संपादकीय

विनिवेश पर भरोसा

आखिरकार आर्थिक सुस्ती से निपटने के लिये बड़ी पहल करते हुए मोदी सरकार ने अब तक के सबसे बड़े विनिवेश की घोषणा कर दी है। सरकार ने भारत पेट्रोलियम समेत पांच सरकारी कंपनियों की हिस्सेदारी बेचने का फैसला किया है। प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी की अध्यक्षता में बुधवार को हुई आर्थिक मामलों की कैबिनेट कमेटी यानी सीसीईए ने सरकार के फैसले पर मोहर लगा दी। सरकार का कहना है कि इस विनिवेश के जरिये सरकार सामाजिक योजनाओं के लिये अतिरिक्त धन जुटायेगी। दरअसल, विकास दर में दर्ज की जा रही गिरावट और मंदी की आहट के बीच अंतर्राष्ट्रीय रेटिंग एजेंसियों ने हाल ही में भारत की अंतर्राष्ट्रीय रेटिंग को गिराया था। नि:संदेह इस तरह के निर्धारण से देश में विदेशी निवेश पर प्रतिकूल असर पड़ने की आशंकाएं जतायी जा रही थीं। घरेलू मोर्चे पर रोजगार सृजन और आर्थिकी को गति देने के लिये संसाधन जुटाने के लिये आखिरकार सरकार ने विनिवेश का सहारा लिया। इस फैसले के तहत सरकार बीपीसीएल में अपनी 53.29 फीसदी हिस्सेदारी बेचेगी। वहीं कई अन्य उपक्रमों में सरकार अपनी हिस्सेदारी 51 फीसदी से कम करने का मन बना रही है। बीपीसीएल के अलावा सरकार ने शिपिंग कार्पोरेशन ऑफ इंडिया, कोनकोर, टेहरी हाइड्रोइलेक्ट्रिक डेवलपमेंट कार्पोरेशन यानी टीएचडीसीआईएल और नार्थ ईस्टर्न इलेक्ट्रिक पावर कॉर्पोरेशन लिमिटेड में रणनीतिक विनिवेश करने का फैसला लिया है। वहीं असम स्थित नुमालीगढ़ रिफाइनरी किसी सरकारी कंपनी को ही बेची जाएगी। सरकार कह रही है कि उसका विनिवेश का तरीका पहले से भिन्न होगा। उसका कहना है कि नमालीगढ़ रिफाइनरी की हिस्सेदारी किसी सरकारी तेल-गैस क्षेत्र की कंपनी को ही दी जायेगी। इस प्रकार विनिवेश के बाद भी यह कंपनी सार्वजनिक उपक्रमों की श्रेणी में बनी रहेगी। बहरहाल, विनिवेश के बाद पांचों कंपनियों का प्रबंध नियंत्रण सरकार के पास नहीं रहेगा।

वहीं दूसरी ओर सरकार ने इस दिशा में आगे बढ़ते हुए कुछ और सार्वजनिक उपक्रमों में अपनी 51 फीसदी हिस्सेदारी को कम करने का मन बनाया है। कोशिश है कि इसके बावजूद इनका प्रबंधन सरकार के हाथ में बना रहे। इसमें दो राय नहीं कि सरकार देश में आर्थिक गतिविधियों में तेजी लाने के मकसद से ही यह कदम उठा रही है। सरकार ने इस बात की भी कोशिश की है कि कुछ महत्वपूर्ण सार्वजनिक उपक्रम ही विनिवेश प्रक्रिया में भूमिका निभाएं। मसलन नेशनल थर्मल पावर कॉर्पोरेशन यानी एनटीपीसी टीएचडीसीआईएल की हिस्सेदारी खरीदे। साथ ही नार्थ ईस्टर्न इलेक्ट्रिक पावर कॉर्पोरेशन लिमिटेड यानी नीपको में भी एनटीपीसी सरकारी हिस्सेदारी खरीद ले। इससे अपरोक्ष रूप से इन कंपनियों में सरकारी नियंत्रण बना रहेगा और वित्तीय संसाधन भी अर्थव्यवस्था को गति देने के लिये जुटा लिये जाएंगे। वहीं सरकार ने इंडियन ऑयल में प्रबंधन पर नियंत्रण रखते हुए अपनी हिस्सेदारी को 51 फीसदी से कम करने का निर्णय लिया है। दरअसल, सरकार ने वित्तीय वर्ष 2019-20 में विनिवेश के जरिये 1.05 लाख करोड़ रुपये जुटाने का लक्ष्य रखा है। जबकि अब तक 17365 करोड़ रुपये जुटाये जा चुके हैं। हालांकि, कांग्रेस पार्टी की तरफ से सरकार के फैसले की आलोचना करते हुए संसद में इसे देश के हितों से टकराव बताया गया है, मगर देश के मौजूदा आर्थिक हालात में कुछ ऐसे बड़े कदम उठाना समय की मांग भी थी।

फोर्जिंग और ऑटो कॉम्पोनेंट उद्योग में हो सकती है व्यापक छंटनी

नईदिल्ली (आरएनएस)। त्योहारी सीजन में यात्री वाहनों की बिक्री में कुछ बढोतरी देखे जाने के बावजूद यह उद्योग अब तक पटरी पर नहीं लौट पाया है और ऑटोमोबाइल उद्योग में महत्वपूर्ण भूमिका निभाने वाले फोर्जिंग उद्योग और असली कलपुर्जे बनाने वाले उद्योग की स्थिति में भी कोई सुधार नहीं हो रहा है जिसके कारण इस क्षेत्र की कंपनियों पर नौकरियां कम करने का भारी दबाव बढ़ रहा है।

भारत में फोर्जिंग उद्योग से जुड़ी 250 से अधिक कंपनियों का प्रतिनिधित्व करने वाली इस क्षेत्र की सबसे बड़ी संस्था एसोसिएशन ऑफ इंडियन फोर्जिंग इंडस्ट्री (एआईएफआई) ने वाहन उद्योग से नए ऑर्डरों में कमी पर चिंता जताई है। कम होती ऑटोमोबाइल बिक्री के कारण आई गिरावट के चलते, फोर्जिंग उद्योग को मांग में आ रही तेज गिरावट के असर का सामना करना पड़ रहा है जिसके कारण उत्पादन में भारी कटौती हुई है। भारतीय फोर्जिंग उद्योग मुख्य रूप से 57 अरब डॉलर के देश के ऑटोमोटिव उद्योग को सेवायें प्रदान करता है, जो कि फोर्जिंग उद्योग के उत्पादन का 60 से 70 प्रतिशत हिस्सा होता है। ऑटो सेक्टर में चल रही मंदी के कारण फोर्जिंग उद्योग की मांग में 25 से30 प्रतिशत की औसत गिरावट देखी गई है। एआईएफआई के अध्यक्ष एस मुरलीशंकर ने यहां कहा कि हाल के त्योहारों के दिनों में कुछ कार कंपनियों ने रिटेल स्तर पर बिक्री में वृद्धि दर्ज की है। इसके परिणामस्वरूप, डीलर के स्तर पर इन्वेंट्री का निपटारा किया गया। त्योहारों के दिनों के आँकड़े स्पष्ट रूप से होलसेल बिक्री की तुलना में ज्यादा रिटेल बिक्री दर्शा रहे हैं। यह वृद्धि पिछली दो तिमाहियों के दौरान बिक्री में आयी कमी के बाद आयी है, जो कि इन्वेंट्री को समाप्त करने में मददगार हुआ है।

सरकार की आईबीसी में संशोधन की योजना

नई दिल्ली (आरएनएस)। सरकार दिवाला एवं ऋ णशोधन अक्षमता संहिता (आईबीसी) में संशोधन करने की योजना बना रही है। इसके तहत नीलामी में संपत्तियां खरीद रही कंपनियों को पूर्व प्रवर्तकों के वित्तीय अपराधों के मुकदमे से छूट दी जा सकती है। सूत्रों ने कहा कि यह कदम बोली लगाने वाली कंपनियों के लिये दिवाला एवं ऋणशोधन प्रक्रिया को आकर्षक बनायेगा। इससे दिवाला एवं ऋणशोधन अक्षमता संहिता के तहत समाशोधन प्रक्रिया में निवेशकों का भरोसा भी बढ़ेगा। सरकार संसद के शीतकालीन सत्र में आईबीसी 2016 के संशोधन का विधेयक पेश कर सकती है। सरकार ऐसे समय में यह योजना बना रही है जब आईबीसी के तहत नीलाम हो रही संपत्तियों के बोली लगाने वाली कई कंपनियों ने पूर्व प्रवर्तकों के खिलाफ चल रहे मामलों में फंसने को लेकर चिंताएं जाहिर की हैं। सूत्रों ने कहा कि आईबीसी के तहत समाशोधन प्रक्रिया से गुजर रहे अधिकांश मामलों में जांच जारी है। एक अधिकारी ने कहा, ''हम एक ऐसी व्यवस्था पर काम कर रहे हैं जिसके तहत पूर्व प्रबंधन द्वारा उठाये गये कदमों के कारण कानूनी प्रक्रिया में फंसी कंपनी को खरीदने वालों को मुकदमे से छूट दी जा सकती है।''

आईएसएल-6 : आज एटीके को रोकने उतरेगी ओडिशा

पुणे। ओडिशा एफसी इंडियन सुपर लीग (आईएसएल) के छठे सीजन में आज यहां श्री शिव छत्रपति स्पोर्ट्स कॉम्पलेक्स में एटीके से भिड़ेगी। ओडिशा का इस सीजन में अपने नए घर में यह पहला मैच होगा। जोसेफ गोम्बाउ की टीम ओडिशा छठे सीजन में चार मैचों में चार अंकों के साथ अंकतालिका में छठे नंबर पर है। टीम ने अब तक छह गोल किए हैं और छह गोल खाए हैं। गोम्बाउ ने इंटरनेशनल ब्रेक के दौरान अपनी टीम के साथ काफी काम किया है।

लीग में शुरुआती दो मैचों में मिली हार के बाद ओडिशा ने मुंबई सिटी एफसी के खिलाफ महत्वपूर्ण जीत दर्ज की और फिर इसके बाद उसने केरला ब्लास्टर्स को ड्रॉ पर रोक दिया।

दूसरी तरफ, एटीके की टीम ने ब्रेक पर जाने से पहले लगातार तीन मैच जीते थे और अब टीम अपनी उस लय को कायम रखना चाहेगी। रॉय कृष्णा और डेविड विलियम्स ने एटीके के लिए अब तक शानदार प्रदर्शन किया है। दोनों खिलाड़ी लीग में अब तक मिलकर छह गोल दाग चुके हैं।

ओडिशा की डिफेंस को एटीके की प्रतिभाशाली फारवर्ड के सामने अपना बेस्ट देना होगा। इस मैच में एटीके को मिडफील्डर प्रणॉय हल्दर की सेवाएं नहीं मिल पाएंगी। हल्दर ओमान के खिलाफ खेले गए फीफा विश्वकप चालीफायर मैच में चोटिल हो गए थे। एटीके के पास परिस्थितियों के अनुसार मैच खेलने की क्षमता है। घर से बाहर चेन्नइयन एफसी के खिलाफ उसने काउंटर हिट को प्राथमिकता दी जबकि घरेलू मैचों में उसने फ्रंट फुट पर खेलना उचित समझा।

टोक्यो ओलंपिक-2020 : भारतीय पुरुष और महिला टीम पूल-ए में शामिल

नई दिल्ली। जापान की राजधानी टोक्यो में अगले साल होने वाले ओलंपिक खेलों के लिए भारत की पुरुष और महिला हॉकी टीमों को पूल-ए में शामिल किया गया है। अंतर्राष्ट्रीय हॉकी महासंघ (एफआईएच) ने एक बयान में इसकी जानकारी दी। दुनिया की नौवें नंबर की टीम भारतीय महिला हॉकी टीम ने इसी महीने भुवनेश्वर के कलिंगा स्टेडियम में अमेरिका को 6-5 के एग्रीगेट स्कोर से हराकर टोक्यो ओलंपिक-2020 के लिए चालीफाई किया है।

पूल-ए में भारतीय महिला हॉकी टीम के अलावा मौजूदा चैंपियन ग्रेट ब्रिटेन और दुनिया की नंबर एक टीम नीदरलैंड्स को भी रखा गया है। इसके अलावा पूल-ए में जर्मनी, आयरलैंड और दक्षिण अफ्रीका भी शामिल हैं।

वहीं, पूल-बी में आस्ट्रेलिया, अर्जेंटीना, न्यूजीलैंड, स्पेन, चीन और मेजबान जापान की टीमें शामिल हैं।

महिला टीम के अलावा भारतीय पुरुष टीम को भी पूल-ए में ही रखा गया है। दुनिया की पांचवें नंबर की भारतीय पुरुष हॉकी टीम ने इसी महीने भुवनेश्वर के कलिंगा स्टेडियम में रूस को 11-3 के एग्रीगेट स्कोर से हराकर ओलंपिक के लिए चालीफाई किया है।

पूल-ए में भारतीय पुरुष टीम के अलावा मौजूदा चैंपियन अर्जेंटीना और दुनिया की नंबर एक टीम आस्ट्रेलिया को भी शामिल किया गया है। इसके अलावा स्पेन, न्यूजीलैंड और मेजबान जापान की टीमें भी इसी पूल में है।

पूल-बी में बेल्जियम, नीदरलैंड्स, जर्मनी, ग्रेट ब्रिटेन, कनाडा और दक्षिण अफ्रीका को जगह मिली है।

एफआईएच ने एक बयान में कहा, पूल का निर्धारण करने के लिए वही प्रक्रिया अपनाई गई है जो रियो ओलंपिक-2016 में अपनाई गई थी। टॉप-16 रैंक की सभी टीमें इसमें शामिल हैं, इसलिए फैन्स टोक्यो में अगले साल कड़े मुकाबले देख सकते हैं।

टोक्यो ओलंपिक-2020 में हॉकी के मुकाबले 25 जुलाई से सात अगस्त तक ओआई हॉकी स्टेडियम में खेले जाएंगे।

रिलायंस कम्यूनिकेशंस के कर्जदाताओं ने कंपनी से अनिल अंबानी के इस्तीफे को किया नामंजूर

नईदिल्ली (आरएनएस)। दिवाला समाधान प्रक्रिया के तहत चल रही निजी क्षेत्र की दूर संचाकार कंपनी रिलायंस कम्यूनिकेशंस के कर्जदाताओं ने चेयरमैन अनिल अंबानी तथा चार अन्य निदेशकों का कंपनी से इस्तीफा नामंजूर कर दिया और उन्हें जारी दिवाला एवं ऋणशोधन प्रक्रिया में सहयोग करने का निर्देश दिया। कंपनी ने रविवार को बीएसई को इसकी जानकारी दी।

अंबानी समेत कंपनी के चार निदेशकों रायना करानी, छाया विरानी, मंजरी काकेर तथा सुरेश रंगाचार ने इस महीने की शुरुआत में कंपनी से इस्तीफा दे दिया था। कंपनी ने बाजार को बताया है कि उसके कर्जदाताओं की समिति की 20 नवंबर को बैठक हुई। समिति ने एकमत से यह निर्णय किया कि ये इस्तीफे स्वीकार नहीं किये जा सकते। आर कॉम के संबंधित निदेशकों को बताया जा रहा है कि उनके इस्तीफे स्वीकार नहीं किये गये हैं और उन्हें आर कॉम के निदेशक के नाते दायित्वों व जिम्मेदारियों का निर्वहन जारी रखने का सुझाव दिया जाता है।

कई हेल्थ बेनिफिट्स के साथ सेक्स ड्राइव भी बढ़ाता है अनार का जूस

दिन की शुरुआत करने का सबसे अच्छा तरीका क्या है? कुछ लोगों के लिए वर्काउट, कुछ के लिए मेडिटेशन और ऐसा ही बहुत कुछ। लेकिन हेल्दी ब्रेकफास्ट और ग्लास भर जूस दिन की बेहतरीन शुरुआत दे सकता है।

ओवरऑल हेल्थ सुधरने के साथ बढ़ती है लिबिडो- क्या आपको पता है कि एक ग्लास अनार का जूस आपकी सेक्शुअल ड्राइव बढ़ा सकता है! जी हां यह सच है और कुछ स्टडीज की मानें तो अनार का जूस पीने वालों की ओवरऑल हेल्थ और लिबिडो में सुधार देखा गया।

पहले भी होता था इस्तेमाल- पुराने समय में इसको नैचर ऐफ्रोडिसिऐक (प्राकृतिक रूप से सेक्स ड्राइव बढ़ाने वाला) के रूप में इस्तेमाल किया जाता था। एक ग्लास अनार का जूस न सिर्फ आपकी सेक्स करने की इच्छा बढ़ाता है बल्कि आपकी याद्दाश्त और मूड भी अच्छा करता है।

सुपरफूड- अनार में ऐंटीऑक्सिडेंट्स, पॉलिफिनॉल्स, विटमिन सी होते हैं साथ ही इसमें ऐंटी-इनफ्लेमेटरी और ऐंटी बैक्टीरियल गुण भी होते हैं। इन सारे हेल्थ बेनिफिट्स के अलावा इसे सुपरफूड भी माना जाता है।

क्या कहती है रिसर्च- एडिनबर्ग की क्वीन मार्गरेट यूनिवर्सिटी की रिसर्च के मुताबिक, जिन लोगों ने इस जूस को डेली पिया उनमें टेस्टोस्टेरॉन का लेवल बढ़ा पाया गया। यह स्टडी 58 लोगों पर किया गया इसमें दोनों जेंडर के लोग थे, इनकी उम्र 21 से 64 साल थी।

अच्छी होती है आवाज- इन सबके अलावा यह भी देखा गया कि अगर इसे रोजाना पिया जाए तो पुरुषों की आवाज अच्छी होती है साथ ही फेशल हेयर की ग्रोथ भी बढ़ती है। वहीं महिलाओं में सेक्स ड्राइव बढ़ने के अलावा इससे हड्डियां और मसल्स मजबूत होती हैं।

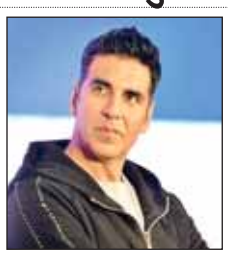
द बॉडी से हिंदी फिल्मों डेब्यू करेगी वेदिका कुमार

इमरान हाशमी की आने वाली हॉरर फिल्म द बॉडी में उनके साथ एक नई अदाकारा दिखाई देंगी जिनका नाम वेदिका कुमार है। वेदिका भले ही हिंदी फिल्मों में अब डेब्यू कर रही हों लेकिन वह साउथ की फिल्मों का एक जाना-पहचाना चेहरा हैं। विदिका का जन्म महाराष्ट्र की एक कन्नड़ फैमिली में हुआ। विदका ने किशोर नमित कपूर स्कूल से ऐक्टिंग की ट्रेनिंग ली है। फिल्मों में आने से पहले वेदिका मॉडलिंग में ऐक्टिव रही हैं। वेदिका ने तमिल फिल्म मद्रासी से फिल्मों में डेब्यू किया

था। वेदिका कुमार ने तमिल के अलावा मलयालम, कन्नड़ और तेलुगू फिल्मों में भी काम किया है। वेदिका ने अब तक लगभग 20 फिल्मों में काम किया है और द बॉडी उनकी पहली फिल्म है। वेदिका को फिल्म इंडस्ट्री में अपने बेहतरीन लुक के लिए जाना जाता है। वेदिका केवल वेस्टर्न ड्रेसेज में ही नहीं बल्कि भारतीय परिधानों में भी अच्छी लगती हैं। वेदिका सोशल मीडिया पर काफी ऐक्टिव रहती हैं और अक्सर अपनी तस्वीरें शेयर करती रहती हैं। वेदिका तमिल के अलावा कन्नड़, मलयालम, तेलुगू, हिंदी और अंग्रेजी बोल सकती हैं। वेदिका को फिल्मों में अपनी परफॉर्मेंस के लिए कई अवॉर्ड्स मिल चुके हैं।

भागमती का रीमेक बनायेंगे अक्षय कुमार

बॉलीवुड के खिलाड़ी कुमार सुपरहिट तेलुगू फिल्म 'भागमती' का रीमेक बनाने जा रहे हैं। बॉलीवुड में चर्चा है कि अक्षय कुमार सुपरहिट तेलुगू फिल्म भागमती का हिंदी रीमेक बनाने जा रहे हैं। अक्षय, विक्रम मल्होत्रा के साथ मिलकर फिल्म का सह-निर्माण करेंगे। कहा जा रहा है कि फिल्म में लीड रोल्स के लिए भूमि पेडनेकर और आर माधवन को फाइनल कर लिया गया है। फिल्म का निर्देशन जी अशोक ही करेंगे, जिन्होंने मूल फिल्म को निर्देशित किया था। अक्षय के फिल्म में कैमियो करने की भी चर्चा है। गौरतलब है कि वर्ष 2018 में प्रदर्शित भागमती हॉरर सस्पेंस थ्रिलर फिल्म है, जिसमें अनुष्का शेट्टी ने फीमेल लीड रोल निभाया था। यह फिल्म बॉक्स ऑफिस पर हिट रही थी। फिल्म में अनुष्का शेट्टी का किरदार चंचला नाम की आईएएस अधिकारी का था, जो एक आत्मा के शिकंजे में फंस जाती है। कहानी में ऐसे ट्विस्ट आते हैं, जिन्हें जानकर दर्शक हैरान रह जाएंगे।



आज का राशिफल

मेष:- किसी वाद विवाद को पकड़कर आपको अपने सहयोगियों और वरिष्ठ अधिकारियों से ज्यादा तर्क-वितर्क नहीं करना चाहिए।

वृषभ:- आज का दिन आपके लिए अच्छा होगा, अचानक ही किसी जटिल काम के बन जाने से भाग्य की रुकावटें दूर होंगी।

मिथुन:- आपका काम करने का तरीका नया है। किसी भी जटिल कार्य को आसानी से पूरा कर देने में आपको ज्यादा वक्त नहीं लगता है।

कर्क:- किसी भारी काम का बोझ आज आपके ऊपर आ सकता है इसके लिए हो सकता है कि आपको अपने काम से छुट्टी लेनी पड़े।

सिंह:- किसी अच्छे अधिकार क्षेत्र में घुसकर अपना वर्चस्व कायम रखना आपकी पुरानी आदत है। कभी-कभी इसके कारण आप लोगों के बीच में आलोचना का शिकार भी हो सकते हैं।

कन्या:- हो सकता है आजकल आपको कोई ज्यादा महत्वपूर्ण और जरूरी काम सौंप दे, लेकिन आपको बिना किसी शंका और विचार के अपने कर्तव्य पर व्यस्त रहना चाहिए।

तुला:- आज सुबह से ही कुछ अजीब सा माहौल आपके आगे पीछे बना रहेगा। घर के दैनिक कार्य भी कुछ अटकलों के बाद ही पूरे हो रहे हैं।

वृश्चिक:- कई बार आप न चाहते हुए भी ऐसे दौर में फंस जाते हैं जहां से निकलने पर काफी जद्दोजहद करी पड़ती है।

धनु:- शेयर बाजार के चक्कर में पड़कर आपने काफी धन नष्ट कर दिया है। यदि धन कमाने के ये जोखिम भरे कदम सभी को रास आते तो लोग मेहनत मजदूरी क्यों करते।

मकर:- आज आपके अन्दर खूब सारी एनर्जी और उत्साह का संचार होगा। छुट्टी के बावजूद खूब सारा काम निपटा देने की इच्छा करेगी।

कुंभ:- लंबे समय संघर्ष करने के बाद अब आपको लगेगा कि कहीं बैठकर एकांत में कुछ समय गुजारना चाहिए।

मीन:- धन कमाने के लिए कई प्रकार के रास्ते आपको नजर आएंगे। आपके सहयोगी और पार्टनर इस बात पर मतभेद रख सकते हैं कि कमाई करने के लिए कोई भी रास्ता बुरा नहीं है।

जानिए भरवां पनीर मिर्च बनाने कि विधि

आवश्यक सामग्री

200 ग्राम हरी अचारी मिर्च, 100 ग्राम पनीर, 1 टीस्पून जीरा, 1/2 कप प्याज (बारीक कटी हुई), 2 टेबलस्पून हरा धनिया, 1/2 टीस्पून लाल मिर्च पाउडर, 1 टेबलस्पून चाट मसाला, नमक स्वादानुसार, तेल

विधि

भरवां पनीर मिर्च (Bharwa paneer mirch) बनाने के लिए सबसे पहले मिर्च को धोकर पानी सुखा लें.

अब मिर्च के बीच में चीरा लगाकर सारे बीज हटाकर अलग कर दें.

मीडियम आंच पर पैन में तेल गर्म होने के लिए रख दें. इसमें जीरा तड़काएं.

अब पनीर डालकर हल्का भून लें. पनीर को हल्का ठंडा कर के मैश कर लें.

इसमें प्याज, नमक, लाल मिर्च पाउडर, हरा धनिया, चाट मसाला डालकर अच्छी तरह से मिक्स कर लें और स्टफिंग तैयार कर लें.

सभी मिर्चों में पनीर स्टफिंग को भर दें. दूसरी तरफ मीडियम आंच पर तवे/पैन/कड़ाही पर थोड़ा तेल गर्म होने के लिए रख दें.

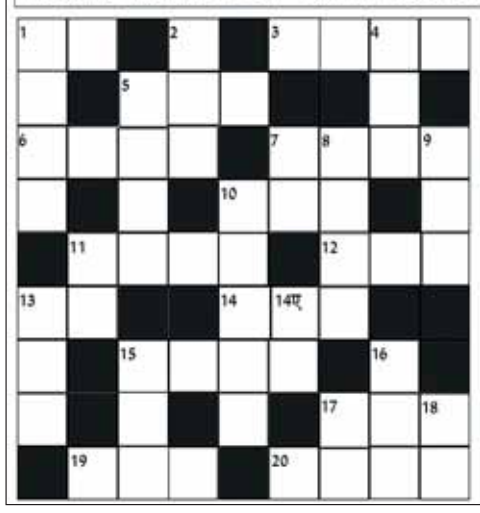
मिर्च को एक तरफ से हल्का ब्राउन होने तक तेल में फ्राई कर लें, ध्यान रहे मिर्च को पलटना नहीं हैं वरना पनीर स्टफिंग निकल जाएगी. तैयार हैं भरवां पनीर मिर्च. इसे चटनी के साथ सर्व करें.

आप चाहें तो इन्हें बेसन के घोल में लपेट कर डीप फ्राई भी कर सकते हैं.

शब्द सामर्थ्य- 54

बाएं से दाएं
1. ठुड्डी पर के बाल, ठुड्डी, ठोढ़ी 3. विशेष और सामान्य (आदमी), आम और खास लोग (उ.) 5. इच्छा, हसरत, अभिलाषा 6. शारीरिक कोमलता, सुकुमारता (उ.) 7. सविनय, विनती पूर्वक 10. बिलख-बिलख कर रोना 11. कहानी, उपन्यास 12. कुशल, दक्ष, विशेषज्ञ 13. भार, दबाव 14. शुभ-अशुभ की पूर्व सूचना, शुभ अवसर पर होने वाला मंगल कार्य संबंधी गीत 15. एहसान, भलाई, हित 17. सूत काटने, लपेटने में काम आने वाली चर्खे से लगी सलाई 19. एक हिन्दी महीना, श्रावण 20. सप्ताह का एक दिन, बृहस्पतिवार।

ऊपर से नीचे
1. जंगल में लगी आग, दावाग्नि 2. मूल्य, दाम 4. स्वतंत्र, स्वाधीन 5. संकट, कष्ट, दर्द 7. लकड़ी, कन्या, कानों में पहनने का छल्ला, श्रेष्ठ 8. बेइज्जती, अनादार 9. शोभा, सुंदरता, बसंत ऋतु 10. तबाह करने वाला,विनाशक 11. इस समय 13. असुर, राक्षस, दैत्य 14 ए. गुरुमंत्र, बहुत अच्छी युक्ति 15. पर्व, त्यौहार 16. शिकायत, उलाहना, ग्लानि 17. वृक्ष, पेड़ 18. मुंह से निकलने वाला थूक जैसा पदार्थ।



शब्द सामर्थ्य क्रमांक 53 का हल

खा	म	खां			इं			
स	ह		ब	र	सा	त		प
	क	हा	नी		न	क	च	ढ़ा
त			स्व			ली		ई
क	या	म	त		क	फ	न	
दी		दीं		बा	बू		ह	वा
र	ह	ना		ल	त	खो	र	
	वा		नौ	क	र			सा
भा	ई		का			बा	द	ल

सू-दोकू- 54

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

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.53 का हल

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