y asegurar que se cumplen los estándares sociales y ambientales.

En tercer lugar, el área de multimedia, para desarrollar campañas masivas y materiales pedagógicos audiovisuales, especialmente pensados para instituciones educativas, ministerios y otros socios.

Y finalmente el área de cursos y talleres, para ampliar la oferta actual de capacitaciones en diferentes modalidades en cuatro idiomas (español, inglés, portugués y francés).

“Se trata de un programa ambicioso, pero absolutamente necesario. Nos hemos propuesto llegar a un millón de personas con nuestros cursos y talleres en la región, y superar las 500 acciones de capacitación en la próxima década. También queremos elevar la participación de las mujeres, pueblos indígenas y afrodescendientes, que han demostrado ser verdaderos guardianes de los recursos naturales y de sabiduría y prácticas productivas ancestrales”, señaló Lubetkin.



Piñatas
personalizadas



www.Piñatalab.com

BOING! MIX



COCTEL DURANGO

INGREDIENTES:

- 50 ml. Boing de Mango
- 50 ml. Ron Añejo
- 12ml. Ron Dorado
- Licor de Durazno
- Jugo de 1/2 limón
- 2 cucharadas de azúcar glass
- Hielo picado
- Fruta para decorar

PREPARACIÓN:

1. En una coctelera introduce el hielo, el ron añejo, el ron dorado, el jugo de 1/2 limón, el Boing de Mango, el licor de durazno y el azúcar.
2. Agita muy bien y sirve en un vaso ancho y frío.
3. Decora con fruta



Llenamos tu día con sabor y diversión
¡Pide tus productos!

CIUDAD DE MÉXICO
Y ÁREA METROPOLITANA

55.51.32.08.56

LADA SIN COSTO
DEL INTERIOR DE LA REPÚBLICA

800.727.2825



COME BIEN

¡KATAPLUM! ^{MR}

PARQUE DE DIVERSIONES



Compra aquí
o en taquilla



Un parque de diversiones tan grande
que tiene un Centro Comercial

Centro Comercial Parque Las Antenas,
Av. Canal de Garay 3278, La Esperanza, CDMX. Sobre Periférico Oriente.