दैनिक न्याय साक्षी

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

रायगढ़, सोमवार 20 फरवरी 2023

www.nyaysakshi.com

संपादकीय

सतर्क होने की जरूरत

कोरोना महामारी अपने पीछे कुछ समस्याएं ऐसी छोड़ गई है, जिसके परिणाम लोगों को लंबे समय तक भुगतने पड़ सकते हैं। इनमें कई समस्याएं महामारी के दिनों में बदली जीवन शैली के कारण पैदा हुई हैं।

कोरोना महामारी का साया फिलहाल दुनिया के सिर से हट चुका है। लेकिन ये महामारी अपने पीछे कुछ समस्याएं ऐसी छोड़ गई है, जिसके परिणाम लोगों को लंबे समय तक भुगतने पड़ सकते हैं। इनमें कई समस्याएं महामारी के दिनों में बदली जीवन शैली के कारण पैदा हुई हैं। एक ताजा रिपोर्ट के मुताबिक एशिया और अफ्रीका में डायबिटीज मरीजों की संख्या तेजी से बढ़ रही है। अध्ययनकर्ताओं के मुताबिक लॉकडाउन के दिनों में घर पर रहने के कारण बहुत से लोगों की जीवन-शैली सुस्त हो गई। उसका नतीजा लोगों के डायबिटीज पीड़ित होने के रूप में सामने आ रहा है। इस रिपोर्ट कई देशों का उदाहरण दिया गया है। उनमें पाकिस्तान भी है। पाकिस्तान में 2021 में डायबिटीज पीड़ित मरीजों की संख्या दस साल पहले की तुलना में 5.2 गुना ज्यादा हो चुकी थी। बताया गया है कि पहले पाकिस्तान में डायबिटीज 40 साल से ज्यादा उम्र में ही होता था। लेकिन धीरे-धीरे 30 वर्ष और अब 20 वर्ष से अधिक के लोग भी इससे पीड़ित होने लगे हैं। लेकिन इस मामले में पाकिस्तान अकेला उदाहरण नहीं है।

अंतरराष्ट्रीय संस्था इंटरनेशनल डायिबिटीज फेडरेशन के मुताबिक 2021 में विकासशील देशों में डायबिटीज के मामलों में तेज बढ़ोतरी हुई। इस संस्था ने अनुमान लगाया है कि 2045 तक सिर्फ दक्षिण एशिया में अभी की तुलना में 70 प्रतिशत बढ़ोतरी के साथ इस रोग के 22 करोड़ मरीज हो चुके होंगे। ताजा अध्ययनों के मुताबिक कोरोना वायरस के प्रसार से डायबिटीज की स्थिति बदतर हो गई है। यूनिवर्सिटी ऑफ कैलिफॉर्निया की एक स्टडी के मुताबिक अमेरिका में नवंबर 2021 में लोग महामारी से पहले की तुलना में रोजाना औसतन दस प्रतिशत कम कदम चल रहे थे। अमेरिका और यूरोप में हालाकि कोविड प्रतिबंध काफी पहले हटा लिए गए थे, लेकिन लोगों की शारीरिक श्रम की मात्रा पहले जितनी बहाल नहीं हो सकी है। एशिया में तो इसमें 30 प्रतिशत तक गिरावट दर्ज की गई है। यही डायबिटीज फैलने का मुख्य कारण है। एशिया में महामारी के बाद लोगों के शारीरिक श्रम करने की मात्रा में 30 फीसदी तक गिरावट आई है। साफ है, अगर स्वस्थ रहना है, तो बढ़ी आलस्य को छोड़ना होगा।

लायन ने पंजा खोला, पर अक्षर पटेल ने भारत को संभाला

नई दिल्ली । प्रतिभावान ऑलराउंडर अक्षर पटेल (74) के अर्द्धशतक और रविचंद्रन अश्विन (37) के साथ उनकी शतकीय साझेदारी की बदौलत भारत ने ऑस्ट्रेलिया के खिलाफ दूसरे टेस्ट की पहली पारी में ऑलआउट होने से पूर्व 262 रन बना लिये। पहली पारी में एक रन की बढ़त लेने के बाद ऑस्ट्रेलिया ने स्टंप्स तक दूसरी पारी में एक विकेट गंवाकर 61 रन जोड़े। सलामी बल्लेबाज ट्राविस हेड 39 रन बनाकर जबकि मार्नस लाबुशेन 16 रन बनाकर क्रीज पर मौजूद हैं।

ऑस्ट्रेलिया के लिये अनुभवी ऑफस्पिनर नेथन लायन (67/5) ने पंजा खोलकर रोहित शर्मा और चेतेश्वर पुजारा सहित पांच बल्लेबाजों को आउट किया। भारत सिर्फ 139 रन पर सात विकेट गंवाने के बाद संकट में था मगर अक्षर-अश्विन की हरफनमौला जोड़ी ने आठवें विकेट के लिये 114 रन की साझेदारी करके ऑस्ट्रेलिया को विशाल बढ़त लेने की अनुमति नहीं दी। अक्षर ने अपनी संटकमोचक पारी में 115 गेंदों पर नौ चौकों और तीन छक्कों के साथ 74 रन बनाये, जबकि अश्विन ने उनका साथ देते हुए 71 गेंद पर पांच चौकों की बदौलत 37 रन की पारी खेली।

भारत ने दिन की शुरुआत 21/0 के स्कोर से की और चौथे ओवर से ही पिच में हरकत देखने को मिली। ऑस्ट्रेलिया ने केएल राहुल (17) को आउट करने के लिये दो रिव्यू ज़ाया किये, हालांकि तीसरी बार लायन ने उन्हें पगबाधा करके पवेलियन भेज दिया।

इसके बाद लायन भारतीय बल्लेबाजों पर हावी हो गये और आधे घंटे में उन्होंने रोहित शर्मा (32), चेतेश्वर पुजारा (00) और श्रेयस अय्यर (14) का विकेट निकालकर ऑस्ट्रेलिया की स्थिति मजबूत कर दी। रोहित जहां गेंद की लेंथ को नहीं पढ़ सके, वहीं अपना 100वां टेस्ट खेल रहे पुजारा फिरकी में फंसकर आउट हुए।

विराट कोहली और रवींद्र जडेजा ने हालांकि लंच तक भारत का और नुकसान नहीं होने दिया। लंच के बाद कोहली-जडेजा की जोड़ी ने सहजता के साथ खेलते हुए 45वें ओवर में 50 रन की साझेदारी पूरी की। कोहली ने अर्द्धशतकीय साझेदारी होने के बाद बाजुएं खोलकर तेजी से रन बटोरे, जबकि रवींद्र जडेजा (26) को टॉड मर्फी (53/2) ने पगबाधा आउट कर दिया।

कोहली 83 गेंदों पर चार चौकों के साथ 44 रन बनाकर अच्छी लय में दिख रहे थे लेकिन दुर्भाग्यपूर्ण तरीके से पगबाधा आउट हो गये। पदार्पण कर रहे मैथ्यू कुह्नेमन ने कोहली के रूप में अपना पहला टेस्ट विकेट लिया।

लायन ने इसके बाद श्रीकर भरत (सात) को पवेलियन भेजा और ऑस्ट्रेलिया ने 100 रन से ज्यादा की बढ़त पर नजरें जमा लीं। अक्षर और अश्विन ने यहां से अपनी बल्लेबाजी से भारतीय पारी को संबल दिया। अक्षर ने 79वें ओवर में लगातार दो चौके लगाकर शतकीय साझेदारी पूरी की, हालांकि कुछ देर बाद पैट कमिंस ने अश्विन का विकेट लेकर इस साझेदारी को समाप्त किया।

भारत पहली बार एशिया मिश्रित चैंपियनशिप के फाइनल में

दुबई। भारत ने यहां एशिया मिश्रित टीम बैडमिंटन चैंपियनशिप 2023 के चर्टरफाइनल में पिछडऩे के बाद शानदार वापसी करते हुए हांगकांग को 3-2 से हराकर पहली बार टूर्नामेंट के सेमीफाइनल में जगह बना ली।

भारत इस मुकाबले में 0-2 से पिछड़ा हुआ था, लेकिन ध्रुव कपिला-चिराग शेट्टी की पुरुष युगल जोड़ी और पीवी सिंधु ने अपने-अपने मुकाबले जीतकर स्कोर बराबर कर दिया। इसके बाद त्रिशा जॉली और गायत्री गोपीचंद की महिला युगल जोड़ी ने निर्णायक मुकाबला जीतकर भारत को सेमीफाइनल में पहुंचा दिया।

दिन के पहले मुकाबले में इशान भटनागर और तनीषा क्रेस्टो की मिश्रित युगल जोड़ी को हॉन्ग कॉन्ग के ली चुन ही रेजिनाल्ड और ट्ज़ यॉ एनजी से 24-26 17-21 की हार का सामना करना पड़ा। दूसरे मैच में विश्व नंबर 14 एनजी का लॉन्ग ने विश्व नंबर 11 लक्ष्य सेन को 20-22, 21-19, 21-18 से मात दे दी।

भारत टूर्नामेंट से बाहर होने की कगार पर था, लेकिन ध्रुव-चिराग की पुरुष युगल जोड़ी ने तांग चुन मान और युंग शिंग चोई पर 20-22 21-16 21-11 की जीत करके टीम की मुकाबले में वापसी करवा दी।

महिला एकल मुकाबले में सिंधु को संघर्ष करना पड़ा, लेकिन वह हॉन्ग कॉन्ग की सलोनी समीरभाई मेहता को 16-21, 21-7, 21-9 से हराने में सफल रहीं और स्कोर बराबर कर दिया। निर्णायक मुकाबले में त्रिशा-गायत्री की महिला युगल जोड़ी ने ट्ज़ यॉ एनजी और विंग युंग एनजी को आसानी के साथ 21-13, 21-12 से हराकर भारत को जीत दिला दी।

शनिवार को होने वाले सेमीफाइनल में भारत का सामना चीन से होगा।

लक्जर पेन के संस्थापक डीके जैन पर जारी हुआ डाक टिकट

नई दिल्ली। पायलट और पार्कर जैसे ब्रांड के पेन और कई प्रकार की अन्य लेखन सामग्री बनाने वाले लक्जर कंपनी समूह के संस्थापक डी के जैन के 80वें जयंती पर उनके सम्मान में डाक विभाग ने एक स्मारक डाक टिकट जारी किया है।

लक्जर समूह की एक विज्ञप्ति के अनुसार समूह वर्ष 2023 में अपनी स्थापना के 60 वर्ष पूरे कर रहा है।

श्री जैन को भारत में पेन और अन्य लेखन सामग्री उद्योग का पथ प्रदर्शक माना जाता है। उन्होंने 1961 में नयी दिल्ली में एक दुकान में हाथ से पेन जोडऩे की एक छोटी इकाई स्थापित की थी। उसमें केवल चार कर्मचारी थे। उन्होंने 1963 में लक्जर ब्रांड शुरू किया। यह समूह अब पार्कर, वाटरमैन और पायलट जैसे विश्व प्रसिद्ध ब्रांडों का स्वामी है और मेक-इन-इडिया का एक शानदार उदाहरण होने के साथ ही 106 देशों में व्यापार कर रहा है। श्री जैन का 2014 में निधन हुआ और उसके बाद समूह का नेतृत्व उनकी पत्नी उषा जैन (चेयरमैन), पुत्री पूजा जैन गुप्ता (प्रबंध निदेशक) कर रही हैं।

आईनॉक्सएपी ने होसुर में चालू किया नया तरल आक्सीजन संयंत्र

चेन्नई। तमिलनाडु के मुख्यमंत्री एम के स्टालिन ने होसुर में आईनॉक्स एयर प्रोडक्ट्स (आईनॉक्सएपी) द्वारा स्थापित एक नये अति शुद्ध तरल चिकित्सकीय ऑक्सीजन और औद्योगिक गैस संयंत्र का उद्घाटन किया।

कंपनी की एक विज्ञप्ति के अनुसार वहां सिपकॉट के फेज-दो में इस संयंत्र की क्षमता 200 टन प्रति दिन (टीपीडी) की

है। कुल 150 करोड़ रुपये की लागत से तैयार नये संयंत्र राज्य में 150 प्रत्यक्ष और अप्रत्यक्ष रोजगार के अवसर उत्पन्न होंगे।

आईनॉक्सएपी देश में औद्योगिक और चिकित्सा गैसों का भारत का सबसे बड़ा निर्माता है और 47 स्थानों पर इसके कुल मिला कर दैनिक 3400 टन तरल मेडिकल ऑक्सीजन उत्पादन क्षमता के एयर सेपरेशन संयंत्र हैं। इन्हें कंपनी ने 20 महीनों में चालू किया है। नए संयंत्र के साथ कंपनी तमिलनाडु में दैनिक 300 टन से अधिक तरल आक्सीजन का उत्पादन कर सकेगी। नया संयंत्र तमिलनाडु राज्य के 100 से अधिक अस्पतालों और विभिन्न उद्योगों की औद्योगिक गैसों की जरूरतों को पूरा करेगा।

कंपनी के निदेशक सिद्धार्थ जैन ने एक बयान में कहा कि वह कंपनी की इस परियोजना में स्टालिन सरकार के मिले समर्थन के लिए उनके आभारी हैं। उन्होंने कहा, होसुर में अल्ट्रा-हाई प्योरिटी तरल मेडिकल ऑक्सीजन और औद्योगिक गैस प्लांट का चालू होना देश के विकास की सेवा की हमारी यात्रा में हमारे लिए एक महत्वपूर्ण मील का पत्थर है।

खनिज उत्पादन दिसंबर में 10 प्रतिशत बढ़ा

नई दिल्ली। देश में खनिजों के उत्पादन में दिसंबर, 2022 में एक साल आधार पर 9.8 प्रतिशत वृद्धि दर्ज की गयी तथा चालू वित्त वर्ष 2022-23 में अप्रैल-दिसंबर की अवधि में खनिज उत्पादन इससे पिछले वर्ष की इसी अवधि की तुलना में 5.4 प्रतिशत ऊंचा रहा।

भारतीय खान ब्यूरो (आईबीएम) की ओर से शनिवार को जारी अनंतिम आंकड़ों में कहा गया है कि खनन और उत्खनन क्षेत्र के खनिज उत्पादन का सूचकांक (आधार: 2011-12=100) दिसंबर 2022 में के लिए 107.4 अंकों पर रहा, जो कि दिसंबर, 2021 के स्तर की तुलना में 9.8 प्रतिशत अधिक है।

दिसंबर, 2022 में कोयला 833 लाख टन, लिग्नाइट 35 लाख टन, प्राकृतिक गैस (उपयुक्त) 288.8 करोड़ घन मीटर, पेट्रोलियम (कच्चा) 25 लाख टन, बॉक्साइट 2272 हजार टन, क्रोमाइट 340 हजार टन, तांबा सान्द्र 10 हजार टन, सोना 174 किलोग्राम, लौह अयस्क 251 लाख टन, सीसा सांद्र 30 हजार टन, मैंगनीज अयस्क 307 हजार टन, जस्ता सांद्र 137 हजार टन, चूना पत्थर 355 लाख टन, फास्फोराइट 170 हजार टन, मैग्नेसाइट नौ हजार टन और हीरा उत्पादन 43 कैरेट रहा।

आंकड़ों के अनुसार दिसंबर, 21 की तुलना में दिसंबर, 22 के दौरान के दौरान सोना (64.2 प्रतिशत), फॉस्फोराइट (53.9 प्रतिशत), लौह अयस्क (19.5 प्रतिशत), चूना पत्थर (14.5), मैंगनीज अयस्क (12.8 प्रतिशत), कोयला (11.4 प्रतिशत), जस्ता सान्द्र (9.4 प्रतिशत), सीसा सान्द्र (4.5 प्रतिशत), तांबा सान्द्र (3.9 प्रतिशत) और प्राकृतिक गैस (2.6 प्रतिशत) का उत्पादन बढ़ा। इसके विपरीत पेट्रोलियम के उत्पादन में 1.2 प्रतिशत, बॉक्साइट (9 प्रतिशत), लिग्नाइट (10.7), क्रोमाइट (11.5 प्रतिशत), मैग्नेसाइट (22.5 प्रतिशत) और हीरा के उत्पादन में (38.6 प्रतिशत) प्रतिशत की गिरावट दर्ज की गयी।

तीसरी ई-नीलामी में 11.72 लाख टन गेहूं की पेशकश

नई दिल्ली। भारतीय खाद्य निगम (एफसीआई) ने तीसरी ई-नीलामी के जरिये देशभर में अपने 620 गोदामों से कुल 11.72 लाख टन गेहूं बेचने के लिए बोलियां आमंत्रित की है।

नीलामी 22 फरवरी को पूर्वाह्न 11 बजे होगी।

खाद्य एवं उपभोक्ता विभाग की जारी एक विज्ञप्ति के अनुसार जिन बोलीकर्ताओं ने 17 फरवरी पूर्वाह्न 10 बजे तक एम-जंक्शन के ई-पोर्टल पर अपना पंजीकरण करा लिया है, उन्हें इस नीलामी में शामिल होने की अनुमति मिलेगी। बयाना राशि जमा कराकर उसकी प्रति पोर्टल पर डालने के लिए 21 फरवरी अपराह्न ढाई बजे तक का समय है।

सरकार गेहूं और आटे का दाम कम रखने के लिए मंत्रियों के समूह की सिफारिश के आधार पर व्यापारियों और आटा मिलों को कुल 30 लाख टन गेहूं की नीलामी कर रही है। गेहूं की बिक्री के लिए लिए शुक्रवार को आरक्षित मूल्य को और कम कर अच्छे मानक का गेहूं 2150 रुपये प्रति क्विंटल और नरम क्वालिटी के गेहूं का आरक्षित मूल्य 2125 रुपये प्रति क्विंटल निर्धारित किया गया है।

पहली और दूसरी ई-नीलामी के दौरान कुल 12 लाख टन गेहूं बेचा गया, जिसमें से करीब नौ लाख टन माल उठाया जा चुका है। खुले बाजार में आवक बढऩे से गेहूं और आटे की कीमतों में कमी आई है।

प्रभास और दीपिका की प्रोजेक्ट-के की रिलीज डेट जारी

0 अमिताभ ने साझा किया पोस्टर

दीपिका पादुकोण और प्रभास की फिल्म प्रोजेक्ट के काफी समय से चर्चा में है। हैदराबाद में फिल्म की शूटिंग के दौरान सेट से इसकी कई खबरें सामने आई थीं। दर्शक भी प्रभास और दीपिका की जोड़ी को पहली बार पर्दे पर देखने के लिए उत्सुक हैं। पिछले महीने दीपिका के जन्मदिन के मौके पर फिल्म का पहला पोस्टर जारी किया गया था। अब फिल्म के नए पोस्टर के साथ इसकी रिलीज डेट की भी घोषणा कर दी गई है।

फिल्म में दीपिका और प्रभास के साथ महानायक अमिताभ बच्चन भी नजर आएंगे। अमिताभ ने रविवार को ट्विटर पर फिल्म का नया पोस्टर साझा किया। इस पोस्टर के साथ निर्माताओं ने फिल्म की रिलीज डेट का ऐलान कर दिया है। यह बहुप्रतिक्षित फिल्म अगले साल 12 जनवरी को रिलीज होगी। निर्माताओं ने रिलीज की घोषणा करने के लिए महाशिवरात्रि का खास मौका चुना। अमिताभ ने भी पोस्टर साझा करते हुए महाशिवरात्रि की शुभकामनाएं दीं।

रिलीज की घोषणा होते ही ट्विटर पर प्रभास और दीपिका छा गए। प्रशंसक उनकी आने वाली फिल्मों के बारे में भी चर्चा कर रहे हैं। बता दें, प्रभास की फिल्म आदिपुरुष 16 जून, 2023 को रिलीज होगी।

संजय लीला भंसाली की हीरामंडी की दिखीं पहली झलक, अभिनेत्रियों के चेहरे से उठा पर्दा

संजय लीला भंसाली की वेब सीरीज हीरामंडी लंबे समय से चर्चा में थी। इस सीरीज में सिनेमा जगत की कई अभिनेत्रियां नजर आने वाली हैं। हीरा मंडी की स्टारकास्ट को लेकर तरह-तरह की खबरें आती रहती थीं, जिससे सीरीज को लेकर दर्शकों की उत्सुकता बनी हुई थी। आखिरकार इसकी पहली झलक दर्शकों को देखने को मिल गई है। शनिवार को नेटफ्लिक्स ने शो का टीजर जारी कर दिया है, जिसमें सभी अभिनेत्रियां बेहद खूबसूरत नजर आ रही हैं।

शनिवार को नेटफ्लिक्स ने शो के दो पोस्टर और दो टीजर जारी किए। टीजर में मनीषा कोइराला, अदिति राव हैदरी, सोनाक्षी सिन्हा, शर्मिन सहगल, ऋचा चड्ढा और संजीदा शेख बेहद खूबसूरत गेटअप में नजर आ रही हैं।

आज का राशिफल

मेष : आज आपका दिन सामान्य रहेगा। आपका वैवाहिक जीवन सुखमय रहेगा, जीवनसाथी के साथ मधुरता बनी रहेगी। स्टूडेंट्स की पढ़ाई के प्रति रुचि बढ़ेगी। आज आप बहुत व्यस्त रह सकते हैं।

वृष : आज आपका दिन उत्तम रहेगा। कोई ऐसा काम आपके पास आएगा, जिससे आपको धन लाभ हो सकता है। इससे आपकी आर्थिक स्थिति पहले से और बेहतर हो जायेगी।

मिथुन : आज आपका दिन बेहतरीन रहेगा। किसी निजी काम को पूरा करने के लिए बड़े-बुजुर्ग की राय मानना आपके लिए कारगर साबित होगा। घर में बच्चों की बर्थडे पार्टी का आयोजन कर सकते हैं। घर पर कुछ मेहमान आ सकते हैं, जिससे घर में रौनक बनी रहेगी।

कर्क : आज आपका दिन शानदार रहेगा। किसी जरूरी काम से की गई यात्रा लाभदायक हो सकती है। आपका व्यवहार दूसरों को प्रभावित कर सकता है। हर तरह के मामलों में आप शांत मन से विचार करेंगे। भविष्य में होने वाले किसी काम की तैयारी शुरू कर सकते हैं।

सिंह : आज आपका दिन मनोनुकूल रहेगा। कार्यक्षेत्र में कोई महत्वपूर्ण फैसला लेने से आपको फायदा होगा। किसी अनुभवी की मदद से आपको धन लाभ की प्राप्ति होगी। पहले किए गये कामों से आपको लाभ होगा।

कन्या : आज आपका दिन ठीक-ठाक रहेगा। कोई काम पूरा होने में थोड़ी परेशानी आ सकती है। किसी अनुभवी की मदद आपके लिए फायदेमंद साबित हो सकती है। समाज के लोग आपके पक्ष में रहेंगे। दोस्तों का भी आपको भरपूर सहयोग मिलेगा।

तुला : आज आपका दिन पहले की अपेक्षा अच्छा रहेगा। किसी सहकर्मी से जरूरी काम पर रोचक चर्चा हो सकती है। दूसरों की राय आपके लिए कारगर साबित होगी। जीवनसाथी के साथ आपके संबंध मजबूत होंगे।

वृश्चिक : आज आपका दिन शानदार रहेगा। बच्चों के साथ घर पर समय बिताएंगे जिससे आपका मन प्रसन्न रहेगा। परिवार में खुशी का माहौल बना रहेगा। इसके अलावा ऑफिस में सहयोगी आपके काम से काफी प्रभावित होंगे।

धनु : आज आपका दिन ठीक-ठाक रहेगा। इस राशि के नौकरी करने वालों के लिए दिन सामान्य रहने वाला है। ऑफिस में काम ज्यादा हो सकता है। आर्थिक स्थिति में कुछ सुधार हो सकता है।

मकर : आज आपका दिन सामान्य रहेगा। परिवार के सभी सदस्य आपसे खुश रहेंगे। आपकी सेहत सुधार के प्रयास थोड़े उतार-चढ़ाव के साथ सफल होंगे। ऑफिस में टीम मेंबरों से मधुरता बनाए रखें ।गुस्से पर कंट्रोल रखें।

कुंभ : आज आपका दिन फायदेमंद रहेगा। धन लाभ के नये रास्ते खुले नजर आएंगे। ऑफिस में कोई ऐसा काम आपको मिल सकता है, जिसके लिए आप बहुत दिनों से उत्सुक थे।

मीन : आज आर्थिक रूप से आपकी प्रगति होना तय है। जीवन में धन लाभ के नये अवसर आयेंगे। रूके हुये काम पूरे होने पर आपको खुशी का अनुभव होगा। सामाजिक कार्यों में आप बढ़-चढ़ कर हिस्सा लेंगे। घर पर अचानक कुछ रिश्तेदार आ सकते हैं।

बनाएं इमली और प्याज की स्वादिष्ट चटनी

इमली और प्याज की चटनी बहुत ही लजीज होती है। आप इसे गरमागरम पराठे या चाट के साथ सर्व कर सकते हैं।

सामग्री :

बारीक कटा हुआ 1 प्याज, 3 टेबल स्पून इमली, 1 टी स्पून चीनी स्वादानुसार, 1 टी स्पून काला नमक, 1 टी स्पून लाल मिर्च, एक चुटकी काली मिर्च, नमक स्वादानुसार

विधि :

- सबसे पहले इमली को पानी में 1-2 घंटे के लिए भिगो दें।
- इसके बाद गूदे को अलग निकाल दें और पानी को अलग करें।
- इसमें लाल मिर्च, काला नमक, भुना जीरा पाउडर, काली मिर्च और हल्की सी चीनी मिलाएं।
-फिर इस मिश्रण में इमली का गूदा मिलाएं, तैयार है स्वादिष्ट चटनी।

शब्द सामर्थ्य- 347

बाएं से दाएं

1. याद, स्मरण 3. अग्नि, आग, पवित्र करने वाला 6. गौ जाति का नर 8. निशाचर, रात में विचरण करने वाला 10. मुस्कुराहट, तबस्सुम 11. खारा, नमक के स्वाद जैसा 14. मुख्यभाग, निचोड़ 16. पिंडली व एड़ी के बीच की दोनों ओर उभरी हड्डी, गुल्फ 18. अद्भूत, विचित्र 21. सम्राट, बादशाह, नरेश 22. कृति, निर्माण करना, बनाना 23. बड़ी थाली 24. समूह, दल 26. एहसानमंद, कृतज्ञ 27. ध्वनि, सदा 28. श्रीकृष्ण के बड़े भाई, हलधर।

ऊपर से नीचे

2. अपमान, अनादर, अवज्ञा 3. जल, नीर, अम्बु 4. वाणी, वादा, कथन 4. कर्म शब्द का अपभ्रंश, भाग्य 7. लकड़ी का घूमने वाला एक गोल खिलौना, बिजली का बल्ब 9. लोग, प्रजा 10. यात्री, राही, पथिक 12. कीड़ा 13. चोचला, अदा 15. दंड 17. अवैध, अनुचित 18. जो आधिकारिक न हो, जो अधिकार प्राप्त न हो 19. जैसा होना चाहिए ठीक वैसा, सत्यपरक, वाजिब 20. ताकत, शक्ति 24. प्रश्न, समस्या 25. घटना, घटना का वर्णन 26. एक प्रसिद्ध पक्षी जो रात में विचरण करता है, लक्ष्मीजी की सवारी 27. पानी, चमक।

शब्द सामर्थ्य क्रमांक 346 का हल

सू-दोकू- 347

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

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 रख 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.346 का हल

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