संपादकीय

व्यापार घाटा, समाधान ढूंढे

तात्कालिक कोई बड़ी चुनौती भारत के सामने नहीं है। लेकिन महंगाई और मंदी का जो ट्रेंड है, उसके दीर्घकालिक होने के हालात हैं। ऐसे में निश्चिंत होना सही नजरिया नहीं होगा।

बीते जून में भारत के व्यापार घाटे का रिकॉर्ड बना था, जब ये घाटा 26 बिलियन डॉलर से अधिक दर्ज हुआ। तभी उसे चेतावनी की एक घंटी बताया गया था। लेकिन जुलाई में तो बाद उससे बहुत आगे बढ़ गई। ये घाटा 31 बिलियन डॉलर से भी आगे चला गया है। इसके साथ ही एक और चिंताजनक पहलू यह रहा कि भारत के निर्यात में 12 प्रतिशत की गिरावट दर्ज हुई। अब जबकि अमेरिका और यूरोप पर मंदी का साया गहरा रहा है, तो आशंका है कि उससे भारत के निर्यात पर और खराब असर पड़ेगा। जबकि आयात बिल को घटाने का कोई रास्ता निकलता नहीं दिख रहा है। पेट्रोलियम और अन्य कॉमोडिटी की महंगाई से पहले जितनी ही चीजें मंगाने पर ज्यादा विदेशी मुद्रा खर्च करनी पड़ रही है। यह आसन्न बड़ी समस्या का संकेत है। यह ठीक है कि अभी भारत के पास मजबूत विदेशी मुद्रा भंडार है। इसलिए तात्कालिक कोई बड़ी चुनौती सामने नहीं आएगी। लेकिन दुनिया की तमाम संस्थाएं और विशेषज्ञ चेतावनी दे रहे हैं कि अभी महंगाई और मंदी का जो ट्रेंड है, उसके दीर्घकालिक होने के हालात हैं। ऐसे में भविष्य में गंभीर चुनौती अवश्य सामने आएगी।

इसलिए अभी से सतर्क होने की जरूरत है। गौरतलब है कि देश में अधिक डॉलर लाने के लिए सरकार ने जो दो उपाय घोषित किए थे (कंपनियों के डॉलर में कर्ज लेने की सीमा को दो गुना करना और अनिवासी भारतीयों की रकम आकर्षित करने के लिए बैंकों को ब्याज दर में लचीलापन अपनाने की छूट देना), उनसे कोई उल्लेखनीय लाभ नहीं हुआ है। ऐसे में जरूरत इस बात की है कि व्यापार घाटे को नियन्त्रित करने के सख्त उपाय किए जाएं। अगर जरूरी हो, तो इस मकसद से लग्जरी गुड्स का आयात घटाने के कदम उठाए जाने चाहिए। एक बड़ी समस्या यह है कि देश में छोटे और मध्यम उद्योगों के कमजोर हो जाने के कारण छोटी चीजें भी आयात करनी पड़ रही हैं। इसका फायदा चीन को मिला है। चीन से आयात-निर्यात के जुलाई के आंकड़े अभी नहीं आए हैं। लेकिन पिछले महीनों में ट्रेंड भारत का व्यापार घाटा बढ़ने का रहा है। तो इस मसले पर समग्रता से विचार होना चाहिए, ताकि अभी से कोई ठोस हल ढूंढा जा सके।

यूजर्स की प्राइवेसी को ध्यान में रखते हुए व्हाट्सएप ने पेश किए तीन नए फीचर्स

नई दिल्ली । मेटा के संस्थापक और मुख्य कार्यकारी अधिकारी मार्क जुकरबर्ग ने मंगलवार को व्हाट्सएप में तीन प्रमुख प्राइवेसी फीचर्स की घोषणा की, जो यूजर्स को अपनी बातचीत पर अधिक नियंत्रण प्रदान करते हैं और मैसेज भेजते समय सुरक्षा की अतिरिक्त परतें प्रदान करते हैं। नए फीचर्स व्हाट्सएप यूजर्स को सभी को सूचित किए बिना ग्रुप चैट से बाहर निकलने की अनुमति देते हैं। यह नियंत्रित करते हैं कि आपके ऑनलाइन होने पर कौन देख सकता है और मैसेजिस को एक बार देखने पर स्क्रीनशॉट को रोक सकता है।

जुकरबर्ग ने कहा, हम आपके मैसेजिस की सुरक्षा के लिए नए तरीके बनाते रहेंगे और उन्हें आमने-सामने की बातचीत की तरह निजी और सुरक्षित रखेंगे। व्हाट्सएप यूजर्स अब बिना किसी को सूचित किए किसी ग्रुप से निजी तौर पर बाहर निकल सकेंगे। सोशल नेटवर्क ने कहा, अब, एग्जिट करने पर पूरे ग्रुप को सूचित करने के बजाय, केवल एडमिन को सूचित किया जाएगा। यह फीचर इस महीने सभी यूजर्स के लिए शुरू हो जाएगा।

व्हाट्सएप ने यह चुनने की क्षमता भी पेश की है कि आपके ऑनलाइन होने पर कौन देख सकता है और कौन नहीं। यह फीचर इसी महीने सभी यूजर्स के लिए रोल आउट करना शुरू कर देगा। व्हाट्सएप सुरक्षा की एक अतिरिक्त परत के लिए 'व्यु वन्स' मैसेजिस के लिए स्क्रीनशॉट ब्लॉकिंग को भी सक्षम कर रहा है। इस फीचर की टेस्टिंग की जा रही है और इसे जल्द ही यूजर्स के लिए रोल आउट किया जाएगा।

व्हाट्सएप में प्रोडक्ट प्रमुख अमी वोरा ने कहा, वर्षो से, हमने उनकी बातचीत को सुरक्षित रखने में मदद करने के लिए सुरक्षा की इंटरलॉकिंग परतें जोड़ी हैं और नए फीचर्स एक तरीका है, जिससे हम मैसेजिस को निजी रखने की अपनी प्रतिबद्धता को जारी रखते हैं।

वोरा ने कहा, इन नए फीचर्स के बारे में प्रचार करने के लिए, हम यूके और भारत से शुरू होने वाले एक वैश्विक अभियान को भी शुरू कर रहे हैं, ताकि लोगों को शिक्षित किया जा सके कि हम व्हाट्सएप पर उनकी निजी बातचीत को सुरक्षित रखने के लिए कैसे काम करते हैं।

टाटा पावर-डीडीएल के ग्राहक पर चेक बाउंस को लेकर 190000 रुपए का जुर्माना

नई दिल्ली। राजधानी में तीस हजारी स्थित डिजिटल अदालत ने टाटा पावर दिल्ली डिस्ट्रीब्यूशन लिमिटेड (टाटा पावर-डीडीएल) के एक उपभोक्ता पर चेक बाउंस को लेकर 1,90,000 रुपये का जुर्माना या तीन माह के कारावास की सजा काटने का आदेश दिया है। कंपनी को दिए गए चेक के बाउंस होने के बाद यह पहला अवसर है जब किसी उपभोक्ता को सजा सुनायी है।

टाटा पावर-डीडीएल ने बताया कि नाहरपुर गांव के निवासी प्रदीप शर्मा ने अपने बिजली बिल का भुगतान करने के बदले 1,73,620 रुपये का चेक जारी किया था जो बाउंस हो गया था। इसकी क्षतिपूर्ति के लिए अदालत ने 1,90,000 रुपये की क्षतिपूर्ति का आदेश जारी किया।

टाटा पावर-डीडीएल एटी एंड सी (एग्रीगेट टैक्निकल एंड कमर्शियल) घाटों को घटाने के तौर-तरीकों पर काम कर रहा है ताकि कठोर कदम उठाकर इस गलत प्रवृत्ति को दूर किया जा सके। साथ ही, कंपनी ऐसे बकाएदारों पर भी नज़र रख रही है जो अपने नियमित बिलों का भुगतान करने से चूक करते हैं। टाटा पावर-डीडीएल ने बिलिंग डिफॉल्ट से बचने के लिए स्मार्ट मीटर जैसी तकनीक लगायी है और ऐसे उपायों का सीधा असर एटी एंड सी घाटों में होने वाली कमी के रूप में दिखायी दे रहा है।

मॉडर्न वॉरियर्स ने जीता 16वीं टर्फ लीग अंडर-16 का खिताब

नई दिल्ली । 16वीं टर्फ जूनियर क्रिकेट लीग अंडर-16 के फाइनल मैच में, मैन ऑफ द मैच अर्जुन कुमार (60*), वरुण शर्मा (53) की शानदार बल्लेबाजी और सुहान कुमार (4 विकेट) की आक्रामक गेंदबाजी ने मॉडर्न वॉरियर्स को अंडर-16 (147/3) को नई दिल्ली के गुरु गोबिंद सिंह कॉलेज में यूबी लायंस अंडर-16 (59/10) के खिलाफ 88 रन से खिताबी जीत दिलाई। ईशांक झांजी ने मैन ऑफ द टूर्नामेंट का पुरस्कार जीता। नवीन चोपड़ा ने मॉडर्न वॉरियर्स को विजेता ट्रॉफी प्रदान की। लीग के आयोजक सचिन खुराना ने दोनों टीमों को बधाई व शुभकामनाएं दीं।

स्कोर:मॉडर्न वॉरियर्स अंडर-16: 20 ओवर में 147/3: वरुण शर्मा 53 (44 बॉल, 6म4, 1म6), अर्जुन 60* (48 बॉल, 7म4, 1म6); वैभव कुमार (2/22) यूबी लायंस अंडर-16: 59 15.5 ओवर में ऑल आउट: ध्रुव बहल 20 (25 बॉल, 1म4, 1म6); अबीर झांजी (2/12), सुहान कुमार (4/12).

भारत में 27 माह में एलपीजी 41 %, विश्व बाजार में 203 प्रतिशत महंगी

नई दिल्ली। भारत में रसोई गैस की खुदरा कीमतों में अप्रैल 2020 की तुलना में 41 प्रतिशत वृद्धि दर्ज की गयी है जबकि इस दौरान वैश्विक बाजार में एलपीजी के मानक अनुबंध का भाव तीन गुना हो गया।

सरकार द्वारा राज्यसभा में दी गयी एक जानकारी के अनुसार इस दौरान एलपीजी (लिक्विड पेट्रोलियम गैस) के वैश्विक बाजार के मानक साऊदी अनुबंध का मूल्य अप्रैल 2020 के 236 डॉलर प्रति टन के मुकाबले जुलाई 2022 में 725 डॉलर प्रति टन पर पहुंच गया। यह अंतरराष्ट्रीय बाजार में एलपीजी की कीमत में 203 प्रतिशत की वृद्धि दर्शाता है।

इसी दौरान भारत में 14.2 किलो के घरेलू एलपीजी सिलेंडर के दाम 41.5 प्रतिशत बढ़े और इसका भाव 744 रुपये से बढक़र 1,053 रुपये पर पहुंच गया।

एक प्रश्न के लिखित जवाब में केंद्रीय पेट्रोलियम मंत्री हरदीप पुरी ने बताया कि सरकार ने एलपीजी की प्रभावी घरेलू कीमतों को संशोधित किया है। उज्जवला योजना के तहत गरीबों को दिए गए एलपीजी कनेक्शनों में महामारी के दौरान तीन सिलेंडर मुफ्त में भरे गए थे।

उन्होंने कहा कि सरकार ने उज्जवला कनेक्शन रखने वालों के लिए 200 रुपये की सब्सिडी की घोषणा की है। यह सब्सिडी चालू वित्त वर्ष में 12 सिलेंडरों पर दी जाएगी। पुरी ने कहा कि सरकार ने उज्जवला योजना के अंतर्गत वित्त वर्ष 2019-20 में 3,724 करोड़ रुपये, वित्त वर्ष 2020-21 में 9,235 करोड़ रुपये और वित्त वर्ष 2021-22 में 1,569 करोड़ रुपये खर्च किए हैं।

भारतीय भारत के साथ व्यापार समझौते करने को इच्छुक हैं विकसित देश : गोयल

नई दिल्ली। वाणिज्य एवं उद्योग मंत्री पीयूष गोयल ने मंगलवार को कहा कि दुनिया भारत को आर्थिक विकास के इंजन के रूप में देखती है और विकसित देश हमारे साथ व्यापार समझौते करने को इच्छुक हैं।

उन्होंने कहा कि भारत में कारोबार की आसानी के लिए लगातार नए-नए उपाय किए जा रहे हैं और सरकार किसी भी सरकारी विभाग द्वारा कारोबारियों का उत्पीडऩ किए जाने के खिलाफ है।

श्री गोयल के पास उपभोक्ता मामले, खाद्य और सार्वजनिक वितरण और कपड़ा मंत्रालय का भी भार है। वह यहां व्यापारी उद्यमी सम्मेलन में सभा को संबोधित कर रहे थे।

उन्होंने यह भी कहा कि व्यवसाय जगत के लोगों का भी यह काम है कि वे नियम कायदों के अनुपालन का बोझ हल्का करने के लिए सरकार के साथ सहयोग करें और कारोबार में नैतिक व्यवहार का कठोरता से पालन करें।

श्री गोयल ने कहा कि दुनिया अब भारत को आर्थिक विकास के इंजन के रूप में देखती है और भारत पर उनका भरोसा मजबूत हुआ है। उन्होंने कहा कि विकसित देश अब भारत के साथ व्यापार सौदों पर हस्ताक्षर करने के इच्छुक हैं। उन्होंने कहा कि 2014 से पहले, भारतीय अर्थव्यवस्था को नाजुक माना जाता था और निवेशकों को भारत के साथ व्यापार करने के बारे में संदेह था।

पारदर्शिता और व्यापार करने में आसानी की आवश्यकता पर जोर देते हुए वाणिज्य एवं उद्योग मंत्री ने व्यापारियों और उद्यमियों को आश्वासन दिया कि सरकार उन व्यापारियों का पूरा समर्थन करेगी जो किसी भी विभाग द्वारा उत्पीडऩ के खिलाफ आवाज उठाते हैं।

उन्होंने व्यापारियों से लोगों और व्यवसायों के अनुपालन बोझ को कम करने के लिए सरकार के साथ काम करने का आह्वान किया, लेकिन कहा कि वे नैतिक व्यापार प्रथाओं का सख्ती से पालन करें।

दिसंबर में खेली जाएगी लंका प्रीमियर लीग

कोलम्बो । पिछले महीने देश में व्याप्त आर्थिक संकट के कारण स्थगित किया गया लंका प्रीमियर लीग (एलपीएल) का तीसरा सीजऩ इस साल दिसंबर में खेला जाएगा। एलपीएल टूर्नामेंट के आयोजक सामंथा डोडनवेला ने मीडिया से कहा, मुझे यह घोषणा करते हुए ख़ुशी हो रही है कि एलपीएल 6 से 23 दिसंबर के बीच आयोजित किया जाएगा। एलपीएल के आधिकारिक प्रमोटर आईपीजी ने भी ट्विटर पर इस ख़बर की पुष्टि की।

देश की स्थिति के कारण श्रीलंका क्रिकेट ने जुलाई में टूर्नामेंट को स्थगित करने का निर्णय लिया था। प्रायोजकों ने भी महसूस किया था कि निर्धारित कार्यक्रम के अनुसार लीग का आयोजन करना सही नहीं था। इसके बाद इस तरह के कारणों के चलते श्रीलंका में होने वाले एशिया कप को भी संयुक्त अरब अमीरात (यूएई) में स्थानांतरित करने का फ़ैसला किया गया।

प्रतियोगिता के तीसरे संस्करण के लिए संभावित री-ड्राफ़्ट पर अभी कोई निर्णय नहीं लिया गया है। समझा जा रहा है कि टूर्नामेंट के आयोजक दो विकल्पों पर काम कर रहे हैं : या तो एक नया मसौदा तैयार करना, या जितना संभव हो उतने उपलब्ध खिलाडिय़ों के साथ आगे बढऩा और केवल अनुपलब्ध खिलाडिय़ों के लिए ड्राफ़्ट आयोजित करना।

श्रीलंका के भविष्य दौरा कार्यक्रम (एफ़टीपी) के अनुसार यह टूर्नामेंट नवंबर में वेस्टइंडीज़ के ख़िलाफ़ घर पर होने वाली टेस्ट सीरीज़ और दिसंबर-जनवरी में भारत के ख़िलाफ़ वनडे सीरीज़ के बीच खेला जाएगा।

एलपीएल पांच टीमों की प्रतियोगिता है जो 2020 से आयोजित की जा रही है। जाफऩा किंग्स, पूर्व में स्टैलियंस, पिछले दो सत्रों में चैंपियन रही हैं, जबकि गॉल ग्लैडिएटर्स उन दोनों संस्करणों में उपविजेता रही हैं। अन्य तीन टीमें कोलंबो स्टार्स, कैंडी फैल्कंस और दांबुला जायंट्स हैं जो पहले संस्करण के बाद से स्वामित्व में बदलाव से गुजऱी हैं।

आलिया भट्ट ने साझा की बेबी बंप वाली नई तस्वीरें

बॉलीवुड अभिनेत्री आलिया भट्ट ने हाल ही में सोशल मीडिया पर साझा की गई तस्वीरों में अपना बेबी बंप दिखाया। हाल ही में स्ट्रीमिंग फिल्म डार्लिंग्स को सकारात्मक प्रतिक्रिया मिलने से खुश आलिया भट्ट अपनी टीम के साथ अपनी अगली फिल्म ब्रह्मास्त्र से अपना नया गाना देव देवा लॉन्च किया।

सोशल मीडिया पर बेबी बंप के साथ शेयर की हुई तस्वीरों में डियर जिंदगी की अभिनेत्री ने कैप्शन में लिखा, प्रेस और मेरे नन्हे प्यारे देवदेवा के साथ देव देवा देखने के लिए पूरी तरह तैयार!अभिनेत्री द्वारा साझा की गई तस्वीरों की श्रृंखला में आलिया के चेहरे और उनके बेबी बंप पर एक चमकदार चमक देखी जा सकती है।

वर्कफ्रंट की बात करें तो डार्लिंग्स जो कि आलिया की पहली प्रोडक्ट है, को नेटफ्लिक्स पर 5 अगस्त को रिलीज होने के बाद से अच्छी प्रतिक्रिया मिल रही है।इसके अलावा वह बहुचर्चित फिल्म ब्रह्मास्त्र में नजर आएंगी और साथ में पति रणबीर कपूर भी इसमें दिखेंगे।

आठ साल से पौराणिक-काल्पनिक नाटक पर काम चल रहा है। इसी फिल्म के सेट पर आलिया और रणबीर को प्यार हो गया था। आखिरकार दोनों ने इस साल की शुरुआत में 14 अप्रैल को शादी कर ली।

अमिताभ बच्चन ने ऊंचाई का फर्स्ट लुक जारी कर मनाया फ्रेंडशिप डे

बॉलीवुड सुपरस्टार अमिताभ बच्चन ने हाल ही में फ्रेंडशिप डे के अवसर पर अपनी अगली फिल्म ऊंचाई का फर्स्ट लुक साझा किया। अभिनेता सूरज बडज़ात्या द्वारा फिल्म को दोस्ती पर दर्शाया गया है। फिल्म में अनुपम खेर और बोमन ईरानी भी हैं। पोस्टर में, तीन लोगों को देखा जा सकता हैं।

फिल्म की शूटिंग पहाड़ी जगह पर की गई है, जहां बर्फ से ढकी चोटियां नजर आ रही हैं। पोस्टर पर लिखा है, दोस्ती उनकी एकमात्र प्रेरणा थी।राजश्री प्रोडक्शंस द्वारा निर्मित ऊंचाई में डैनी डेन्जोंगपा, सारिका, नीना गुप्ता और परिणीति चोपड़ा भी प्रमुख भूमिकाओं में हैं। फिल्म इसी साल 11 नवंबर को सिनेमाघरों में रिलीज होगी।

आज का राशिफल

मेष : आज आप अपने अंदर भरपूर विश्वास व ऊर्जा महसूस करेंगे। आर्थिक पक्ष मजबूत होगा तथा अपने सभी कार्यों को समय पर पूरा करने की भी कोशिश करेंगे। सामाजिक दायरा बढेगा। मान-सम्मान मे वृद्धि होगी।

वृष : आज आपका दिन बेहतरीन रहेगा। वर्तमान व्यवसायिक गतिविधियों का विस्तार करने के लिए कुछ नई योजनाएं बनेंगी। इस समय बहुत ही उचित ग्रह स्थिति बनी हुई है, इसलिए इन योजनाओं को तुरंत ही क्रियान्वित करें।

मिथुन : आज भाग्य आपके साथ है। आपके रुके हुए राजकीय काम किसी प्रभावशाली व्यक्ति की मदद से पूरे हो सकते हैं इसलिए प्रयासरत रहें। साथ ही बच्चों की समस्याओं को सुलझाने में भी आपका विशेष योगदान रहेगा।

कर्क : आज आपका दिन सामान्य रहेगा। व्यवसाय में गति लाने के लिए कुछ नई नीतियां बनाना जरूरी है। हालांकि वर्तमान नकारात्मक वातावरण की वजह से व्यापार मंद ही हैं। नौकरी में त्योहारों की वजह से कार्यभार की अधिकता रहेगी

सिंह : आज आप दिन में बीजी रह सकते हैं। घर में कोई विवाह या सगाई संबंधी मांगलिक कार्य संपन्न होने जैसी योजनाएं बनेंगी। तथा खुशी भरा वातावरण व्याप्त रहेगा। घर के सभी सदस्य अपनी जिम्मेदारियों का निर्वाह पूरी निष्ठा से करेंगे।

कन्या : आज आपका दिन खुशनुमा रहेगा।व्यवसायिक गतिविधियां पूर्ववत ही रहेंगी। अपने स्वभाव को नियंत्रित रखना आवश्यक है। जल्दबाजी न करें बनते काम बिगड़ भी सकते हैं। स्वास्थ्य सही रहेगा।

तुला : आज आपका दिन मन खुश करने वाला रहेगा। कुछ समय से चल रही किसी विशेष कार्य के प्रति आपकी लगन व मेहनत के अप्रत्याशित लाभ प्राप्त होने वाले हैं। अपने काम पर पूरा ध्यान केंद्रित रखें।

वृश्चिक : आज आपका दिन बेहतरीन रहेगा।पब्लिक डीलिंग तथा मीडिया से संबंधित कार्यों में आज विशेष ध्यान दें। क्योंकि इनसे अच्छा मुनाफा मिलने की संभावना है। जीवनसाथी का सहयोग मिलेगा। स्वास्थ्य सही रहेगा।

धनु : आज आपकी सकारात्मक विचारधारा दिन को बेहतर बनाएगी। धार्मिक तथा आध्यात्मिक कार्यों के प्रति आपकी आस्था व रुझान बढ़ेगा। जिससे आपके अंदर सकारात्मक दृष्टिकोण उत्पन्न होगा।

मकर : आप भाग्य आपके साथ है। कार्यक्षेत्र में आंतरिक रखरखाव तथा नवीनीकरण जैसी योजना बनेगी। इस परिवर्तन में वास्तु सम्मत नियमों का अवश्य उपयोग करें, इससे सकारात्मक ऊर्जा व्याप्त होगी। बड़ो का आशीर्वाद प्राप्त होगा।

कुंभ : आज आपका दिन बढिया रहेगा। कार्यक्षेत्र में भावुकता की बजाय प्रैक्टिकल तरीके से सबके साथ व्यवहार करें। क्रोध पर नियंत्रण रखें। सहयोगियों तथा कर्मचारियों के साथ दोस्ताना व्यवहार रखें। परिवार का सहयोग मिलेगा।

मीन : आज आपका सकारात्मक दृष्टिकोण किसी भी परिस्थिति में ऊर्जावान व मानसिक रूप से मजबूत बनाकर रखेगा। अगर पुश्तैनी प्रॉपर्टी संबंधी कोई वाद-विवाद चल रहा है, तो उसे हल करने के लिए आज का दिन बहुत ही उचित है।

'टमाटर नूडल्स'

टमाटर से सिर्फ सब्जी का स्वाद ही नहीं बढ़ा सकते बल्कि इसे भी आप और भी कई तरीकों से ट्विस्ट देकर बना सकते हैं। आइए जानते हैं टमाटर नूडल्स बनाने का तरीका।

सामग्री :

4 सख्त टमाटर, 1/4 कप उबले नूडल्स, 1/2 कप पत्तागोभी, गाजर, मटर, 2 टेबलस्पून हरी-पीला शिमला मिर्च, 2 टेबलस्पून मैदा, 50 ग्राम प्रोसेस्ड चीज़, 2 कप दूध, 2 टेबलस्पून मक्खन, 1/4 टीस्पून सफेद मिर्च, 1/4 टीस्पून काली मिर्च, 1 तेज पत्ता, 2 लौंग, स्वादानुसार नमक

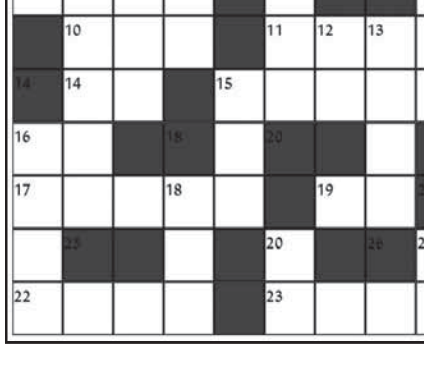
विधि :

- सबसे पहले चीज़ कद्दूकस करें। फिर मटर, गाजर, पत्तागोभी ब्लांच करें।
- अब पैन में मक्खन पिघलाकर तेज पत्ता, लौंग डालें और मैदा डालकर चलाएं।
- मैदा भुनने पर धीरे-धीरे दूध मिलाकर लगातार चलाते रहें। इससे गुठली नहीं पड़ेगी। हलका गाढ़ा होने पर इसमें चीज़ डालें।
- इसके बाद नमक, सफेद काली मिर्च मिलाकर एकसार करें और तेज पत्ता व लौंग निकाल दें।
- अब उबले नूडल्स और पानी छानकर ब्लांच की हुई सब्जियां मिला दें। फिर हरी-पीली मिर्च मिलाएं।
- टमाटर के ऊपर से एक गोल कतली काटें और गूदा निकालकर सावधानीपूर्वक खोखला कर लें। इनमें नमक लगाकर उलटा करके रखते जाएं।
- 10 मिनट बाद मिश्रण भरें और टमाटर में बाहरी हल्की सी चिकनाई लगा दें। पहले से गर्म अवन में 180 डिग्री 10-15 मिनट बेक कर लें।

शब्द सामर्थ्य- 160

बाएं से दाएं :
1. अनुचित, असत्य, जो ठीक न हो 3. बेवजह, बिनाकारण, व्यर्थ 4. हल्कीनींद, चकमा, धोखा 6. शक्कर पानी आदि का मीठा घोल 10. सोते से उठाना, सावधान करना, प्रदीप्त करना 11. चरमसीमा, सीमांत 14. पानी, आंसू 15. बैठा हुआ, विराजित 16. नृत्य 17. मृतप्राय, मृत्यु के करीब 19. जल, अम्बु 22. उपहार, भेंट 23. खबर, संदेश।

ऊपर से नीचे
1. गणपतिजी, 2. मांगनेवाला, पाने की इच्छा करने वाला 3. मिट्टी के रंग का, मटमैला 5. चला आता हुआ क्रम प्रथा, प्रणाली, रीति-रीवाज, 7. निशाचर, रात में विचरण करने वाला 8. पेड़ का धड़ा जहां से शाखाएं निकलती है, 9. मिठाई, खाने की मीठी चीज 12. शासन, गुप्तबात 13. श्रद्धा, स्त्री, जयशंकर प्रसाद द्वारा रचित प्रसिद्ध महाकाव्य 15. विपत्तिग्रस्त, दुखी, अभागा 16. प्रसिद्ध, नामवर 18. स्वप्न, ख्वाब 20. करीब, नज़दीक, समीप 21. सुबह, प्रात:, सबेरा।



शब्द सामर्थ्य क्रमांक 159 का हल

अ	भि	षे	क		प	स		
जा	त		थ	प	थ	पा	ना	
य	र	का	नी		भ्र		र	श्मि
ब	घा	र		क	ष्ट	प्र	द	
	त	ना	त	नी		र्व		ब
अ		मा		ज	मा	त		ल
स	जा					क	ज	रा
बा		बे	स	हा	रा		ग	म
ब	गु	ला		रा	ज	दू	त	

सू-दोकू- 160

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

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.159 का हल

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