

NOTA ABASTOS

DEL N O R E S T E

AÑO XXXVI | SEPTIEMBRE 2023 | NÚMERO 190 | www.notaabastos.com.mx

Viva México



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

AGOSTO - SEPTIEMBRE



Más que una Mascota, un Compañero Inigualable

El perro, ese amigo leal y devoto, ha ocupado un lugar especial en los corazones de las personas a lo largo de la historia. Más que una simple mascota, el perro se ha convertido en un miembro querido de muchas familias, un confidente y un compañero inigualable en nuestras vidas.

La relación entre el ser humano y el perro se remonta a miles de años atrás, cuando los lobos se acercaron a los campamentos humanos en busca de alimento y protección, comenzando así una alianza que ha perdurado a lo largo de las generaciones. Desde entonces, los perros han desempeñado numerosos roles en nuestras vidas: como cazadores, pastores, guardianes y, más recientemente, como compañeros de trabajo y terapeutas.

Uno de los rasgos más notables de los perros es su lealtad inquebrantable. Siendo animales sociales por naturaleza, forman vínculos profundos con sus dueños y están dispuestos a darlo todo por su bienestar. Esta lealtad se manifiesta en la forma en que nos saludan con entusiasmo al regresar a casa, en su disposición para protegernos y en la alegría que sienten al compartir momentos a nuestro lado.

Además de su lealtad, los perros también aportan innumerables beneficios a nuestras vidas. Su presencia puede reducir

el estrés y la ansiedad, y muchos son utilizados como perros de terapia en hospitales y escuelas para brindar apoyo emocional a las personas. Su capacidad para detectar enfermedades, como el cáncer o la diabetes, demuestra su asombrosa intuición y sensibilidad.

Los perros también nos enseñan valiosas lecciones sobre la responsabilidad y el compromiso. Cuidar de ellos nos obliga a establecer rutinas, a ser pacientes y a desarrollar habilidades de comunicación. Además, fomentan la actividad física y la exploración al aire libre, lo que beneficia nuestra salud y bienestar.

Sin embargo, la relación con un perro no es unidimensional. También nos recuerdan la importancia de tratar a los animales con respeto y cuidado. La adopción responsable y el trato ético hacia los perros son fundamentales para garantizar su bienestar y felicidad.

En resumen, el perro es verdaderamente el mejor amigo del hombre. Su lealtad inquebrantable, su capacidad para brindar amor y apoyo, y los numerosos beneficios que aportan a nuestras vidas los convierten en compañeros invaluable. Cuidar y valorar a nuestros amigos caninos es una muestra de la conexión especial que compartimos con estos fieles compañeros de cuatro patas.

CONTENIDO

- 1 EDITORIAL: MAS QUE UNA MASCOTA...
- 3 DEL HUERTO: EL PIMIENTO
- 5 GALERIA DE CUMPLEAÑOS Y ANIVERSARIOS
- 12 LA INTELIGENCIA ARTIFICIAL TRANSFORMA LAS CENTRALES DE ABASTOS EN MÉXICO

- 13 ENFRIAMIENTO DEL EMPLEO
- 14 TASAS EN DÓLARES
- 17 LA REVOLUCIÓN SILENCIOSA
- 18 APOYO CONTRA EL CÁNCER
- 19 ENTREGA DE APOYO A LICET RUIZ
- 20 RECETA: FAJITAS DE POLLO CON PIMIENTO

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.COM
RECEPCION@GRUPOVERMEX.NET

MERCADO DE ABASTOS ESTRELLA. BODEGA 266-268
AV. LOS ANGELES NO. 1000 COL. GARZA CANTÚ
SAN NICOLAS DE LOS GARZA N.L.
TEL. 83 615391 O AL 83 316037





DEL HUERTO EL PIMIENTO

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.

El *Capsicum annum*, llamado comúnmente pimiento, también conocido como pimiento morrón, pimiento dulce, ají morrón, ají dulce, entre otros nombres, es una joya en el mundo de la cocina y la nutrición. Con su variedad de colores vibrantes, desde el rojo intenso hasta el verde fresco y del naranja al amarillo brillante, los pimientos no solo añaden un toque de belleza a nuestros platos, sino que también ofrecen una serie de bondades y beneficios que los hacen imprescindibles en nuestra dieta.

El pimiento verde es aquel que todavía no han madurado, mientras que los pimientos amarillos, rojos, naranjas, blancos, morados, azules y marrones son ya maduros y cobran sus respectivos colores de acuerdo con la especie a la que pertenecen. El pimiento verde, debido a que no está maduro es menos dulce y un poco más amargo que los otros

pimientos; aunque los sabores de todos ellos son distintos, de acuerdo con sus condiciones de crecimiento y al tratamiento que se les dé luego de cosechados. Seleccione pimientos verdes que sean firmes, tengan la piel suave, su forma pareja y sin defectos.

Una de las principales ventajas del pimiento es su riqueza en nutrientes esenciales. Son una excelente fuente de vitamina C, que fortalece el sistema inmunológico, mejora la piel y promueve la salud ocular.



Además, los pimientos están cargados de vitamina E y de provitamina A y de otros carotenoides como la capsantina, que es fundamental para la visión, y de vitamina B6, que apoya el metabolismo y la función cerebral.

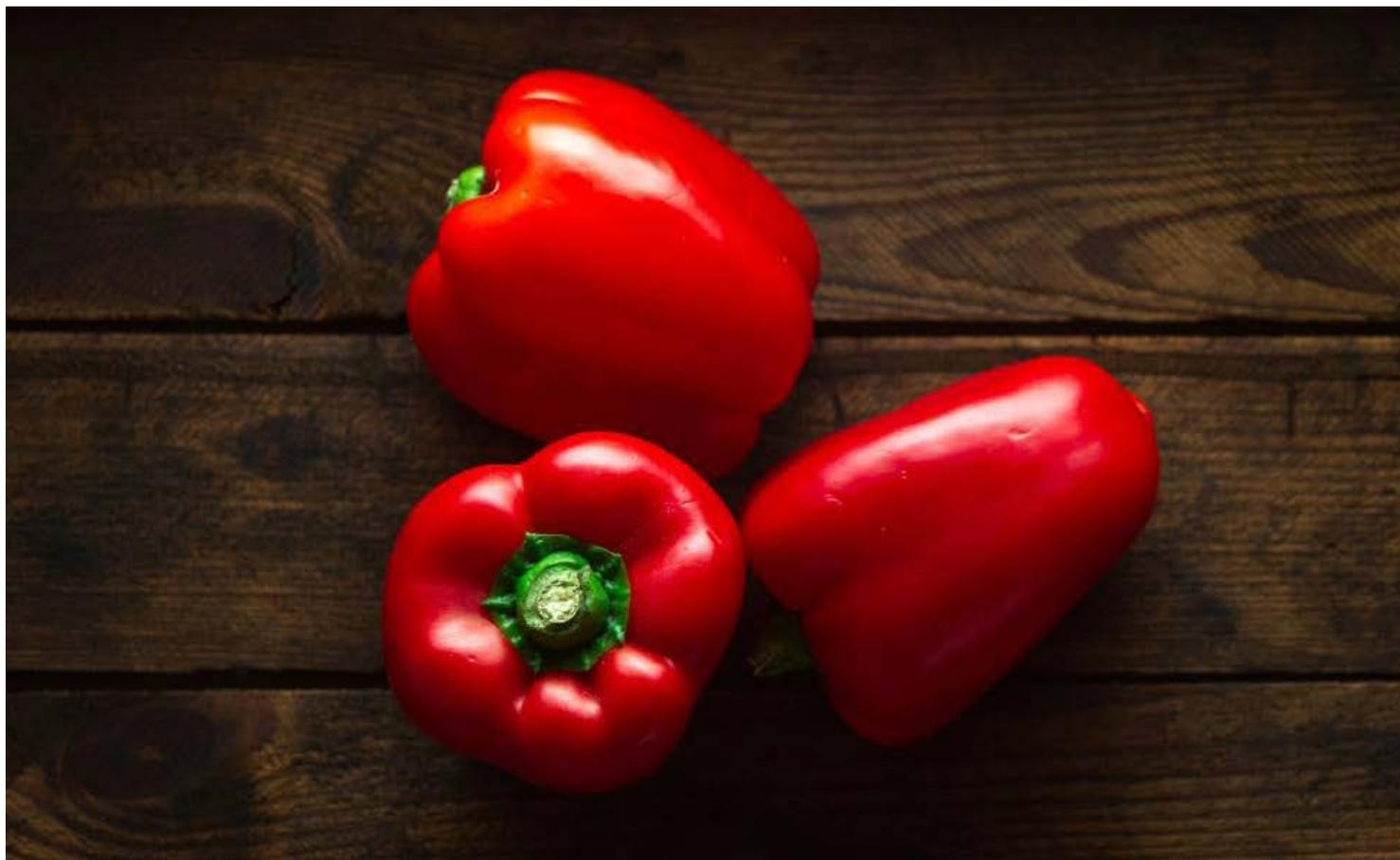
Los pimientos son bajos en calorías y una fuente rica de fibra dietética, lo que los convierte en un alimento ideal para quienes buscan mantener un peso saludable y mejorar la digestión. Su contenido de antioxidantes, como la vitamina C y los flavonoides, también ayuda a combatir el estrés oxidativo y a reducir el riesgo de enfermedades crónicas.



No debemos pasar por alto el aspecto estético de los pimientos. Sus colores brillantes y formas únicas añaden un toque de belleza a cualquier plato. No solo comemos con el paladar, sino también con los ojos, y los pimientos ciertamente hacen que nuestros platos sean más atractivos visualmente.

En cuanto a su sabor, los pimientos añaden una dimensión única a cualquier plato. Desde el dulce y suave pimiento rojo hasta el picante y vibrante pimiento jalapeño, la diversidad de sabores que ofrecen es impresionante. Se pueden utilizar en una variedad de recetas, desde ensaladas y guisos hasta salsas y asados. Además, los pimientos son un ingrediente esencial en muchas cocinas del mundo, desde la cocina mediterránea hasta la mexicana y la asiática.

Los beneficios y usos del pimiento son innumerables. Son versátiles, saludables y deliciosos. Ya sea como parte de una ensalada fresca en verano o como ingrediente principal en un plato caliente en invierno, los pimientos siempre tienen un lugar en nuestra mesa. Entonces, la próxima vez que elijas tu selección de vegetales en el mercado, no olvides incluir algunos pimientos y experimentar con sus increíbles sabores y beneficios nutricionales. Tu paladar y tu salud te lo agradecerán.



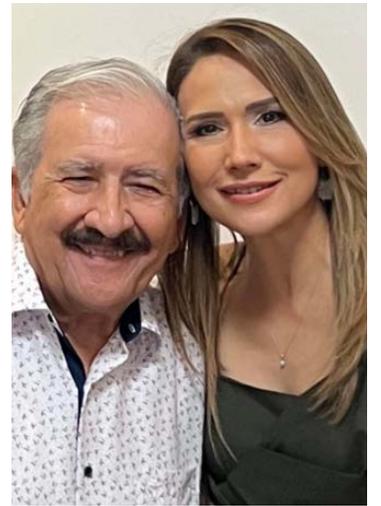
GALERÍA DE CUMPLEAÑOS

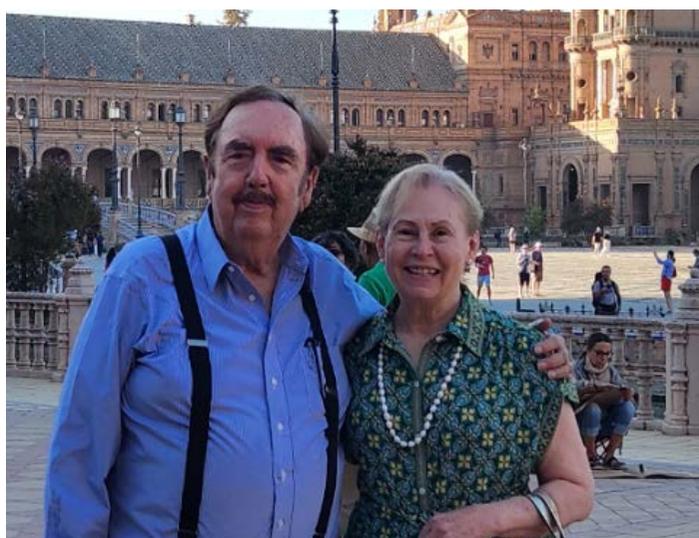
Nota-Abastos del Noreste les desea Felicidades a todos los que celebraron su cumpleaños o aniversarios durante los meses de Agosto y Septiembre.

Sr. Ricardo Hernández Pérez – Raúl Ernesto Hernández Rodríguez - Diego Garza Villanueva - Sr. Sergio Cavazos Rdz. y Sra. Deyanira - Leticia Barbosa - Doña Lupita Lozano de Castillo - Sr. Vicente Álvarez Piñones - Ing. Julio Villarreal Ramos - Ing. Martín Gerardo de León Treviño - Raúl Alejandro de León - Sr. Adrián Wong – Ricardo Lara Esmeralda - Kasandra Yazbeck Nicanor Gutiérrez - Sr. Víctor Ramírez de Santiago y Sra. Carla Marcela González de Rmz. - Armando Guerra Tamez – Elsa Garza de Guel - Sra. Yolanda Regino de Mercado - Sra. María Elena Valdez Vda. de González - Sr. Martín Reyna y la Sra. Blanca Nelly Carbajal de Reyna - Paty Ledezma de Ramírez – Sr. Cesar Guel y Sra. Tadhia Anabel Reyna - Sr. Jose Santo García y Sra. Armandina De Leon - Doña Margarita Pedraza de Sáenz – Faviola García – César Alberto Guel y Tadhia Anabell Reyna de Guel - Jesús Carbajal Pedraza - Antonio y Óscar Sáenz Silva - Sr. Victoriano Rmz. Rmz. y de la Sra. María de Santiago de Rmz. – Faviola García - Sra. Ángeles Medina de Martínez – Francisco Castro - Sr. Cesar Guel Garza - Regina Leal - Sra. María Aurora Salazar de Flores - Lic. Concepción Barbosa de Hdz. - Sra. Amada Mejía de Lara - C. P. Jesús Inés Villarreal Ramos - Sra. Blanca Nelly Carbajal de Reyna - Sra. Rosalba Cantú de Rodríguez - C. P. Raúl Garza Alanís - Gerardo Villarreal Rangel - Sr. Ramiro Cavazos Flores - Sr. Leonardo Álvarez Piñones - Felipe Villarreal Rangel - Don Antonio Sáenz Guerra y Doña Alicia Margarita Pedraza de S. - Rodrigo Garza Villanueva - Ximena Olavarrieta Galindo - Ing. Jorge Montalvo Rdz. y Sra. Gloria del Carmen Villarreal de M. - Sra. Petrita Garza de Jiménez y el Sr. Jacinto Jiménez - Lic. Fidel Gerardo Sáenz - Sra. Irma Esperanza de la Garza de De León.



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





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 Echarte

 **8180106973**

 ventas@aguacatesecharte.com

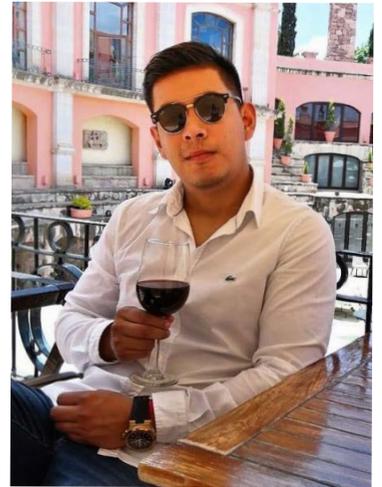
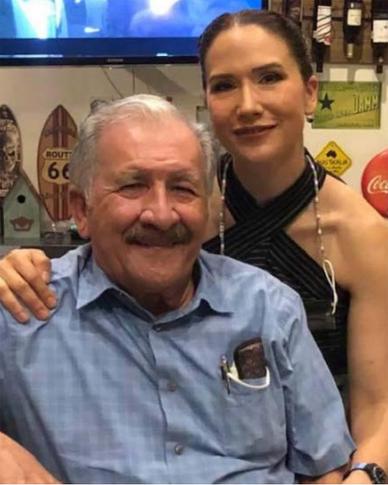


**BODEGAS
2, 36 y 63**

SERVICIO A DOMICILIO



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





El 16 de septiembre contraen matrimonio la feliz pareja de Andrea y Felipe



Beneficios de anunciarse en el directorio

Mayor visibilidad para tu negocio.

Atrae a nuevos clientes.

Incrementa tus ventas y mejora tu posicionamiento en el mercado.



www.abastosmonterrey.com.mx

818340-0402 818340-0366 schaper_y@yahoo.com.mx



**Aniversario 61
de la familia Saenz Pedraza**

ENTREGA DE ÚTILES ESCOLARES

Comite Social y Asistencial De Damas del Mercado de Abastos Estrella hace entrega de los útiles escolares para los trabajadores de nuestro amigos comerciantes





LA INTELIGENCIA ARTIFICIAL TRANSFORMA LAS CENTRALES DE ABASTOS EN MÉXICO

Las centrales de abastos en México son el corazón palpitante de la distribución de alimentos en el país. Estos gigantes mercados son el lugar donde productores, mayoristas y minoristas se conectan, asegurando que los alimentos lleguen de los campos a las mesas de millones de mexicanos. En esta era digital, las centrales de abastos no se quedan atrás, y están adoptando la Inteligencia Artificial (IA) para enfrentar los desafíos modernos y mejorar la eficiencia.

Uno de los mayores desafíos que enfrentan las centrales de abastos es la gestión de la oferta y la demanda. La IA entra en juego aquí al analizar datos históricos y en tiempo real para predecir las fluctuaciones en la demanda de alimentos. Esto ayuda a los comerciantes a tomar decisiones más informadas sobre qué productos comprar y en qué cantidad, reduciendo el desperdicio y garantizando un suministro constante de alimentos frescos.

La logística es otro aspecto donde la IA está demostrando su valía. Optimiza las rutas de entrega, lo que significa que los alimentos llegan a su destino más rápido y a un menor costo. También mejora la gestión de inventarios, garantizando que los productos no se queden almacenados durante mucho tiempo y pierdan su frescura.

La seguridad alimentaria es una preocupación importante en todo el mundo, y las centrales de abastos no son la excepción. La IA se utiliza para monitorear la calidad de los alimentos, identificar posibles problemas y tomar medidas preventivas antes de que los productos lleguen a los consumidores.



Además, la IA está mejorando la experiencia del cliente en las centrales de abastos. Chatbots y asistentes virtuales ayudan a los compradores a encontrar lo que necesitan de manera más rápida y eficiente. También se están desarrollando aplicaciones móviles que permiten a los compradores rastrear sus pedidos y recibir recomendaciones personalizadas.

Sin embargo, el camino hacia la adopción generalizada de la IA en las centrales de abastos no está exento de desafíos. La inversión inicial en tecnología puede ser costosa y requerir capacitación para el personal. Además, la protección de datos y la ciberseguridad son preocupaciones cruciales cuando se trata de la recopilación y el análisis de datos sensibles.

En conclusión, la Inteligencia Artificial está desempeñando un papel cada vez más importante en la transformación de las centrales de abastos en México. Al mejorar la gestión de la oferta y la demanda, la logística, la seguridad alimentaria y la experiencia del cliente, la IA está allanando el camino hacia un sistema de distribución de alimentos más eficiente y seguro. Si se abordan los desafíos adecuadamente, las centrales de abastos pueden continuar siendo el corazón de la cadena de suministro alimentario de México en la era digital.



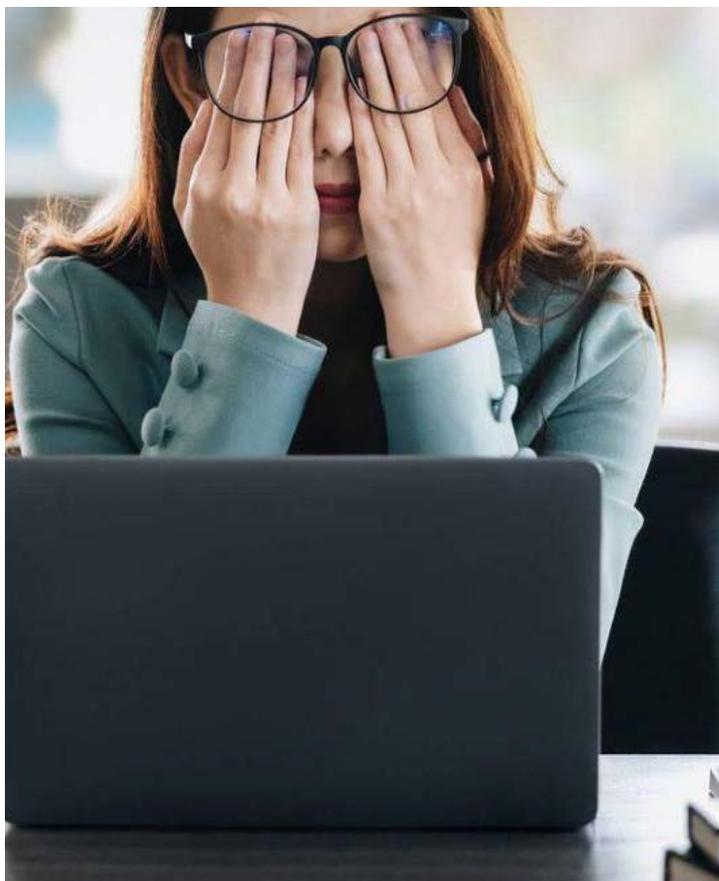


Enfriamiento del Empleo

De acuerdo con datos del IMSS, el número de asegurados retrocedió en 2,168 puestos durante julio, en parte por factores estacionales.

Durante el mes pasado se perdieron 21 mil puestos en el sector agrícola y 45 mil en servicios sociales, que responden al ciclo agrícola y al inicio de vacaciones en algunas actividades.

No obstante, llama la atención la creación de solo 2,879 puestos en el sector manufacturero, señal de desaceleración importante respecto a meses previos, y que coincide con el débil desempeño de las manufacturas y de la demanda de bienes en EEUU durante los últimos meses.



A nivel estatal Nuevo León mantiene en julio el dinamismo del empleo, con una creación de 6,950 plazas, seguido por Edomex (3,222) y Guerrero con 3,007.

Los estados con mayores pérdidas de puestos son Chihuahua (-3,687), Baja California (-2,122), Yucatán (-1,741) y Tamaulipas (1,657). Estas entidades federativas tienen una propensión elevada a la exportación, lo que refleja el estancamiento de la demanda en EEUU.

Mención aparte es Sonora que pierde 10,685 puestos, explicado principalmente por la estacionalidad del sector agrícola.

En el lado positivo resalta el dinamismo del comercio con 20,894 puestos creados y de la industria de la construcción con la creación de 18,698 puestos, que responden a la inversión en la industria ligada al nearshoring y a obra pública.



Tasas en dólares: ¿Son importantes para México?

Las tasas de corto plazo en dólares (fed funds) llegaron a 19% en junio de 1981, en medio de un proceso inflacionario en Estados Unidos que alcanzó una tasa anual de 14.6% en abril de 1980.

Los países que se habían endeudado en dólares, como México y la mayoría de Latinoamérica y el Caribe, así como varios de África entre otros, sufrieron una recesión abrupta al enfrentar la doble tijera del alza de tasas de interés de su deuda y el desplome de los precios de sus exportaciones de materias primas.

México entró a lo que se llamó la década perdida, con graves afectaciones a la economía, las finanzas del gobierno, bancos y corporaciones.

A partir de 1981 la Reserva Federal (RF) instrumentó una política intermitente de tasas descendentes que llegaron a niveles de cero % para enfrentar la crisis de las hipotecas (2009-2015) y más reciente durante la pandemia del Covid-19 (2020-2021).

A partir de marzo del 2022 la RF inició un ciclo alcista de tasas, después de un titubeo sobre el diagnóstico de las presiones inflacionarias, que suponía eran de corto plazo y derivadas de restricciones de oferta.

Finalmente, la RF aceptó que era su deber entregar estabilidad de precios independientemente del origen de las presiones inflacionarias.

La respuesta tardía del banco central (la inflación alcanzó una tasa anual de 8.9% en junio del 2022) aunado a la inyección de liquidez a través de sus programas de compra de bonos gubernamentales (conocido como Quantitative Easing o QE) y de varios programas multimillonarios de transferencias en efectivo del gobierno a los ciudadanos y negocios, ha retardado el control de la inflación.

Las tasas bajas de interés de corto plazo en 2021 y 2022 más los QE deprimieron las tasas de largo plazo. Las tasas de crédito hipotecario a 30 años cayeron a 2.7% en el 2020, generando una

alta demanda de créditos hipotecarios (y por supuesto de casas) con un alto impacto en el precio de la vivienda y las rentas.

Actualmente la tasa en dólares de corto plazo que determina la RF se ubica en un rango de 5 -5.25% y la inflación anual al consumidor ha bajado a 3.3% anual, aun por encima del objetivo de 2% en el largo plazo.

El alza de tasas en el ciclo monetario restrictivo actual va acompañada de la reducción del balance de bonos de la RF (conocido como Quantitative Tightening o QT) lo que representa una reducción de la liquidez en el sistema financiero y está en el origen de la pérdida de depósitos que han sufrido los bancos estadounidenses en los últimos meses.

Las implicaciones para México del alza de tasas en dólares se dan en varios frentes.

En lo interno Banxico ha acompañado los movimientos al alza de la Reserva Federal y ha elevado la tasa de referencia a 11.25%.

Si bien, el objetivo de Banxico se centra en una meta inflacionaria de 3% en México, no puede dejar de considerar la postura de la Reserva Federal en sus decisiones de política monetaria.





Prueba de ello, fue el cambio de señal reciente, donde después de generar expectativas de un recorte de tasas en noviembre de este año, regresó a su planteamiento de mantener la tasa elevada por un periodo prolongado, sin dar guía de cuando sería el primer recorte.

Las tasas elevadas de interés han tenido diferentes impactos para la economía.

El crédito a las empresas está estancado en términos reales, se ubica en niveles de 2019 en pesos de igual poder adquisitivo.

A nivel sectorial decepciona el avance del crédito en manufacturas, que crece solo 1.1% nominal anual y el de construcción solo 3.6%. Respecto a finales de 2019 el avance es de 9.5% y 12.1%, crecimientos muy por debajo respecto al incremento de precios.

También el rendimiento de la Bolsa Mexicana se ve afectado por el alza de tasas, al enfrentar una competencia en instrumentos de renta fija de corto plazo de deuda gubernamental a tasas del 11% libre de riesgo.

El índice de Precios y Cotizaciones de la Bolsa Mexicana de Valores se encuentra en niveles de hace dos años, a pesar de un crecimiento del 3.4% real anual de la economía en lo que va del 2023.

A nivel conceptual, las tasas altas de interés elevan el costo de capital de las inversiones, por lo que hay proyectos que antes se consideraban rentables, pero ahora ya no pasan la tasa mínima de rendimiento por el encarecimiento de la tasa libre de riesgo.

Dada la correlación entre tasas de interés en pesos y dólares, es muy previsible que las altas tasas se mantengan elevadas por un tiempo prolongado, con impactos ya descritos en el sector privado y un encarecimiento del costo financiero del gobierno.

En el primer semestre del 2023, el pago de intereses de la deuda pública aumenta 34% real anual, mientras que el gasto en inversión se contrae 16%, al no poder soportar el presupuesto el significativo aumento del costo financiero además del creciente gasto en subsidios y transferencias.

Mención aparte merecen el efecto de tasas elevadas para las finanzas de los estados y municipios, que también verán limitado

su flujo libre de caja para inversiones.

México es una economía abierta en comercio, inversión y flujos de capital. Los fenómenos financieros externos, en particular de Estados Unidos han tenido históricamente impactos importantes en la economía mexicana.

La vulnerabilidad en las cuentas externas y de finanzas públicas se ha reducido respecto a periodos de crisis pasadas, sin embargo, los efectos de las decisiones de política monetaria de la Reserva Federal y del comportamiento de los mercados financieros globales y de Estados Unidos en particular, incluido el de bonos de largo plazo, seguirán teniendo un efecto relevante sobre la economía mexicana.





¡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.
¡ADQUIERE LO 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. 81 8331 1842
81 8351 1114, 8351 4531



La Revolución Silenciosa: La Inteligencia Artificial en las Centrales de Abastos de México

En el corazón de México, donde la agricultura y la distribución de alimentos son esenciales para la vida cotidiana, se está gestando una revolución silenciosa. Las centrales de abastos, lugares bulliciosos y llenos de actividad, han adoptado discretamente la inteligencia artificial (IA) para mejorar su eficiencia y desempeñar un papel crucial en la cadena de suministro de alimentos del país.

La IA ha llegado a las centrales de abastos de México con el objetivo de optimizar operaciones y mejorar la toma de decisiones. Una de las áreas donde la IA ha mostrado su valía es en la gestión de inventario. Con algoritmos avanzados, las centrales pueden predecir con precisión la demanda de productos agrícolas y evitar el desperdicio de alimentos al minimizar el exceso de inventario. Esto no solo ahorra dinero a los agricultores y comerciantes, sino que también contribuye a la reducción del desperdicio de alimentos, un problema global apremiante.

Además, la IA se utiliza para mejorar la logística y el transporte en las centrales de abastos. Los sistemas de enrutamiento inteligente permiten una distribución más eficiente de los productos a lo largo y ancho del país, reduciendo costos y tiempos de entrega. Esto es especialmente importante en un país vasto y diverso como México, donde la logística puede ser un desafío significativo.



La seguridad alimentaria también se beneficia de la IA en las centrales de abastos. Los sistemas de monitoreo de calidad basados en visión por computadora y aprendizaje automático pueden detectar defectos y problemas de calidad en los alimentos de manera más rápida y precisa que nunca. Esto garantiza que los productos que llegan a los consumidores sean de la más alta calidad posible.

No obstante, con estos avances también surgen desafíos. La inversión en tecnología puede ser costosa para muchas pequeñas empresas en las centrales de abastos, lo que puede exacerbar las disparidades en el acceso a estas herramientas. Además, la dependencia excesiva de la tecnología también plantea preguntas sobre la seguridad de los datos y la ciberseguridad.



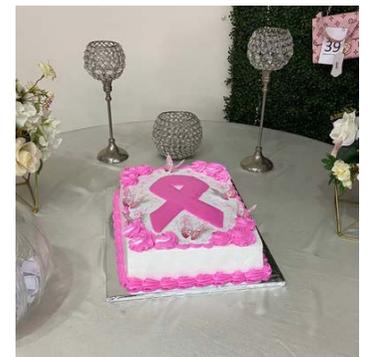
En conclusión, la incorporación de la inteligencia artificial en las centrales de abastos de México marca un paso significativo hacia la modernización y la eficiencia en la cadena de suministro de alimentos. A medida que la tecnología continúa avanzando, es esencial encontrar un equilibrio entre la automatización y la preservación de empleos locales, así como abordar las preocupaciones sobre la privacidad y la seguridad. La IA tiene el potencial de transformar la forma en que México alimenta a su población y exporta sus productos al mundo, y es fundamental aprovechar esta oportunidad de manera responsable y equitativa.



Apoyo en su Lucha contra el Cáncer

El comité Social y Asistencias de Damas del Mercado de Abastos Estrella, organizo varios eventos en apoyo a nuestra amiga y trabajadora del Salón Los Angeles, Licet Ruiz en su lucha contra el cáncer.

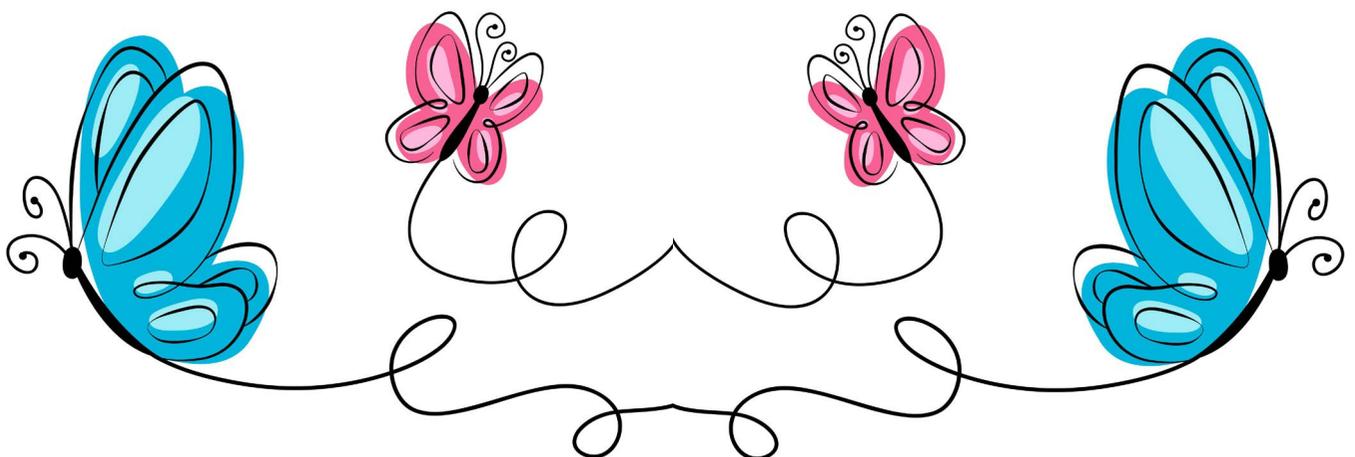
Se reunieron en varias ocasiones con el fin de recaudar fondos y apoyar en algo su importante lucha por la vida.





Entrega de apoyo a Licet Ruiz

El Comité De Damas hace entrega a Licet Ruiz de su apoyo moral y lo recaudado en los diferentes eventos organizados por las Damas para la recolección de fondos en base a sorteos de regalos y loterías, con la finalidad de coadyuvar con la lucha por la vida de nuestra amiga Chef.



RECETA

FAJITAS DE POLLO CON PIMIENTO

Ingredientes

- 4 pechugas de pollo, cortadas en tiras o trozos
- 2 pimientos de colores diferentes (rojo, verde o amarillo), cortados en tiras
- 1 cebolla grande, cortada en rodajas finas
- 2 dientes de ajo, picados
- 2 cucharadas de aceite de oliva
- 1 cucharadita de pimentón
- 1/2 cucharadita de comino molido
- 1/2 cucharadita de chile en polvo (ajuste según su preferencia de picante)
- Sal y pimienta al gusto
- Jugo de 1 limón
- Perejil fresco picado para decorar (opcional)

Procedimiento

En una sartén grande, calienta el aceite de oliva a fuego medio-alto. Agrega el pollo y cocina hasta que esté dorado por todos lados y completamente cocido en su interior. Esto debería llevar unos 5-7 minutos. Retira el pollo de la sartén y reserva. En la misma sartén, agrega un poco más de aceite si es necesario y luego agrega los pimientos y las cebollas. Cocina durante unos 5-7 minutos, o hasta que estén tiernos y comiencen a caramelizarse. Agrega el ajo picado a la sartén y saltea durante 1 minuto, o hasta que el ajo esté fragante. Regresa el pollo a la sartén y mezcla todo junto. Agrega el pimentón, el comino, el chile en polvo, la sal y la pimienta. Cocina durante unos minutos más para que todos los sabores se mezclen bien.



Exprime el jugo de limón sobre la mezcla y revuelve. Cocina por un par de minutos adicionales hasta que el pollo y las verduras estén bien cubiertos y cocidos a tu gusto.

Sirve caliente, espolvoreado con perejil fresco picado para darle un toque de color y sabor adicional. Este plato combina maravillosamente con arroz, quinua o tortillas y una porción de guacamole.

Esta receta es muy versátil, y puedes ajustar los ingredientes y los condimentos según tus preferencias personales.

¡Espero que disfrutes de este delicioso plato de pollo con pimientos y cebolla!

DIRECTORIO 2023
CENTRAL DE ABASTOS MONTERREY

MASTER FRUIT
Comprometidos con la Excelencia

www.abastosmonterrey.com.mx

Haciendo crecer su negocio:
Anúnciense en el Directorio de la Central de Abastos Monterrey

www.abastosmonterrey.com.mx
schaper_y@yahoo.com.mx



Grupo Frucat

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

BODEGA 303



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

recepcion@grupofrucat.com.mx



Naranja - Toronja - Mandarina

**Empacadora
Carretera Gral. Terán km 5.5
Montemorelos, N.L.
8262632090**

**Mercado de Abastos Estrella
Bodega 190 A- 192
818351-7875, 811-667-1414**

**naranjascavazos190@hotmail.com
grupocitricolamac@gmail.com**