

NOTA ABASTOS

DEL N O R E S T E

AÑO XXXVI | JUNIO 2023 | NÚMERO 188 | www.notaabastos.com.mx



57 Aniversario

del Mercado de Abastos Estrella



DISTRIBUCIÓN GRATUITA A LOS COMERCIANTES DEL NORESTE DE MÉXICO Y E.U.A.

The World Sees You Here...
www.notaabastos.com.mx

promociones.y.ediciones@gmail.com
Tel. 818340-0402 y 818340-0366

NOTA
ABASTOS
DEL NOROESTE



**TODOS LOS DÍAS ESTAMOS TRABAJANDO
PARA EL ABASTO DE ALIMENTOS**

EDITORIAL

36 AÑOS LLEGANDO AL MUNDO ENTERO

ABRIL - JUNIO



Celebramos los 57 años

Conmemoramos los 57 años con gran alegría, recordando a todos los socios fundadores, trayendo a reflexión lo efímera que es nuestra existencia, lo rápido que pasa la vida por frente a nuestros ojos y que solo quedan las obras que nos han dejado.

Hombres y Mujeres que han dejado un gran legado para muchas familias que los preceden, que sin su sacrificio, esfuerzo y lucha constante, el Mercado de Abastos Estrella no existiría. Lugar de trabajo y sustento para miles de familias que gracias a esta magnífica obra que hoy se celebra, ha sido base y pilar de desarrollo, debemos dar gracias a los socios fundadores, pues sin su visión y trabajo hoy no tendríamos nada que festejar.

La actual Administración, encabezada por el Ing. Víctor Javier Cavazos Flores, Dr. Juan Antonio Villarreal Ramos, Sr. Pedro Barbosa Escalante y Sr. Carlos Heriberto Alanís Alanís, han seguido con el desarrollo y crecimiento de nuestro Mercado de Abastos Estrella, en beneficio de todos los socios y comerciantes.

En esta vida tan corta que Dios no ha dado, hoy tenemos un gran reto de multiplicar los panes, como hicieron los socios fundadores, al crear una obra majestuosa como es nuestro Mercado, para los hijos, más para los nietos, así como para miles de familias, para ser recordados con ese cariño y respeto.

Gracias Socios Fundadores



CONTENIDO

- 1 EDITORIAL: CELEBRAMOS LOS 57 AÑOS
- 3 DEL HUERTO: PEPINO PERSA
- 5 GALERIA DE CUMPLEAÑOS Y ANIVERSARIOS
- 9 MISA 57 ANIVERSARIO

- 10 57 ANIVERSARIO
- 17 ASAMBLEA GENERAL EXT. CONACCA
- 18 COMITE DE DAMAS
- 19 ASAMBLEA GENERAL ORD. MAE
- 21 RECETA: PEPINILLOS AGRIDULCES

Nutrición *en la Salud y el Deporte*

"Una dieta equilibrada es clave para una buena salud y, si además haces deporte, debes adecuar la ingesta de calorías y nutrientes a tu gasto energético, para cubrir todas tus necesidades y mejorar tu rendimiento."

Consultorio Nutricional

ATENCIÓN PERSONALIZADA

- Plan de Alimentación
- Plan de Alimentación especial en el Embarazo

- Valoración nutricional
- Para todas las edades
- Nutrición Clínica y Deportiva

Consulta Previa Cita 8114704029



Los Pinos



PRODUCTOS DEL CAMPO LOS PINOS S.A. DE C.V.

BODEGA 213 y 215

**MERCADO DE
ABASTOS ESTRELLA**

**TEL. 818351-9475
813423-7619**

**SAN NICOLAS DE LOS
GARZA, NUEVO LEON**

lospinosrodriguez@hotmail.com



GRUPO VERMEX

GRUPO VERMEX S. A. DE C. V.

www.grupovermex.com
recepcion@grupovermex.net

Mercado de Abastos Estrella, Bodega 266-268
Av. Los Ángeles No. 1000, Col. Garza Cantú
San Nicolás de los Garza, N. L.
Tel. 81 8331-5391, Fax: 818331-6037



DEL HUERTO PEPINO PERSA

El pepino persa (*Cucumis sativus* L.) también conocido como mini pepino, pepino Libanes y Beit Alpha, produce frutos sin semillas o partenocárpicos. Los frutos son cortos en longitud, de color verde oscuro, sabor dulce y tienen una piel delgada que no requiere pelarse para ser consumidos. El pepino persa es un cultivo tolerante tanto a bajas como a altas temperaturas. Dentro de sus beneficios nutricionales cuenta con una alta concentración de agua, lo que lo convierte en un alimento muy bajo en calorías, además tiene contenidos interesantes como mucílagos, Vitaminas B y C, ácido fólico, antioxidantes como carotenos y aminoácidos.

Este pepino es parecido al pepino armenio en sus líneas sobresalientes en su exterior y en su forma cilíndrica, la diferencia radica en que este es más pequeño, no solo más que el armenio, sino que es el más pequeño de todas las variedades junto con el pepino español. El pepino persa mide como máximo 15 centímetros.

También se distingue por el color de su cáscara es solamente verde oscuro sin variar a tonos más claros y en que no tiene semillas en su interior, por lo que es más fácil emplearlo en dietas que exijan no tenerlas.

El cultivo de esta variedad es más manejable puesto a que, es bastante adaptable y tiene pocas necesidades en su siembra, por ejemplo, se puede adaptar a climas secos, contrario de lo que sucede con los otros

pepinos que requieren mucha cantidad de agua. Es por esta razón que es una buena alternativa de cosecha en huertos caseros en los que no se tenga una gran cantidad de recursos.

El pepino es un alimento que sacia el apetito rápidamente y que es ligero en calorías, como mencionamos antes, contiene una cantidad alta de agua, por esta razón es bueno usarlo cuando se quiere bajar de peso, ayudará al cuerpo a deshacerse de las sustancias que no necesita, por su efecto diurético.



El pepino persa es una fruta conocida por sus propiedades medicinales, no produce gases, son dulces de fácil digestión.

Dentro de los beneficios terapéuticos que nos ofrece este alimento, ayuda a disminuir el ácido úrico, además de sus propiedades laxantes que se encargan de una correcta evacuación de los desechos del sistema digestivo. En ayunas puede ser útil para ayudar a combatir cálculos renales. Además, contiene la sílice que es necesaria para el bienestar de los huesos, las uñas, cabello, músculo, tendones, ligamentos y cartílagos.

Al tener ácido cafeico y ascórbico, es útil para sanar la piel dañada, porque hidrata, desinflama y relaja



el cutis que muchas veces se ve afectado por los efectos de la polución en el planeta y al envejecer. Por tener estos efectos en la piel es que también se recomienda utilizarlo de forma tópica en casos de psoriasis, eczemas, dermatitis, quemaduras causadas por el sol y acné.

Es recomendado usarlo en contacto directo en rodajas, cuando hay signos de cansancio o de algunas enfermedades en los ojos como la conjuntivitis, en este caso esta verdura puede reducir el enrojecimiento e irritación ocular que causa esta afec-

ción, gracias a su alto contenido en agua y vitaminas. También puede tratar orzuelos, así como reducir las ojeras o bolsas que aparezcan bajo los ojos como producto del agotamiento físico.

En homeopatía, el pepino persa se utiliza para tratar una variedad de afecciones, como el dolor de cabeza, la tos, el asma, la artritis y el dolor crónico. Para preparar el remedio homeopático de pepino persa, se necesita una pequeña cantidad de la fruta. Esta fruta se corta en trozos pequeños y se mezcla con agua destilada para formar una pasta. Esta pasta se coloca en un frasco de vidrio y se agita vigorosamente durante al menos un minuto. Después de esto, se toma una pequeña cantidad de la mezcla y se diluye con agua destilada. Esta mezcla se toma una vez al día para tratar los síntomas de las afecciones mencionadas.

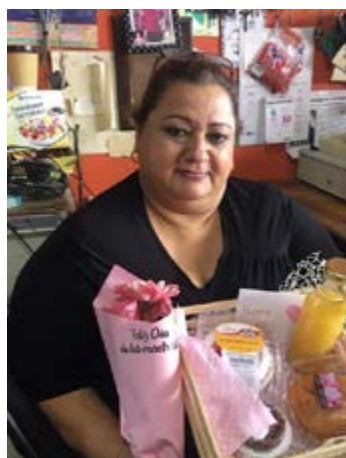
En la cocina se utiliza a menudo para preparar ensaladas, en encurtidos como aperitivo. También es muy común utilizarlo para hacer jugos. Disfrutar del pepino persa, incorporándolo en la alimentación diaria, no solo por su sabor y versatilidad, sino por todos los beneficios que nos proporciona a la salud.

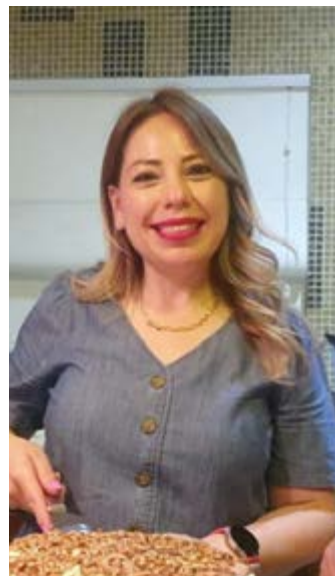


GALERÍA DE CUMPLEAÑOS

Nota-Abastos del Noreste les desea Felicidades a todos los que celebraron su cumpleaños o aniversarios durante los meses de Abril y Junio.

Olga Guadalupe Espronceda Flores, Michelle Ajeleth Ramírez Sánchez, Gálvez Gutiérrez Rodolfo de Jesús, Oviedo Plata Rodrigo, Oviedo Plata Enrique Guadalupe, Ayala Treviño Amel, González Valdez Elías Gerardo, Martínez Muñoz J. Cruz, Varela Amaya Jorge G., Trejo Jiménez Juan José, Cavazos Rodríguez Gerardo M. , Lozano Zertuche Jorge, Macías Arriaga Ma. Del Carmen, López Gutiérrez Rubén Gerardo, Rojas Carrillo José Odilón, Castro Ramírez Ricardo Antonio, Villarreal Garza Roberto, Castro Montemayor Aide, Durán Corral Ana Patricia, Alvarado Flores Jesús Rafael, García Rojas Roberto Antonio, Flores Salazar Agustín Gerardo, Solís Saucedo María Hortencia, Chapa Aguirre Jorge Alberto, Mendoza Martínez Dora Margarita, Romero Sánchez J. Guadalupe, Vela E. Mario, Álvarez Espinoza Martín de Jesús, Araujo Cruz Jesús Ángel, Galván Villarreal Mirthala, De la Rosa Montoya Isidro, Oropeza Herrera Adrián, Torres Zapata Francisco, Oviedo Hernández Candy Sarai, Elizondo A. María Cristina, Guzmán de Rivera María Clementina, Vázquez Cervantes Lidia Adriana, Gutiérrez G. Martín, Cano Cavazos Ana Sylvia, Ceballos Torres Jacinto, Leonardo Álvarez y Luz Ma. Alanís de Álvarez - Fidel Gerardo Sáenz Silva - Gabriel Leal - Karina Guerrero de Morales - César Tiscareño Áncer - Jesús Ramos Deándar - Grehtha Hernández Barbosa - Carlo González Pedraza - Óscar Morales Tamez - Francisco Jesús Valdez de la Peña - Elsa y Eliza Morales Guerrero - Gamaliel Rodríguez Rdz. - Max Carbajal - Agustín Flores Salazar - Graciela Alanís Vda. de Lozano - Martín de León Treviño e Irma Esperanza de la Garza de De León - José Lozano - Antonio González Rosas y Verónica Valero de González - Gamaliel Rodríguez Hernández - Don Arturo Leal Villarreal y Doña Orelia Rodríguez de Leal - José Manrique Sáenz - Fabiola Urbina - Edgar De León Treviño - Karen Ramos Guerrero - Sandra Patricia Silva de Sáenz - Andrea de León de la Garza - Fidel Pedraza Áncer y Alicia Obregón de Pedraza - Alejandra Marcela Tiscareño - Manuel Mauricio - José Dolores Pinedo Reyes - Melisa Fernanda Acosta Lara - Gloria Rivera Gutiérrez - Irene Treviño Elizondo - María de la Luz Flores de Cavazos - Ana Daniela y Diego Martínez Medina - Regina Alejandra Acosta Lara - Ulises Lara Esmeralda - Antonio Rodríguez Guajardo - Jesica Delgado y Leobardo Álvarez - Carolina López Pedraza - Jorge Lozano - Trini Ramos de Villarreal - Ilda Castro Ramírez







Nallely y Braulio. 13 de mayo



**Envíanos las fotos de tu cumpleaños, aniversario o evento
Nota Abastos uniendo familias desde hace 36 años.
promociones.y.ediciones@gmail.com**



**AGUACATES
ECHARTEA
Hnos.**



www.aguacatesecharte.com

Ventas Echartea
8180106973
WhatsApp icon: <https://www.whatsapp.com>
Email icon: ventas@aguacatesecharte.com



**BODEGAS
2, 36 y 63**

SERVICIO A DOMICILIO



**Mercado de Abastos Estrella, San Nicolás de los Garza, N.L.
Tels. 818351 1662 / 818351 5711**



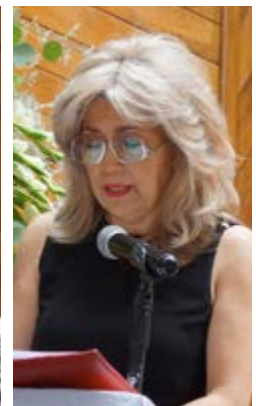
MISA

57 ANIVERSARIO

El 21 de Mayo, previo a la fiesta y con motivo del 57 aniversario se celebró la tradicional misa en honor a todos los fundadores de nuestro Mercado de Abastos Estrella y por la directiva encabezada por Víctor Javier Cavazos Flores como Presidente, Juan Antonio Villarreal Ramos como Vicepresidente, Pedro Barbosa Escalante como Secretario y Carlos Heriberto Alanís Alanís como Tesorero.

En nuestra capilla del Buen Pastor, con gran ánimo ofició la santa misa el Presbítero Rogelio Narváz Martínez, quien pidió por todos los comerciantes del Mercado y en especial por sus directivos, para el buen desarrollo y crecimiento de nuestra asociación.

Durante el sermón de la misa, el Presbítero dejó su clara personalidad apasionada en la Capilla del Buen Pastor, hablando sobre la "lucha, el triunfo y la victoria"



57 Aniversario

del Mercado de Abastos Estrella



ING. VICTOR JAVIER CAVAZOS FLORES



"El secreto del éxito es trabajo, esfuerzo y perseverancia."

Muy Buenas tardes, Saludo con gusto y respeto a nuestros invitados de honor:

Lic. Miguel Fernando Gracian Ramírez. Presidente de Merca Mexico

Lic. Daniel Martínez Escamilla, Presidente del H. Consejo de Administración de la Central de Abastos Monterrey.

Quiero agradecer a todos las socias y socios así como a sus familias que hoy nos honran con su presencia, les doy la más cordial de las bienvenidas.

Gracias por acompañarnos.

Antes de continuar, con todo respeto, quiero pedirles nos pongamos de pie y guardemos un minuto de silencio en honor a todos las socias y socios, que han fallecido.

(Todos guardan respetuosamente un minuto de silencio)

Ellos son los que, con su trabajo diario, esfuerzo y perseverancia, construyeron los cimientos de esta gran casa, de esta gran familia, lo que hoy por hoy es nuestro MERCADO DE ABASTOS ESTRELLA. Es motivo de orgullo honrar su recuerdo, pero también es un honor poder celebrar en compañía de todos los aquí presentes, los primeros 57 años de vida de nuestro querido Mercado de Abastos Estrella.

En esta administración que me ha tocado encabezar, nuestro objetivo es realizar obras necesarias para el buen funcionamiento y modernización del Mercado, por ello:

Ampliamos el Estacionamiento Oriente en su tercera etapa.

Ampliación del Centro Logístico

Continuamos con la construcción del Estacionamiento Norte en su 1er etapa de una planta baja y dos niveles

Les informo que hoy termina un periodo de trabajo al frente de esta organización, que con mucho ánimo y entrega emprendí, y para mí es un honor ver los proyectos realizados. Agradezco a mi equipo de colaboradores y amigos del Comité de Administración, al Doctor Juan Antonio Villarreal Ramos, Al Sr. Carlos Heriberto Alanis Alanis y al Sr. Pedro Barbosa Escalante, por todo su apoyo recibido para la obtención de nuestros logros. Muchas gracias.

Agradezco de manera muy especial a los integrantes del Consejo Consultivo y de vigilancia por su tiempo, consejos y visión para sacar adelante los proyectos. Muchas gracias.

Quiero hacer un profundo agradecimiento a mi familia, a mi esposa Claudia Treviño por todo su apoyo y comprensión para poder realizar con éxito este cargo.

Finalmente me dirijo a todos ustedes, socias y socios, les estoy profundamente agradecido por el respaldo que he recibido durante toda mi gestión y por la confianza que nuevamente me brindan para continuar trabajando en este nuevo ciclo 2023-2025.

Seguiremos trabajando con obras como estas, que benefician a nuestro Mercado de Abastos Estrella para continuar contribuyendo de esta manera y enaltecer nuestra sociedad mexicana.

Los invito a disfrutar de esta fiesta con sus familias y con la gran familia del Mercado de Abastos Estrella.

Felicidades a todos por un Aniversario más del Mercado de Abastos Estrella

Muchas gracias.

TOMA DE PROTESTA DE LA DIRECTIVA PERIODO 2023 - 2025

A cargo del Sr. Agustín Benito Flores Cavazos tomó la protesta del nuevo Consejo de Administración encabezado por Ing. Víctor Javier Cavazos Flores, Dr. Juan Antonio Villarreal Ramos, Sr. Pedro Barbosa Escalante y Sr. Carlos Heriberto Alanís Alanís.

A continuación, el Ing. Víctor Javier Cavazos Flores pidió a los asistentes que forman parte del consejo Consultivo y de Vigilancia pasaran al frente para rendir protesta para el periodo 2023 - 2025.













**¡ANUNCIATE
YA MISMO!
A UN PRECIO ECONÓMICO
818340-0402 Y 818340-0366**

CEBOLLA SELECCIONADA





**PRODUCTOS
EL CAPORAL**
S.P.R. de R.S.

MERCADO DE ABASTOS ESTRELLA
BODEGA No. 19
TELS. 818351-1538, 818351-0561,
818351-9080
productoselcaporal@hotmail.com

MONTERREY, N.L., MEXICO

**PRESENTE EN CUALQUIER EPOCA
DEL AÑO**
Calendarios con el nombre de su
negocio
y los productos que vende.
**¡ A D Q U I E R E L O
AHORA! PROMOCIONES Y EDICIONES**
818340-0402 y 818340-0366

frucam
Frutas de Calidad Morales, S.A. de C.V.

Bodega 5
Mercado de Abastos Estrella
Av. Los Ángeles 1000, San Nicolás de los Garza, N.L.

frutas_morales@frucam.lat
Tels. 818331 1842
818351 1114, 818351 4531



CENTRAL DE ABASTO CHIHUAHUA
UNIÓN DE COMERCIANTES Y PRODUCTORES

ASAMBLEA NACIONAL EXTRAORDINARIA, CONACCA-CHIHUAHUA 2023





COMITE DE DAMAS

El pasado 19 de Abril se efectuó la junta del comité Social y Asistencial de Damas del Mercado de Abastos Estrella.

Esto con la finalidad de la Planeación del gran Te Canasta del próximo mes de 1 de Junio. Donde las Damas estarán celebrando su 41 aniversario de su fundación. Después de encomendar los trabajos de esta reunión a Dios nuestro Señor, la Sra Presidenta Blanquita Carvajal dieron paso a los trabajos de la junta.





ASAMBLEA GENERAL ORDINARIA MERCADO DE ABASTOS ESTRELLA

Citados en primera y segunda convocatoria el 18 de abril de 2023, por la directiva encabezada por su presidente Ing. Víctor Javier Cavazos Flores, presidiendo la misma en compañía Juan Antonio Villarreal Ramos como Vicepresidente, Pedro Barbosa Escalante como Secretario y Carlos Heriberto Alanís Alanís como Tesorero.

Que con gran asistencia presencial de asociados, se siguió puntualmente la orden del día, que con gran atención e interés fue seguida por todos. Esto aunado a la gran necesidad de convivencia ocasionado por las medidas de seguridad por la pandemia.





BODEGA 303

Grupo Frucat

CULTIVANDO GRANDES EXPERIENCIAS
TELS: 8183-51-2260 / 8183-31-8290

**Nos Especializamos en :
Manejo, zanahoria, verduras, chiles secos y ajos**

recepcion@grupofrucat.com.mx

RECETA



PEPINILLOS AGRIDULCES

Ingredientes

1kg de pepino persa

300g de cebolla morada

85gr de sal

170grs de azúcar

130gr de vinagre de vino blanco

1cda de aceite de cártamo.

(Salen dos envases de cristal de 400 ml aproximadamente)

Procedimiento

Lavamos y desinfectamos los pepinos, retiramos las puntas y los cortamos en rebanadas de grosor de 3 a 4 mm y los reservamos, posteriormente pelamos y cortamos la cebolla morada en medias lunas. En una olla, ponemos los pepinos persas cortados junto con la cebolla, añadimos la sal, azúcar y vinagre, removemos y dejamos en reposo.

Mientras reposa la mezcla esterilizamos los envases de cristal y las tapas que utilizamos. Primero los lavamos bien con jabón, posteriormente los ponemos en una olla con agua fría (que cubra los envases) junto con las tapas, una vez que el agua rompa a hervir, los retiramos del agua, los ponemos sobre un paño limpio a que se sequen. (Importante no tocar el interior de los envases).

Una vez que los pepinos persas soltaran todo su jugo los colamos y reservamos, el jugo lo regresamos a la olla añadiendo el



aceite y lo llevaremos al fuego a punto de ebullición y lo dejamos hervir por 5 minutos, y dejamos tibia. Los pepinillos que reservamos los pondremos dentro de los envases de cristal, junto con la cebolla morada, cubrimos los pepinillos con el jugo tibio a frío hasta cubrir, ponemos en los envases las tapas, pero no los cerramos. En una olla colocamos los envases y vertimos agua a que cubra $\frac{3}{4}$ partes del envase de cristal (A fuego alto) encendemos el fuego y llevamos a ebullición en cuanto el agua rompa a hervir, dejamos 15 minutos y apagamos el fuego, sacamos con cuidado los tarros y cerramos los envases y los ponemos boca abajo en el paño limpio, fijando que no se salga el líquido, lo envolvemos con el paño una vez que enfrió lo guardamos en la alacena, después de dos días ya podemos consumirlos con el platillo que más te guste.

CONMUTADOR: 81 8331 4060

30
ANIVERSARIO



**MERCADO DE ABASTOS ESTRELLA,
BODEGA 07, 112, 214, 276 Y 280**

**MULTICOMERCIAL GUADALUPE
BODEGA 248 Y 249**

**CENTRAS DE ABASTOS DE GUADALAJARA
CALLE BETABEL 2727**

**CENTRO DE ABASTOS MOTERREY
BODEGA 40**

**CHILES SECOS/ CACAHUATES/ TAMARINDO/ AJOS/ HOJAS PARA TAMAL/ ESPECIAS/
GRANOS/ FRIJOLE/ CEREALES/ FRITURAS DE TRIGO Y MAIZ/ SEMILLAS/ NUECES**



  **siguénos en
@diprodesa**

 www.diprodesa.com

www.diprodesa.net

 ventas@diprodesa.com