दैनिक
न्याय साक्षी

संपादकीय-खेल-व्यापार-धर्म-सेहत-फीचर-खाना खजाना-राशिफल

रायगढ़, रविवार, 22 मई 2022

www.nyaysakshi.com

संपादकीय

रूस से यह लगाव

मीडिया पर आपका नियंत्रण हो, तो फिर लोगों में असलियत के उलटी राय भी बनाई जा सकती है। चीन लोगों की जो भी राय उभरती हो, उसे स्वतंत्र राय शायद नहीं कहा जा सकता। इसके बावजूद जनमत की राय का महत्त्व होता है। जनमत कैसे निर्मित होता है, इसका कुछ अंदाजा भारत के लोगों को है। अगर मीडिया पर आपका नियंत्रण हो, तो फिर लोगों में असलियत के उलटी राय भी बनाई जा सकती है। दुर्भाग्यपूर्ण यह है कि मीडिया की भारत जैसी ही भूमिका दुनिया के ज्यादातर देशों में है। कहीं वह सत्ताधारी नेताओं के नियंत्रण है, तो कहीं किसी खास वर्ग के और कहीं किसी खास विचारधारा से प्रेरित पार्टी के। चीन में तो घोषित रूप से मीडिया पर कम्युनिस्ट पार्टी का नियंत्रण है। ऐसे में वहां लोगों की जो भी राय उभरती हो, उसे स्वतंत्र राय शायद नहीं कहा जा सकता। इसके बावजूद जनमत की राय का महत्त्व होता है- इसलिए कि उससे ही सत्ता की स्थिरता और मजबूती तय होती है। तो अब जो चीन में हुए एक सर्वे के नतीजे सामने आए हैं, वे अहम हैं। इनका मतलब है कि शी जिनपिंग के नेतृत्व मे कम्युनिस्ट सरकार जिस राह पर चल रही है, उसे देश के अंदर व्यापक समर्थन मिला हुआ है। सामने यह आया कि चीन की जनता में जिन दो देशों के प्रति सबसे ज्यादा नकारात्मक भावना है, वे अमेरिका और भारत हैं। उधर रूस के प्रति उनकी भावनाएं लगातार सकारात्मक हुई हैं।

रूस और पाकिस्तान उनके दो पसंदीदा देश हैं। सर्वे चेक रिपब्लिक स्थित थिंक टैंक सेंट्रल यूरोपियन इंस्टीट्यूट ऑफ एशियन स्टडीज ने किया। इस सैंपल सर्वे में चीन के 3000 से ज्यादा लोगों की राय जानी गई। इससे सामने आया कि चीनी जनता का बहुमत यूक्रेन पर रूस के हमले का समर्थन करता है। सर्वे के दौरान 25 देशों के बारे में चीनी जनता की राय पूछी गई। इस दौरान सामने आया कि फिलहाल रूस उनका सबसे पसंदीदा देश है। जबकि अमेरिका के प्रति उनके मन में सबसे ज्यादा नाराजगी है। अमेरिका के लिए सकारात्मक राय रखने वाले लोगों की संख्या एक तिहाई से भी कम थी। अनेक चीनियों ने कहा कि रूस और चीन में बिरादराना लगाव है। उधर सर्वे में शामिल एक हिस्से ने कहा- दुश्मन का दुश्मन हमारा दोस्त है। जाहिर है, ये तमाम बातें उन लोगों को चीनी मीडिया ने ही बताई हैं, जिस पर उन्होंने आंख मूंद कर भरोसा किया है।

आईपीएल : राजस्थान रॉयल्स ने सीएसके को पांच विकेट से हराया, अश्विन बने मैन ऑफ द मैच

मुंबई। यशस्वी जायसवाल (59) और रविचंद्रन अश्विन (40) की शानदार पारी की बदौलत यहां ब्रेबोर्न स्टेडियम में शुक्रवार को खेले गए आईपीएल 2022 के 68वें मुकाबले में राजस्थान रॉयल्स (आरआर) ने चेन्नई सुपर किंग्स (सीएसके) को पांच विकेट से हरा दिया। चेन्नई ने 20 ओवरों में छह विकेट खोकर 150 रन बनाए थे। वहीं, दोनों फार्मेट (बल्लेबाजी और गेंदबाजी) में शानदार प्रदर्शन करने के लिए रविचंद्रन अश्विन को मैन ऑफ द मैच चुना गया।

151 रन के लक्ष्य का पीछा करने उतरी राजस्थान रॉयल्स टीम की शुरुआत खराब रही। टीम ने दूसरे ओवर में जोस बटलर का विकेट गंवा दिया। गेंदबाज सिमरजीत सिंह ने अपने पहले ओवर में बटलर (2) को मोईन अली के हाथों कैच कराया। उनके बाद कप्तान संजू सैमसन क्रीज पर आए और सलामी बल्लेबाज यशस्वी जायसवाल के साथ पारी को आगे बढ़ाया। टीम ने पॉवरप्ले के दौरान एक विकेट गंवाकर 52 रन बनाए।

दूसरे विकेट के लिए दोनों बल्लेबाजों के बीच 51 रन की साझेदारी हुई। हालांकि, सैमसन गेंदबाज सांतनर के ओवर में कैच थमा बैठे और 20 गेंद पर 15 रन बनाकर वापस पवेलियन लौट गए। सैमसन के आउट होने के बाद बल्लेबाज देवदत्त पडिक्कल क्रीज पर आए लेकिन, पडिक्कल भी गेंदबाज मोईन अली के ओवर में 3 रन बनाकर आउट हो गए। मोईन अली का यह दूसरा विकेट था। उनके बाद रविचंद्रन अश्विन क्रीज पर आए और जायसवाल के साथ पारी को आगे बढ़ाया। हालांकि, दोनों बल्लेबाजों ने शानदार पारी खेली।

जायसवाल ने अपना अर्धशतक 39 गेंदों पर पूरा किया। उन्होंने 39 गेंदों पर 50 रन बनाए। टीम की यह पहली सर्वोच्च पारी थी, लेकिन गेंदबाज प्रशांत सोलंकी के ओवर में जायसवाल मथिसा पथिराना को कैच थमा बैठे। उन्होंने 44 गेंदों पर 59 रन की पारी खेली, जिसमें एक छक्का और आठ चौके शामिल थे। दूसरे छोर अश्विन पारी को संभाले हुए थे। जायसवाल के बाद हेटमायर क्रीज पर आए।

प्रशांत सोलंकी ने एक और विकेट झटका। उन्होंने हेटमायर को 6 के स्कोर पर कॉनवे के हाथों कैच कराया। उनके बाद रियान पराग क्रीज पर आए और अश्विन के साथ पारी को अंत तक ले गए और गेंदबाज मथिशा ने वाइड गेंद फेंककर मैच को समाप्त किया। राजस्थान ने इस दौरान 19.4 ओवर में पांच विकेट गंवाकर 151 रन बनाए। इस दौरान राजस्थान रॉयल्स ने पांच विकेट से मैच को जीत लिया और अंक तालिका में 18 अंकों के साथ दूसरे पायदान पर बनी हुई।

भारतीय पुरूष कम्पाउंड तीरंदाजी टीम ने विश्व कप में जीता लगातार स्वर्ण पदक

ग्वांग्जू (दक्षिण कोरिया)

भारतीय पुरुष कम्पाउंड तीरंदाजी टीम ने शनिवार को फाइनल में पिछडऩे के बाद वापसी करते हुए फ्रांस को दो अंक से पछाडक़र विश्व कप चरण में लगातार स्वर्ण पदक जीता। यह विश्व कप के पहले चरण के फाइनल का दोहराव रहा। अभिषेक वर्मा, अमन सैनी और रजत चौहान की तिकड़ी पहले दो दौर में छठी वरीयता प्राप्त प्रतिद्वंद्वी से पिछड़ रही थी। लेकिन तीसरे दौर में भारतीय तिकड़ी ने शानदार प्रदर्शन करते हुए फ्रांस के एड्रियन गोंटियर, जीन फिलिप बलूच और केंटिन बराएर को 232-230 से शिकस्त देकर विश्व कप के दूसरे चरण में स्वर्ण पदक अपनी झोली में डाला।

अप्रैल में अंताल्या में हुए पिछले विश्व कप फाइनल में इसी भारतीय तिकड़ी ने फ्रांस को एक अंक से पराजित किया था। भारतीय स्टार कम्पाउंड तीरंदाज वर्मा ने फिर दूसरा पदक अपने नाम किया। उन्होंने अवनीत कौर के साथ मिलकर मिश्रित टीम स्पर्धा में अपने से ऊंची वरीय तुर्की की अमीरकान हाने और आयसे बेरा सुजेर की जोड़ी को 156-155 से हराकर कांस्य पदक जीता। वहीं अवनीत कौर के लिये यह उनका दूसरा कांस्य पदक था जिन्होंने इससे पहले महिला स्पर्धा में टीम कांस्य पदक जीता था।

सिंधू थाईलैंड ओपन के सेमीफाइनल में

बैंकाक। 2 बार की ओलंपिक पदक विजेता पीवी सिंधू ने शुक्रवार को यहां जापान की दुनिया की नंबर एक खिलाड़ी अकाने यामागुची पर 3 गेम में जीत दर्ज कर थाईलैंड ओपन सुपर 500 टूर्नामेंट के सेमीफाइनल में प्रवेश किया। छठी वरीयता प्राप्त भारतीय ने जापान की दूसरी वरीय खिलाड़ी को 51 मिनट में 21-15 20-22 21-13 से हराया और अब उनका सामना चीन की ओलंपिक चैंपियन चेन यु फेई से होगा। पिछली बार दोनों खिलाडिय़ों के बीच हुए मुकाबले में विवाद खड़ा हो गया था, जिसमें सिंधू पर बैडमिंटन एशिया चैंपियनशिप के सेमीफाइनल के दौरान अंपायर ने रणनीति बनाने में देरी के लिये एक अंक का जुर्माना लगाया था।

मोईन अली की बल्लेबाजी को देखकर हैरान हुए मैथ्यू हेडन

मुंबई। ब्रेबोर्न स्टेडियम में मोईन अली की बल्लेबाजी को देखकर स्टेडियम में मौजूद दर्शक हैरान रहे गए। साथ ही उनके इस मास्टर क्लास को देखकर ऑस्ट्रेलियाई पूर्व क्रिकेटर मैथ्यू हेडन भी आश्चर्यचकित रहे गए। चेन्नई सुपर किंग्स के हरफनमौला खिलाड़ी ने शुक्रवार को राजस्थान रॉयल्स के खिलाफ 13 चौके और तीन छक्के के साथ 57 गेंदों में 93 रन बनाए।

पॉवरप्ले में इतनी अच्छी पारी के बाद कोई भी टीम बोर्ड पर एक शानदार स्कोर खड़ा कर सकती थी, लेकिन सीएसके ने मात्र 150 रन बनाकर पारी को समाप्त किया। चार बार के आईपीएल चैंपियन को अपने आखिरी लीग मैच में मध्य क्रम के ओवरों में गेंदबाजों का कड़ा सामना करना पड़ा।

ऑस्ट्रेलियाई क्रिकेटर मैथ्यू हेडन ने कहा, मोईन ने शानदार पारी खेली और जिस तरह से वह ट्रेंट बोल्ट के ओवर में चौके-छक्के लगा रहे थे, वो वाकई देखने लायक था। उन्होंने ऐसे गेंदबाज के ओवर में रन झटके, जो राजस्थान रॉयल्स के मुख्य गेंदबाजों में से एक थे।

मोईन ने सीएसके के लिए दूसरा सबसे तेज अर्धशतक भी बनाया, जिसमें उनका अर्धशतक सिर्फ 19 गेंदों पर आया। वहीं, चेन्नई फ्रेंचाइजी के लिए सबसे तेज अर्धशतक सुरेश रैना ने 16 गेंदों पर बनाया।

मोईन के 93 में से 70 रन बाउंड्री के रूप में आए। उनका पहला छक्का प्रसिद्ध कृष्णा की गेंद पर लगा। गेंदबाज ने छोटी गेंद फेंकी और मोईन ने उन्हें डीप स्क्वायर लेग पर छक्का जड़ा।

मोईन ने ट्रेंट बोल्ट के ओवर में 26 रन झटके, जहां उन्होंने पहली गेंद पर छक्का और पांच गेंदों पर पांच चौके जड़े। बीच के ओवरों में स्पिनरों को कुछ गति मिली और रनों पर रोक लगाई, लेकिन मोईन सिंगल्स और डबल्स के साथ काम चलाते रहे।

भारत से कारोबार समेटने की तैयारी में मेट्रो, अंबानी-दमानी और टाटा से किया संपर्क

नई दिल्ली। जर्मनी की खुदरा विक्रेता मेट्रो एजी भारत से कारोबार समेटने की तैयारी में है। दरअसल, मेट्रो एजी भारतीय सहायक कंपनी मेट्रो कैश एंड कैरी इंडिया में अपनी हिस्सेदारी बेचने के लिए किसी साझेदार की तलाश कर रही है। मेट्रो एजी अपनी भारतीय इकाई की प्रगति की समीक्षा करने के बाद अब रणनीतिक बाहरी गठजोड़ की तलाश कर रही है। इस बारे में बैंकरों के साथ कुछ चर्चा हुई है। आपको बता दें कि भारत में मेट्रो कैश एंड कैरी इंडिया के पास 30 से अधिक स्टोर हैं।

अंबानी-दमानी-टाटा से संपर्क: इकोनॉमिक्स टाइम्स की रिपोर्ट के मुताबिक मेट्रो एजी ने हिस्सेदारी बेचने के लिए मुकेश अंबानी की रिलायंस रिटेल, राधाकिशन दमानी की एवेन्यू सुपरमार्ट्स (डी-मार्ट) और टाटा समूह से संपर्क किया है। इसके अलावा अमेजन, थाईलैंड के चारोन पोकफंड (सीपी) समूह, लुलु समूह और पीई फंड समारा कैपिटल से भी शुरुआती स्तर की बातचीत की गई है।

सूत्र के मुताबिक भारतीय व्यापार को अपना नेटवर्क बढ़ाने और अधिक स्टोर जोडऩे के लिए और अधिक निवेश की आवश्यकता है। वहीं, मेट्रो एजी के प्रवक्ता ने भी स्वीकार किया है कि कंपनी रणनीतिक विकल्पों की समीक्षा कर रही है।

मेट्रो एजी के वरिष्ठ उपाध्यक्ष (कॉरपोरेट संचार) गेर्ड कोस्लोव्स्की ने कहा, ''मेट्रो इंडिया एक बढ़ता हुआ व्यवसाय है, जिसमें थोक के लिए भारी संभावनाएं हैं। हम मेट्रो की मौजूदा थोक क्षमताओं को बढ़ाने और भारत में व्यापार वृद्धि में तेजी लाने के लिए संभावित भागीदारों के साथ विकल्पों की समीक्षा कर रहे हैं।''

37 रुपये से बढक़र 2279 का हुआ अडानी ग्रुप का यह शेयर, तीन साल में निवेशकों के 1 लाख बन गए 61 लाख

नई दिल्ली । अडानी ग्रुप के शेयरों की इन दिनों खूब चर्चा है। दरअसल, अडानी ग्रुप के शेयरों ने अपने शेयरधारकों को शानदार रिटर्न दिया है। अडानी ग्रीन एनर्जी के शेयर उनमें से एक हैं। अडानी ग्रीन के शेयर पिछले तीन साल में 37.40 रुपये से बढक़र 2279 रुपये के स्तर पर पहुंच गए हैं। इस दौरान इसने अपने शेयरधारकों को लगभग 6,000 प्रतिशत का रिटर्न दिया है।

अडानी ग्रीन शेयर प्राइस हिस्ट्री- अडानी ग्रुप का यह शेयर पिछले एक महीने से बिकवाली के दबाव में है। पिछले एक महीने में, अडानी ग्रीन एनर्जी के शेयर की कीमत लगभग 28,000 से गिरकर 2279 के स्तर पर आ गई है। इस अवधि में लगभग 20 प्रतिशत की गिरावट आई है। हालांकि, स्टॉक ने साल-दर-साल या 2022 में भारी रिटर्न दिया है। अडानी ग्रीन एनर्जी के शेयर की कीमत 1347 के स्तर से बढक़र 2279 के स्तर पर पहुंच गई है, जो 2022 में लगभग 70 प्रतिशत चढ़ गई है। पिछले छह महीनों में भी यह करीब 70 फीसदी रिटर्न दिया है, जबकि पिछले एक साल में अडानी के इस शेयर ने अपने निवेशकों को 75 फीसदी रिटर्न दिया है।

17 मई 2019 को अडानी ग्रीन एनर्जी के शेयर की कीमत एनएसई पर 37.40 रुपये पर बंद हुई थी। अडानी ग्रीन के शेयर की कीमत अब 2279 पर आ गई है। यानी इस दौरान करीब 3 साल में अडानी के इस शेयर ने 61 गुना ज्याादा रिटर्न दिया है।

जूनियर एनटीआर की अगली फिल्म के पोस्टर ने मचाया धमाल

जूनियर एनटीआर के जन्मदिन से कुछ घंटे पहले, उनकी अगली फिल्म के निर्माताओं ने एक दिलचस्प पोस्टर का अनावरण किया, क्योंकि वे कोरटाला शिवा के अगले निर्देशन एनटीआर 30 (कामकाजी शीर्षक) पर एक बड़े अपडेट के साथ उनके प्रशंसक इंतजार कर रहे थे। निर्माताओं ने एक दिलचस्प अपडेट की ओर इशारा करते हुए पोस्टर साझा करते हुए ट्वीट कर लिखा कि द लाइटनिंग आज शाम 7:02 बजे सबसे बहुप्रतीक्षित एनटीआर 30 अपडेट के साथ प्रहार करने के लिए पूरी तरह तैयार है। जुड़े रहें।

पोस्टर को लेकर एनटीआर के फैंस काफी उत्साहित हैं, भले ही आने वाले बड़े सरप्राइज के लिए पूरा पोस्टर रखा जा रहा है।

अखिल भारतीय फिल्म आरआरआर के साथ एक बड़ी हिट के बाद, जूनियर एनटीआर की अगली फिल्म से भी काफी उम्मीदें हैं। एनटीआर 30, एनटीआर आर्ट्स और युवासुधा आर्ट्स द्वारा निर्मित है और इसमें एक दिलचस्प कलाकार और चालक दल है।

एकता कपूर की अपहरण 2 का ट्रेलर रिलीज

वेब सीरीज अपहरण के मेकर्स ने दूसरे सीजन का ट्रेलर रिलीज कर दिया है। एकता आर कपूर की अपहरण 2 में अरुणोदय सिंह, उर्फ रुद्र श्रीवास्तव, हरिद्वार के घाटों से लेकर सर्बिया के बफीर्ले इलाकों में एक गुप्त मिशन के लिए यात्रा नजर आ रहे हैं। ट्रेलर में निधि सिंह को रंजना श्रीवास्तव के रूप में भी दिखाया गया है, जो रुद्र की पत्नी की भूमिका निभाती है और नशे की लत से जूझ रही है। ट्रेलर में स्नेहिल दीक्षित मेहरा और सत्यनारायण दुबे के रूप में सानंद वर्मा भी नजर आ रहे हैं। रंजना की भूमिका निभाने के बारे में बात करते हुए, निधि सिंह ने कहा कि मेरा किरदार रंजना इस सीजन में खुद को मुसीबत की दुनिया में पाता है। उसका पति रुद्र उसकी मदद करने के लिए हर हद पार कर जाएगा। शो पहले एपिसोड से ही शुरू होगा! इस शानदार शो के दूसरे सीजन में मुझे फिर से कास्ट करने के लिए मैं एकता की शुक्रगुजार हूं।

आज का राशिफल

मेष: जो समस्याएं आपको परेशान कर रही हैं, उन्हें हल करने के लिए होशियारी, चतुरता और कूटनीति के दाव-पेंचों की ज़रूरत है। आपकी माता पक्ष से आज आपको धन लाभ होने की पूरी संभावना है।

वृष: अपने मानसिक स्वास्थ्य पर ध्यान दें, जो आध्यात्मिक जीवन के लिए आवश्यक है। मस्तिष्क जीवन का द्वार है, क्योंकि अच्छा-बुरा सब-कुछ इसी के माध्यम से आता है। यही ज़िंदगी की समस्याएं दूर करने में सहायक सिद्ध होता है और सही सोच से इनसान को आलोकित करता है।

मिथुन: आपको काफ़ी समय से चल रही बीमारी से छुटकारा मिल सकता है। आज आप आसानी से पैसे इक_ा कर सकते हैं- लोगों को दिए पुराने कजर् वापस मिल सकते हैं या फिर किसी नई परियोजना पर लगाने के लिए धन अर्जित कर सकते हैं।

कर्क: आपकी उम्मीद एक महक से भरे हुए ख़ूबसूरत फूल की तरह खिलेगी, जो लोग अब तक पैसे को बिना वजह ही उड़ा रहे थे, आज उन्हें अपने आप पर काबू रखना चाहिए और धन की बचत करनी चाहिए।

सिंह: तरोताज़ा होने के लिए अच्छी तरह से आराम करें। इस राशि के जो लोग विदेशों से व्यापार करते हैं उन्हें आज अच्छा खासा धन लाभ हो सकता है। कोई आपको नुक़सान पहुंचाने की कोशिश कर सकता है।

कन्या : आपकी व्यक्तिगत समस्याएं मानसिक शांति को भंग कर सकती हैं। मानसिक दबाव से बचने के लिए कुछ रोचक और अच्छा पढ़ें। निश्चित तौर पर वित्तीय स्थिति में सुधार आएगा- लेकिन साथ ही ख़र्चों में भी इज़ाफ़ा होगी।

तुला: किसी सज्जन पुरुष की दैवीय बातें आपको संतोष और ढांढस बंधाएंगी। अपने धन का संचय कैसे करना है यह हुनर आज आप सीख सकते हैं और इस हुनर को सीख कर आप अपना धन बचा सकते हैं। आप माता-पिता को ख़ुश करने में कठिनाई महसूस करेंगे।

वृश्चिक: आज ख़ास दिन है, क्योंकि अच्छा स्वास्थ्य आपको कुछ असाधारण काम करने की क्षमता देगा। आज आपको अपनी संतान की वजह से आर्थिक लाभ होने की संभावना नजर आ रही है। इससे आपको काफी ख़ुशी होगी।

धनु: सेहत बढ़िया रहेगी। धन की आवश्यकता कभी भी पड़ सकती है इसलिए आज जितना हो अपने पैसे की बचत करने का विचार बनाएं। वक्त पर आपकी मदद किसी की ज़िंदगी बचा सकती है।

मकर: ज़िंदगी की ओर एक उदार रवैया अपनाएं। अपने हालात की शिकायत करने और उसे लेकर दु:खी होने से कुछ हासिल नहीं होने वाला। दिन भर भले ही आप धन को लेकर जूझते रहें, लेकिन शाम के वक्त आपको धन लाभ हो सकता है।

कुंभ: आज आपकी सेहत पूरी तरह अच्छी रहेगी। आज किया गया निवेश आपकी समृद्धि और आर्थिक सुरक्षा में इज़ाफ़ा करेगा। बेटी की बीमारी आपका मूड ख़राब कर सकती है। उत्साह बढ़ाने के लिए उसे स्नेह से दुलारें।

मीन: चोट से बचने के लिए सावधानी से बैठें। साथ ही सही तरीक़े से कमर सीधी करके बैठना न केवल व्यक्तित्वमें सुधार लाता है, बल्कि सेहत और आत्म-विश्वास के स्तर को भी ऊपर ले जाता है।

झटपट से बनने वाला 'मेवा पुलाव'

पुलाव एक ऐसी डिश है जिसे आप कई तरीकों से और किसी भी मौके पर बना सकते हैं या यों कहें कि बिना मौके के भी। वीकेंड पर अगर चिल्ल करने का मूड है तो ब्रंच में बस ये पुलाव बना लें और फैमिली के साथ करें एंजॉय।

सामग्री :

डेढ़ कप बासमती चावल, ढाई कप कोकोनट मिल्क, 2 टेबलस्पून शुद्ध घी, 2 टेबलस्पून रिफाइंड ऑयल, 2 टेबलस्पून काजू, 2 टेबलस्पून लंबे कटे बादाम, 2 टेबलस्पून किशमिश, 1 टेबलस्पून पिस्ता, 1 टीस्पून दरदरी सौंफ, चुटकीभर हल्दी, 1 बड़ी प्याज पतली-लंबी कटी हुई, 2 छोटी इलायची, 4 लौंग, 2 इंच दालचीनी का टुकड़ा, 1 टीस्पून अदरक व लहुसन का पेस्ट, 2 टेबलस्पून पतली कटी गाजर, 1/2 कप हरी मटर के दाने, 1 हरी मिर्च, 1 टेबलस्पून रोज वॉटर, 2 टेबलस्पून हरा धनिया कटा हुआ, 1/2 कप ताजे अनार के दाने

विधि :

- चावल धोकर पानी में भिगो दें। आधे घंटे बाद पानी निथार दें। घी एवं तेल की आधी मात्रा पैन में डालें, इसमें आधी प्याज डालकर भूनें। सुनहरी होने पर एक प्लेट में निकालें। अब इसी पैन में काजू, किशमिश, पिस्ता, बादाम गोल्डेन होने तक भूनें। इसके बाद पैन में बाकी बचा घी-तेल डालें और लौंग, दालचीनी, हरी इलायची व तेजपत्ता भूनें। अब इसमें बाकी बची प्याज, अदरक, हरी मिर्च, दरदरी सौंफ भून लें। कटी गाजर-मटर के दाने डालकर धीमी आंच पर 1 मिनट भूनें। इसके बाद चावल डालकर दो मिनट भूनें और धीमी गैस पर 1 कप कोकोनट मिल्क डालकर पकाएं। सबसे आखिर में नमक डालें। जब चावल पककर तैयार हो जाए तो तले प्याज, भूने मेवे, कटा हरा धनिया, गुलाबजल डालकर कुछ देर ढककर रखें। अनार के दानों से सजाकर परोसें। टेस्टी पुलाव तैयार है।

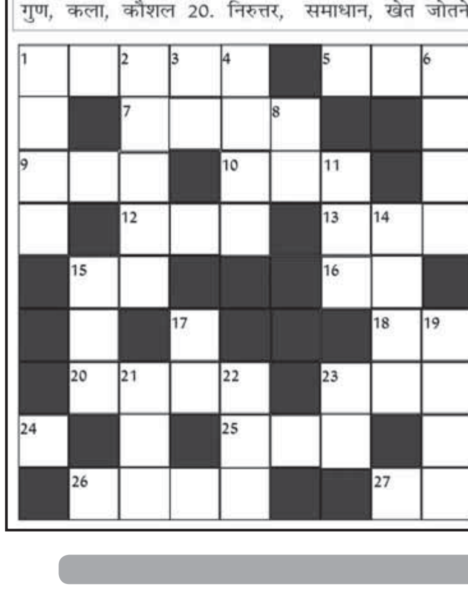
शब्द सामर्थ्य- 79

बाएं से दाएं

1. संघर्ष, दौड़धूप (उर्दू.) 5. सुपुत्र, लायक पुत्र 7. ताकतवर, बलशाली 9. खुशबू, सुरभि, सुगंध 10. अकारण, व्यर्थ, बेवजह 12. गर्म तेल आदि में खाद्य वस्तु छोड़कर पकाना 13. यात्रा 15. मृत, जो मर गया हो 16. छोटे कद का, वामन, बौना 18. सांप का सिर, गुण, कला, कौशल 20. निरुत्तर, बेमिसाल 23. गोल हरे दानों वाला एक प्रसिद्ध पौधा, या इस पौधे की फली 24.माता, जननी 25. संतान, औलाद 26. अधीन, अधीनस्थ, कर्मचारी 27. चिड़िया, खग तरफदार।

ऊपर से नीचे

1.पानी में डूबा हुआ, जल प्लावित 2. पाकेटमार, जेब काटने वाला 3. समाधान, खेत जोतने का यंत्र 4. औषधालय 6. युक्ति, उपाय 8. गीला, तर, भीगा हुआ 11. झटके से मुंह से आवाज के साथ हवा बाहर आना, बलगम आदि का बाहर आना 14. तुरंत, झटपट 15. स्त्री, नारी, अबला 17. एक और एक चौथाई 19. आदमखोर 21. दुनिया, संसार, जग 22. वर्ष की छ: ऋतुओं में एक ऋतु जिसमें मौसम सुहावना रहता है 23. बुद्धि, दिमाग।



शब्द सामर्थ्य क्रमांक 078 का हल

पी	चि	दं	ब	र	म	■	■	स
ट	■	भ	ला	ई	■	अ	स	म
ना	म	■	■	स	मा	धि	■	झ
■	ज	■	बे	■	न	का	र	ना
बा	बू	■	आ	य	क	र	■	■
■	र	की	ब	■	■	■	प्र	था
ज	■	■	रू	प	क	■	ज	न
हा	■	पा	■	ना	म	ची	न	■
ज	हां	प	ना	ह	■	ता	न	ना

सू-दोकू- 79

	7			4		3		
2			3			9		4
	6			2				
3		1			7		4	
	2			1			6	
8			9		4			1
		2		3		7		
1			7		2	4		3
	5	3		8			7	2

नियम

1. कुल 81 वर्ग है,जिसमें 9वर्गों का एक खंड बनता है।
2. हर खाली वर्ग में 1से 9 के बीच का कोई एक अंक भर सकते है।
3. बाएं से दाएं और ऊपर से नीचे के प्रत्येक कालम,कतार और खंड में 1से9अंक में से किसी भी अंक का इस्तेमाल एक बार ही कर सकते है।

सू-दोकू क्र.078 का हल

9	2	8	3	1	5	7	4	6
4	1	6	8	9	7	2	5	3
7	3	5	4	6	2	8	1	9
2	7	3	9	8	1	4	6	5
5	4	1	6	7	3	9	2	8
6	8	9	2	5	4	1	3	7
3	6	2	7	4	9	5	8	1
8	5	7	1	2	6	3	9	4
1	9	4	5	3	8	6	7	2