दैनिक न्याय साक्षी

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

रायगढ़, शनिवार 10 अप्रैल 2021

www.nyaysakshi.com

संपादकीय

इस्तीफे के बाद

बाम्बे हाईकोर्ट की सख्त टिप्पणियों और अनिल देशमुख पर लगाये गये गंभीर आरोपों की सीबीआई से जांच कराने के आदेश के बाद आखिरकार गृहमंत्री पद से अनिल देशमुख ने त्यागपत्र दे दिया है जो उद्धव सरकार की मुश्किलें बढ़ाने वाला ही है। बेहतर होता कि जब एक जिम्मेदार अधिकारी पूर्व पुलिस कमिश्नर परमबीर सिंह ने देशमुख पर गंभीर आरोप लगाये थे तभी उन्हें नैतिक आधार पर इस्तीफा दे देना चाहिए था। ऐसे में सवाल उठना स्वाभाविक है कि क्या देशमुख के इस्तीफे के बाद उद्धव सरकार पर आंच आ सकती है। दरअसल, जब पूर्व पुलिस कमिश्नर ने गृहमंत्री देशमुख पर हर माह सौ करोड़ रुपये की उगाही का दबाव डालने का आरोप लगाया था तो पूरा देश राजनेताओं व पुलिस की जुगलबंदी से सकते में आ गया था। पहले सुरक्षित क्षेत्र माने जाने वाले मुकेश अंबानी के घर के बाहर विस्फोटक सामग्री से भरी कार बरामद होने के बाद जब पुलिस अधिकारी सचिन वाझे की गिरफ्तारी हुई तो कयास लगाये जा रहे थे कि सरकार में शामिल कुछ बड़े नाम एनआईए की जांच के दायरे में आ सकते हैं। सचिन वाझे मामले में अब रोज नये खुलासे हो रहे हैं तो कयास लगाये जा रहे हैं कि जाल में राजनीति के कुछ दिग्गज भी लपेटे में आ सकते हैं। इन दोनों मामलों में केंद्रीय एजेंसियों की सक्रियता से राज्य में कुछ नये चौंकाने वाले खुलासे हो सकते हैं। ये एजेंसियां केंद्रीय गृह मंत्रालय के अधीन काम करती हैं, इसलिये इस जांच का राजनीतिक एंगल भी हो सकता है। पहले से ही राज्य में शिवसेना के नेतृत्व वाली महाविकास अघाड़ी सरकार लंबे समय से भाजपा की राज्य इकाई के निशाने पर रही है। खासकर वर्ष 2019 में राज्य में उद्धव सरकार के बनने के बाद से ही दोनों दलों में छत्तीस का आंकड़ा रहा है। राज्य में कई मामलों में केंद्रीय एजेंसियां पहले ही जांच कर रही हैं, जिसमें अब देशमुख प्रकरण भी जुड़ गया है।

बहरहाल, इस मामले में जैसे-जैसे जांच बढ़ेगी, नये मामले मीडिया की सुर्खियां बनते रहेंगे। खासकर सचिन वाझे मामले में एनआईए की जांच भी आगे बढ़ेगी तो राज्य सरकार के कुछ नेता भी लपेटे में आ सकते हैं। भाजपा के नेता आरोप लगाते रहे हैं कि बिना राजनीतिक संरक्षण के सचिन वाझे की भूमिका का दायरा इतना बड़ा नहीं हो सकता। भाजपा की तरफ से आरोप है कि सचिन वाझे स्तर के अधिकारी को संचालित करने वाले लोग सरकार में शामिल हो सकते हैं। जैसे-जैसे जांच आगे बढ़ेगी, कुछ नये नामों का खुलासा भी हो सकता है। वहीं उद्धव सरकार में शामिल लोग केंद्र सरकार पर केंद्रीय एजेंसियों के दुरुपयोग के आरोप लगाते रहे हैं। सुशांत राजपूत मामले में भी ऐसे आरोप लगे थे कि केंद्र राज्य की पुलिस का मनोबल गिरा रहा है तथा अनावश्यक हस्तक्षेप कर रहा है। बहरहाल, हाईकोर्ट के आदेश के बाद अनिल देशमुख की उगाही प्रकरण में भूमिका की जांच होगी तो हो सकता है कुछ अन्य मामले भी जांच के दायरे में आयें। यह स्थिति राज्य सरकार को असहज करने वाली होगी। इससे पार्टी की साख पर भी आंच आयेगी। संभव है नया राजनीतिक नाटक सामने आये। वैसे कहना कठिन है कि जांच के बाद उगाही मामले में कुछ ठोस सामने आ पायेगा। दरअसल, अभी फिर से गृह मंत्रालय एनसीपी को दिया गया, ऐसे में उसके अधीन आने वाले अधिकारी पूर्व गृहमंत्री के खिलाफ सबूत देने सामने आयेंगे, कहना कठिन है। निस्संदेह, इस हाई प्रोफाइल मामले के नये खुलासे उद्धव सरकार के लिये मुश्किलें जरूर पैदा करेंगे। वैसे यह भी कहना कठिन है कि राज्य सरकार अपने पूर्व गृहमंत्री के खिलाफ जांच व कार्रवाई के लिये सीबीआई को कितना सहयोग देगी या नहीं देगी। फिर क्या उद्धव सरकार मंत्रियों व बड़े अधिकारियों के खिलाफ कार्रवाई की अनुमति देगी या नहीं। बहरहाल, इतना तो तय है कि राज्य की महाविकास अघाड़ी सरकार की छवि पर प्रतिकूल असर पड़ेगा। अब देखना होगा कि हाईकोर्ट के सीबीआई जांच आदेश के खिलाफ राज्य सरकार के सुप्रीम कोर्ट जाने से इस मामले में क्या मोड़ आता है।

सस्ते तेल के लिए अपने पुराने साथी के पास जाएगा भारत, केवल अमेरिका की झंडी का इंतजार

नईदिल्ली। ईरान पर अमेरिकी प्रतिबंधों से अगर ढील दी जाती है, भारत उसी समय वहां से तेल फिर से खरीदने पर विचार करेगा. इससे भारत को अपने आयात के स्रोत को विविध रूप देने में मदद मिलेगी. एक वरिष्ठ सरकारी अधिकारी ने यह कहा. ईरान पर अमेरिकी सरकार की पाबंदियों के बाद भारत ने 2019 के मध्य में वहां से तेल आयात रोक दिया.ईरान परमाणु समझौते को दोबारा से पटरी पर लाने के इरादे से अमेरिका और दुनिया के अन्य ताकतवर देशों की विएना में बैठक हो रही है. अधिकारी ने कहा, ''एक बार प्रतिबंध हट जाता है, हम ईरान से तेल आयात पर विचार कर सकते हैं.'' उसने कहा कि भारतीय रिफाइनरी कंपनियों ने इस संदर्भ में तैयारी शुरू कर दी है

वित्त वर्ष 2020-21 में इराक भारत का सबसे बड़ा तेल आपूर्तिकर्ता रहा. उसके बाद सऊदी अरब और संयुक्त अरब अमीरात का स्थान रहा. नाइजीरिया चौथे तथा अमेरिका का स्थान पांचवां था. अपनी जरूरतों का 85 प्रतिशत से अधिक आयात करता है. भारत एक समय ईरान का दूसरा सबसे बड़ा ग्राहक था. ईरान के कच्चे तेल से कई लाभ हैं. इसमें यात्रा मार्ग छोटा होने से माल ढुलाई लागत में कमी होती है तथा भुगतान के लिये लंबा समय मिलता है.

अमेरिका के पूर्व राष्ट्रपति डोनाल्ड ट्रंप के 2018 में ईरान पर पाबंदी लगाये जाने के बाद से वहां से निर्यात घटता चला गया पिछ्लेल दिनों पेट्रोलियम मंत्री धर्मेंद्र प्रधान ने कहा था कि वह कच्चे तेल की खरीद किसी ऐसे देश से करेगा, जो अनुकूल कारोबारी शर्तों के साथ सस्ती दरों की पेशकश करेगा. दुनिया के तीसरे सबसे बड़े तेल आयातक देश भारत की रिफाइनरी कंपनियां आपूर्ति में विविधीकरण के लिए पश्चिम एशिया के बाहर से अधिक तेल की खरीद कर रही हैं.

खाने का तेल और हुआ महंगा

नईदिल्ली । कोरोना काल में रोजगार के संसाधन सीमित हो जाने एवं सैलरी कटने के चलते जहां आमदनी कम हो गई है. वहीं खाने-पीने की चीजों में हो रही बेतहाशा वृद्धि से लोगों का मंथली बजट गड़बड़ा गया है. हाल ही में खाने के तेलों में हुई बढ़ोत्तरी से लोगों की मुसीबतें और बढ़ गई हैं. सरसों का तेल करीब 150 रुपए प्रति लीटर पहुंच गया है. इसी तरह सोया तेल में भी इजाफा हुआ है. ऐसे में एम्पॉर्ड ग्रुप ऑफ मिनिस्टर जल्दी ही खाद्य तेल में बढ़ोतरी की समीक्षा करने वाली है.

सरकारी सूत्रों के मुताबिक 1 साल में खाने के तेल की कीमतों में करीब 95 फीसदी तक का इजाफा देखने को मिला है. खाद्य मंत्रालय ने कुकिंग ऑयल की कीमतों की समीक्षा के लिए मंत्रियों के अधिकार प्राप्त समूह को एक प्रस्ताव भेजा है और जल्द ही एक बैठक बुलाने का कहा है. इसमें आयात शुल्क में कटौती का निर्णय लिया जा सकता है. बता दें कि नवंबर 2020 से खाद्य तेलों पर लागू आयात शुल्क को कम नहीं किया गया है. भारत खाद्य तेलों की अपनी 70 प्रतिशत मांग को पूरा करता है, जिसमें प्रमुख रूप से इंडोनेशिया और मलेशिया से पाम तेल आयात होता है. उम्मीद है कि आयात शुल्क में कटौती से उपभोक्ताओं के लिए खाद्य तेलों की कीमतें कम हो सकती है.

सरसों के तेल के अलावा सोयाबीन के तेल में भी वृद्धि देखने को मिली. इस साल अब तक सोयाबीन के दाम 40 फीसदी तक बढ़ चुके हैं. कम आपूर्ति और चीन की मांग में गिरावट ने कमोडिटी की दरों को बढ़ावा दिया है.

भुवनेश्वर, राजेश्वरी और पूनम आईसीसी प्लेयर ऑफ द मंथ के लिए नामित

नईदिल्ली। टीम इंडिया के तेज गेंदबाज भुवनेश्वर कुमार, महिला टीम की स्पिनर राजेश्वरी गायकवाड़ और बल्लेबाज पूनम राउत को अंतरराष्ट्रीय क्रिकेट परिषद (आईसीसी) के प्लेयर ऑफ द मंथ के लिए नामित किया गया है। भुवनेश्वर ने हाल ही में इंग्लैंड के खिलाफ तीन मैचों की वनडे सीरीज में 4.65 इकोनॉमी रेट से छह विकेट लिए थे जबकि पांच मैचों की टी20 सीरीज में चार विकेट झटके थे।

राजेश्वरी ने दक्षिण अफ्रीका के खिलाफ पांच मैचों की वनडे सीरीज में 3.56 के इकोनॉमी रेट से आठ विकेट लिए थे जबकि तीन मैचों की टी20 सीरीज में चार विकेट हासिल किए थे।पूनम ने दक्षिण अफ्रीका के खिलाफ सीरीज में 263 रन बनाए और वह वनडे सीरीज में भारत की ओर से शीर्ष स्कोरर रहीं। उन्होंने इस सीरीज में एक शतक और दो अर्धशतक जड़ा था।

कोविड-19 महामारी के दौरान भारत का ऋण-जीडीपी अनुपात 74 से 90 प्रतिशत हुआ

नईदिल्ली। अंतरराष्ट्रीय मौद्रिक कोष ने कहा है कि कोविड-19 महामारी के दौरान भारत का ऋण-जीडीपी अनुपात 74 प्रतिशत से बढ़कर 90 प्रतिशत हो गया और उम्मीद जताई की आर्थिक सुधार के साथ ही ये घटकर 80 प्रतिशत पर आ जाएगा। आईएमएफ के राजकोषीय मामलों के विभाग के उप निदेशक पाओलो मौरो ने कहा, भारत के मामले में, महामारी से पहले 2019 के अंत में ऋण अनुपात सकल घरेलू उत्पाद (जीडीपी) का 74 प्रतिशत था, और 2020 के अंत में ये बढ़कर जीडीपी का लगभग 90 प्रतिशत हो गया है।

उन्होंने आगे कहा, भारत के मामले में हमें उम्मीद है कि अर्थव्यवस्था में सुधार के साथ ऋण अनुपात धीरे-धीरे नीचे आएगा। मध्यम अवधि में स्वस्थ आर्थिक वृद्धि के साथ ये घटकर 80 प्रतिशत के स्तर तक आ सकता है। एक सवाल के जवाब में उन्होंने कहा कि सबसे पहली प्राथमिकता लोगों और कंपनियों के लिए मदद जारी रखने की है, और खासतौर से सबसे कमजोर लोगों की मदद करने पर ध्यान केंद्रित करना चाहिए। इसबीच आईएमएफ की प्रबंध निदेशक क्रिस्टालिना जॉर्जीवा ने कहा है कि दुनिया दूसरे विश्व युद्ध के बाद सबसे बड़ी वैश्विक मंदी से जूझ रही है।

उन्होंने आईएमएफ और विश्व बैंक की वार्षिक की शुरुआत में कहा कि आगे हालात बेहतर होने की उम्मीद है, क्योंकि लाखों लोगों को टीकाकरण और नीतिगत समर्थन से फायदा मिल रहा है। उन्होंने कहा कि पिछले एक साल में कई असाधारण और मिलेजुले कदम उठाए गए। जार्जिवा ने कहा कि इन राजकोषीय और मौद्रिक उपायों के बिना पिछले साल की वैश्विक मंदी तीन गुना बदतर हो सकती थी। उन्होंने कहा, हमारे पास एक अच्छी खबर है कि सुरंग के अंत में रोशनी दिख रही है।

आईपीएल 2021 में होम एडवांटेज न होना सकारात्मक : विराट

चेन्नई। गत चार वर्षों में पहली बार आईपीएल 2020 सत्र में प्लेऑफ में पहुंची रॉयल चैलेंजर्स बेंगलुरु (आरसीबी) के कप्तान विराट कोहली का मानना है कि उनकी टीम आईपीएल 2021 में एक-दो कदम आगे बढ़ने के लिए तैयार है।

विराट ने यहां गुरुवार को कल मुंबई इंडियंस के खिलाफ आईपीएल 2021 के सीजन ओपनिंग मैच से पहले कहा, यहां खेलना और चिन्नास्वामी में अपने घरेलू प्रशंसकों के सामने खेलने में कोई फर्क नहीं है। बेशक मौजूदा समय में फैन्स हमें लाइव खेलता हुआ नहीं देख पाएंगे, लेकिन अच्छी बात यह है कि हम अपने देश में खेल रहे हैं और इस सत्र में एक और सकारात्मक बात यह है कि पिछले साल की तरह इस साल भी होम एडवांटेज नहीं है।

आरसीबी के कप्तान ने कहा, प्रत्येक टीम तटस्थ स्थानों पर खेलेगी और ऐसे स्थानों पर खेलने से ही असल में टीम की ताकत का पता चलता है। यही कारण है कि पिछला आईपीएल सत्र बहुत प्रतिस्पर्धी था। अंतिम तीन-चार मैचों तक हर कोई च ालीफाई करने की स्थिति में था, जो मेरे हिसाब से टूर्नामेंट के लिए बहुत अच्छा है। इस तरह के प्रतिस्पर्धी परिदृश्य और स्थान पर पिछले साल अच्छा प्रदर्शन करने के बाद हम एक टीम के रूप में आत्मविश्वास से भरे हुए हैं और इस बार एक मजबूत टीम के साथ हमारे पास एक और शानदार सीजन होगा।

अधिक मात्रा में पानी पीने से बचे, शरीर में इन बीमारियों का बढ़ता है ख़तरा

अधिक पानी पीने के लिए कई डॉक्टरों द्वारा परामर्श दिया जाता है। पानी सेहत के लिए बहुत जरूरी है लेकिन अधिक मात्रा में पानी पीना आपके लिए कहीं ना कहीं नुक़सानदेह साबित हो सकता है। डॉक्टरों का मानना है कि एक स्वस्थ व्यक्ति को दिन में कम से कम 2-4 लीटर पानी पीना अनिवार्य है। वहीं इसके विपरीत अगर शरीर में पानी की मात्रा अधिक हो जाती है तो भी यह स्वास्थ्य के लिए नुक़सानदेह साबित हो सकती है।

1.माना जाता है कि अधिक पानी पीने से वज़न बढ़ता है और शरीर में फैट जमा होना शुरू हो जाता है। शरीर में जरूरत से ज्यादा पानी को किडनी शरीर से बाहर करने से सक्षम नहीं होती है।

2.अगर आप अधिक पानी पीते हैं तो इससे आपके दिमाग में सूजन होने का ख़तरा बढ़ सकता है क्योंकि शरीर में ज्यादा पानी होने पर सोडियम का लेवल तेजी से गिरने लगता है।

3.अधिक पानी पीने का प्रभाव किडनी पर बहुत बुरा पड़ता है क्योंकि इससे ओवरहाइड्रेशन की समस्या होती है जो सीधे-सीधे किडनी पर असर डालती है।

4.जरूरत से ज्यादा पानी पीने के कारण आपको जोड़ों के दर्द का सामना करना पड़ता है इससे आपके शरीर के ज्वाइंट्स में काम करने वाले केमिकल का स्तर गिरने लगता है।

5.अधिक मात्रा में पानी पीने के कारण शरीर में इलेक्ट्रोलाइट्स बैक्टीरिया खत्म होने शुरू हो जाते हैं इसमें असंतुलन आने लगता है जिससे पेट संबंधित समस्याएं बढ़ने लगती हैं।

6.ज्यादा पानी खून के घनत्व को बढ़ा देता है जिसके कारण हार्ट को पंप करने में दबाव महसूस होता है खासतौर पर जिन मरीज़ों की बाय-पास सर्जरी हुई होती है उन्हें कम पानी पीना चाहिए।

7.अधिक पानी शरीर के लिए उपयोगी पोटैशियम तत्व की स्थिति को बिगाड़ सकता है जिससे आपको सीने में दर्द, पैर में दर्द आदि समस्या हो सकती है।

8.शरीर में पानी की मात्रा जरूरत से ज्यादा होने पर यह पाचन प्रक्रिया को बिगाड़ सकता है और इससे खाना देरी से पचता है।

आज का राशिफल

मेष : भविष्य संबंधी चिन्ताएं मन में नकारात्मक विचार ला सकतीं है। आपका मन निकटस्थ संबंधों के सुख-दुख के प्रति चिन्तित होगा।

बृषभ : भौतिक महत्वकांक्षाएं अभाव का ऐहशास करेंगी। परिजनों से कुछ भावनात्मक अपेक्षाएं कष्टकारी हो सकती हैं। सन्तान सम्बन्धी दायित्वों के प्रति मन चिन्तित होगा।

मिथुन : कुछ नयी आकांक्षाएं मन पर प्रभावी होंगी। भौतिक-सुख साधन हेतु व्यय के आसार है। महत्पूर्ण जिम्मेदारियां अपनी पूर्ति हेतु मन पर दबाव बनाएंगी।

कर्क : पारिवारिक वातावरण सुखद व उत्साहपूर्ण होगा। पुराने संबंधों से लाभ संभव। तामसी व गैर सांस्कारिक कायरे की ओर आकर्षित मन पर अंकुश लगावें।

सिंह : कठिन एवं विषम परिस्थितियों के मध्य परिश्रम व लगन से प्रगति के ओर अग्रसर होंगे। समाजिक सक्रीयता से मान-प्रतिष्ठा में वृद्धि होगी।

कन्या : भावनाओं पर नियन्तप्रकर दायित्वों के प्रति सजग होना, आपके प्रगति का सूचक है। परिजनों का सानिध्य प्राप्त होगा। शिक्षा-प्रतियोगिता में समुचित परिणम का लाभ प्राप्त होगा।

तुला : उच्छृंखलता व व्यग्रता महत्वपूर्ण क्षेत्रों में एकाग्रता का अभाव पैदा करेगा। किसी श्रेष्टजन के प्यार से मन प्रसन्न होगा। परिजनो से भावनात्मक कष्ट हो सकता है।

वृश्चिक : पारीवारिक वातावरण सुखद व उत्साहपूर्ण होगा। निकटस्थ संबंधों में मधुरवाणी का प्रयोग करें। पुराने समस्याओ को हल कर सुख की अनुभूति करेंगे।

धनु : किसी पुराने संबंध में बिशेष निकटता की अनुभूति करेंगे। भावना प्रधान मन रिश्तों से सहज ही प्रभावित हो जाती है।

मकर : आवेश व उच्छृंखलता पर नियन्तणकरें। नये संबंधों में प्रगाढ़ता बढ़ेगी। कुछ नयी अभिलाषाएं आपको परेशान करेंगी। किसी महत्वपूर्ण दायित्व की पूर्ति हेतु समुचित व्यवस्था में मन चिन्तित होगा।

कुंभ : सुन्दर भावनात्मक अभिव्यक्ति संबंधों मधुरता बढ़ेगी। नये दायित्वों की पूर्ति हेतु परिश्रम तीव्र होगा। पूजा-पाठ में पूरा दिन मन केन्द्रित होगा। कुछ प्रबल भौतिक इच्छाएं आपको उद्वेलित करेंगी।

मीन : क्षमता से अधिक जिम्मेदारियां मन में आर्थिक सुदृढ़ता के लिए मन प्रय शील होगा। परिजनों का सानिध्य प्राप्त होगा। परिजनों तथा रिश्तेदारों में सिर्फ मधुर संवाद पर जोर देवें।

रामायण 3डी फिल्म में दीपिका पादुकोण के साथ नजर आएंगे महेश बाबू

साउथ फिल्म इंडस्ट्री और बॉलीवुड फिल्म इंडस्ट्री के कई ऐसे कलाकार है जो आने वाले दिनों में एक साथ फिल्मों में नजर आएंगे। इसी लिस्ट में अब एक और नाम शामिल हो चुका है। खबरों के अनुसार ऐसा कहा जा रहा है कि, बॉलीवुड की अभिनेत्री दीपिका पादुकोण की आने वाली फिल्म रामायण 3डी में उनके साथ साउथ के सुपरस्टार अभिनेता महेश बाबू फिल्म में नजर आने वाले है। कुछ समय पहले खबरों में कहा जा रहा था कि दीपिका पादुकोण के साथ फिल्म रामायण 3डी में बॉलीवुड के मशहूर अभिनेता ऋतिक रोशन नजर आने वाले थे। लेकिन अब जो खबरें आई है वो ये कि फिल्म में दीपिका पादुकोण की जोड़ी महेश बाबू के साथ दिखाई देगी।

रामायण 3डी फिल्म में अब तेलुगू सुपरस्टार महेश बाबू फिल्म में भगवान राम का किरदार निभा सकते हैं। लेकिन आपकी जानकारी के लिए बता दें अब तक मेकर्स की तरफ से इस बात को लेकर कोई पुष्टि नहीं की है। बता दें कि फिल्म रामायण 3डी का निर्माण और निर्देशन मधु मंटेना कर रहे है।

उनकी इस फिल्म को लेकर पिछले काफी समय से अलग अलग तरह की खबरें सामने आ रही थी। लेकिन अब तक अधिकारिक तौर पर ऐलान नहीं किया गया है।

नेहा पेंडसे फिल्मों में बोल्ड सीन देने को हैं तैयार

टीवी के पॉपुलर कॉमेडी शो भाबीजी जी घर पर हैं में नेहा पेंडसे ने कुछ दिनों पहले एंट्री ली है. वह धीरे-धीरे 'अनीता भाबीजी' के किरदार में खुद को ढाल रही हैं. फैंस भी उन्हें इस किरदार में पसंद कर रहे हैं. हाल ही में एक इंटरव्यू के दौरान नेहा ने फिल्मों में बोल्ड और किसिंग सीन को लेकर बात की. नेहा का कहना है कि उन्हें बोल्ड सीन्स करने से कोई दिक्क़त नहीं है. नेहा के इस स्टेटमेंट से फैंस का क्या रिएक्शन होगा ये देखने लायक है.

नेहा ने बताया कि पहले वह बोल्ड सीन्स करने के खिलाफ थीं, लेकिन अब उन्हें इससे कोई दिक्क़त नहीं है. नेहा का कहना है कि अगर स्क्रिप्ट की डिमांड है और मेकर्स सही हैं तो वह ऐसे सीन्स कर सकती हैं. नेहा ने कहा, 'एक उम्र में मैंने सोचा था कि मैं कोई किसिंग सीन, बोल्ड सीन नहीं दूंगी. अगर मुझमें टैलेंट है तो मैं अपनी एक्टिंग से दर्शकों का दिल जीत लूंगी. लेकिन अब मैं एक्सपैरिमेंट करना चाहती हूं.'

बैंगन से बनाएं एगप्लांट फिल्ड विद चीज़

बैंगन वो भी चीज़ के साथ, कभी सुना या बनाया है। अगर नहीं किया है ट्राय, तो यहां जानें इसकी रेसिपी और जीत लें सबका दिल।

सामग्री :

2 बड़े आकार के बैंगन, 100 ग्राम गॉरगॉनजोला चीज़, मुट्ठी भर अखरोट, 1 बारीक कटा प्याज, चुटकी भर नमक, चुटकी भर काली मिर्च पाउडर, 60 मिलीलीटर एक्स्ट्रा वर्जिन ऑलिव ऑयल

विधि :

बैंगन के दो हिस्से करें। इस पर ऑलिव ऑयल और नमक छिड़कर एल्युमिनियम फॉयल में लपेट दें।

बैंगन को अवन में 210 डिग्री सेल्सियस पर लगभग 40 मिनट के लिए बेक करें।

नॉनस्टिक पैन में ऑलिव ऑयल डालें। प्याज डालकर सुनहरा होने तक भूनें।

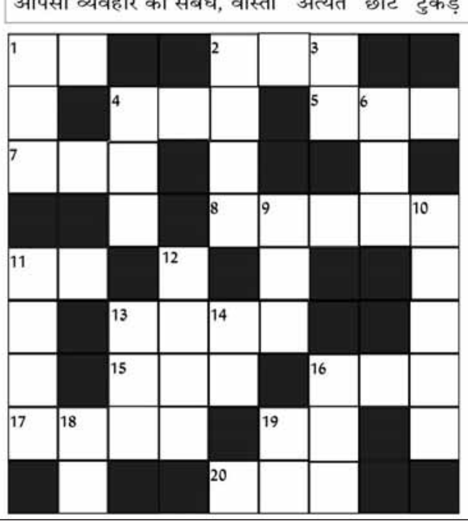
बैंगन से इसका छिलका अलग कर दें। बीच में प्याज फैलाएं। अखरोट डालें। ऊपर से चीज़, नमक और पेपर डालें।

अब इसे 160 डिग्री सेल्सियस पर 10 मिनट के लिए और बेक करें। अब इसे प्लेट में निकालकर सर्व करें।

शब्द सामर्थ्य- 44

बाएं से दाएं
1. संबंध, लगाव, नाता, काम 2. सिसकने की आवाज, सीत्कार 4. आग की ज्वाला, दहक 5. दियासलाई 7. प्रतिकार, प्रतिशोध 8. बाबुल की दुआएं लेती जा... गीतवाली बलराज साहनी, मनोजकुमार, राजकुमार, वहीदा की फिल्म 11. करतल ध्वनि 13. आपसी व्यवहार का संबंध, वास्ता 15. वचन, जीभ 16. रोगियों को स्वस्थ और मृतकों को जीवित कर देने वाला 17. एक सुंदर फूलदार वृक्ष 19. पत्नी, बीवी 20. मसालेदार सुगंधित सुरती।

ऊपर से नीचे
1. उचित, उपयुक्त, जायज 2. किवाड़ को अंदर से बंद करने लगा छड़, चटखनी 3. मांस के अत्यंत छोटे टुकड़े 4. माथा, मस्तक 6. कटोरी के आकार का नलीदार पात्र जिसमें तंबाकू रखकर पीते हैं 9. रेखा 10. खून से लथपथ 11. छिपकर बुरी नजर से ताकने की क्रिया, रह रहकर ताकने की क्रिया 12. व्यापार, धंधा 13. शृंगार करना, साजन 14. श्रवणइंद्रीय 16. सीमा, हद 18. चमड़ा, चाम 19. बोझ, दबाव।



शब्द सामर्थ्य क्रमांक 43 का हल

मै	दा	न		स	र	ग	म	
त्री		सी			क्षा		धु	र्रा
	सा	ह	स				र	
स्वा	ग	त		स	म	झौ	ता	
व	र			र				म
लं		वि	ला	स			दा	म
बी	न		ज		सा	मा	न	ता
	ज		वा	हि	या	त		
त	र	की	ब		ना		खा	ली

सू-दोकू- 44

	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. 43 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