दैनिक
न्याय साक्षी

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

रायगढ़, बुधवार 26 जनवरी 2022

www.nyaysakshi.com

संपादकीय

पाकिस्तान की इस नीति पर कैसे करें ऐतबार

पाकिस्तान ने 14 जनवरी को पहली बार अपनी राष्ट्रीय सुरक्षा नीति की घोषणा की है। जब से पाकिस्तान बना है, ऐसी घोषणा पहले कभी नहीं की गई। इसका अर्थ यह नहीं है कि पाकिस्तान की कोई सुरक्षा नीति ही नहीं थी। यदि ऐसा होता तो वह अपने पड़ोसी भारत के साथ कई युद्ध कैसे लड़ता और आतंकवाद को अपनी स्थायी रणनीति क्यों बनाए रखता? परमाणु बम तो वैसी स्थिति में बन ही नहीं सकता था। अफगानिस्तान के साथ वह कई-कई बार युद्ध के कगार पर कैसे पहुंच जाता? अफगानिस्तान के सशस्त्र गिरोहों को पिछले 50 साल से वह शरण क्यों देता रहता? किसी सुरक्षा नीति के बिना अमेरिका के सैन्य-गुटों में वह शामिल क्यों हो गया था? पहले अमेरिका और अब चीन का पिछलग्गू बनने के पीछे उसका रहस्य क्या है? बस वही, सुरक्षा नीति! सुरक्षा किससे? भारत से।

जब से पाकिस्तान बना है, उसके दिल में यह डर बैठा हुआ है कि भारत उसका वजूद मिटा देगा। भारत उसे खत्म करके ही दम लेगा। भारत ने 1971 में पूर्वी पाकिस्तान को तोड़कर बांग्लादेश बना दिया। उसे लगता है कि वह पाकिस्तान के कम से कम चार टुकड़े करना चाहता रहा है। एक पंजाब, दूसरा सिंध, तीसरा बलूचिस्तान और चौथा पख्तूनिस्तान। तो पाकिस्तान भी भारत के टुकड़े करने की कोशिश क्यों न करे? उसकी कोशिश कश्मीर, खालिस्तान, असम, नगालैंड और मिजोरम को खड़ा करने की रही है। तू डाल-डाल तो हम पात-पात! नहले पर दहला मारने की यही नीति पाकिस्तान की सुरक्षा नीति रही है। भारत ने परमाणु बम बनाया तो पाकिस्तान ने भी जवाबी बम बना लिया।

ऐसी सुरक्षा नीति की भला कोई सरकार घोषणा कैसे कर सकती थी? उसे जितना छिपाकर रखा जाए, उतना ही अच्छा। लेकिन उसके नतीजों को आप कैसे छिपा सकते हैं? पिछले 7-8 दशकों में वे नतीजे सारी दुनिया के सामने अपने आप आने लगे। अपने आप को तुर्रम खां बताने वाले पाकिस्तान के फौजी तानाशाहों, राष्ट्रपतियों और प्रधानमंत्रियों को मालदार मुल्कों के आगे भीख का कटोरा फैलाए खड़े रहना पड़ता रहा है। मोहम्मद अली जिन्ना ने पाकिस्तान का जो गुब्बारा 1947 में फुलाया था, उसकी हवा आज तक निकली पड़ी है। जिन्ना के सपनों का पाकिस्तान एक आदर्श इस्लामी राष्ट्र क्या बनता, वह दक्षिण एशिया के सबसे पिछड़े राष्ट्रों में शुमार हो गया।

अब इमरान सरकार ने राष्ट्रीय सुरक्षा नीति की जो घोषणा की है, उसमें आर्थिक सुरक्षा का स्थान सबसे ऊंचा है। इसीलिए उसमें साफ-साफ कहा गया है कि पाकिस्तान अब सामरिक सुरक्षा के बजाय आर्थिक सुरक्षा पर अपना ध्यान केंद्रित करेगा। यदि वह सचमुच ऐसा करेगा तो बताए कि उसका रक्षा-बजट कुल बजट का 16 प्रतिशत क्यों है? यदि अपने इस 9 बिलियन डॉलर के फौजी बजट को वह आधा कर दे तो क्या बचे हुए पैसों का इस्तेमाल पाकिस्तानियों की शिक्षा, चिकित्सा और भोजन की कमियों को पूरा करने में नहीं किया जा सकता? इस नई सुरक्षा नीति की घोषणा के बाद देखना है कि अब उसका बजट कैसा आता है।

यह नई सुरक्षा नीति कोई रातोरात बनकर तैयार नहीं हुई है। पिछले सात साल से इस पर काम चल रहा है, नवाज शरीफ के जमाने से। मियां नवाज के विदेश मंत्री और सुरक्षा सलाहकार रहे बुजुर्ग नेता सरताज अजीज ने इस नई नीति पर काम शुरू किया था। उन्हीं दिनों भारत में बीजेपी की नरेंद्र मोदी सरकार कायम हुई थी। मियां नवाज के घर मोदी अचानक जाकर उनकी नातिन की शादी में शामिल भी हुए थे। उसके पहले मोदी के शपथ-विधि समारोह में नवाज और अजीज ने शिरकत की थी। उन्हीं दिनों इस नई सुरक्षा नीति की नींव पड़ी थी, लेकिन अब जो दस्तावेज प्रकट हुआ है, उसमें मोदी और संघ की कटु आलोचना है। इस नीति की घोषणा करते समय कही गई इस बात पर कौन भरोसा करेगा कि पाकिस्तान अगले सौ साल तक भारत से अपने संबंध सहज बनाए रखेगा? सचमुच आपका यही इरादा है तो अभी भी आपने आधी नीति छिपाकर क्यों रखी है?

- वेदप्रताप वैदिक

आस्ट्रेलिया शीर्ष खिलाड़ियों के साथ पाकिस्तान का दौरा करने की तैयारी में

मेलबर्न । आस्ट्रेलिया अपने शीर्ष खिलाड़ियों के साथ पाकिस्तान का दौरा करने की तैयारी में है क्योंकि अब तक किसी खिलाड़ी ने देश का दौरा करने को लेकर आशंका नहीं जताई। पाकिस्तान सुरक्षा कारणों से लगभग एक दशक तक शीर्ष अंतरराष्ट्रीय टीम और टूर्नामेंट की मेजबानी नहीं कर पाया है।

पाकिस्तान ने पिछली बार अपनी सरजमीं पर अंतरराष्ट्रीय क्रिकेट परिषद (आईसीसी) के टूर्नामेंट का आयोजन 1996 में किया था जब उसने भारत और श्रीलंका के साथ विश्व कप की सहमेजबानी की थी। 2009 में श्रीलंका की टीम बस पर आतंकी हमले के बाद से देश में 2019 तक टेस्ट क्रिकेट का आयोजन नहीं हो पाया।

पिछले साल भी टी20 विश्व कप से पहले न्यूजीलैंड और इंग्लैंड की टीम सुरक्षा कारणों से पाकिस्तान दौरे से हट गई थी। न्यूजीलैंड ने तो मैच से ठीक पहले हटने का फैसला किया।

आस्ट्रेलिया की टीम 24 साल में पहले पाकिस्तान दौरे की राह पर है। राष्ट्रीय चयनकर्ता जॉर्ज बेली ने सुरक्षा योजना को काफी मजबूत करार दिया है।

क्रिकेट आस्ट्रेलिया (सीए) की वेबसाइट के अनुसार बेली ने मंगलवार को संवाददाताओं से कहा, ''मेरा मानना है कि दोनों बोर्ड अब भी दौरे को लेकर कुछ मामूली चीजों पर काम कर रहे हैं, इसलिए एक बार इन्हें औपचारिक स्वीकृति मिलने के बाद हम टीम की घोषणा करेंगे लेकिन हम काफी हद तक सही दिशा में जा रहे हैं।''

आस्ट्रेलिया ने पिछली बार 1998 में मार्क टेलर की अगुआई में पाकिस्तान का दौरा किया था। पाकिस्तान दौरे को लेकर सभी चीजें सकारात्मक हैं लेकिन शेफील्ड शील्ड सत्र की बहाली को लेकर अनिश्चितता बरकरार है। चयनकर्ताओं को हालांकि एशेज में इंग्लैंड पर आस्ट्रेलिया की 4-0 की जीत के बाद शील्ड टूर्नामेंट में खिलाड़ियों के प्रदर्शन पर गौर करने की जरूरत नहीं पड़े।

सानिया मिर्जा मिश्रित युगल क्वार्टर फाइनल में हारीं, आस्ट्रेलियाई ओपन को अलविदा कहा

मेलबर्न । भारतीय टेनिस स्टार सानिया मिर्जा ने मिश्रित युगल क्वार्टर फाइनल में हार के साथ ही आस्ट्रेलियाई ओपन को अलविदा कह दिया। सानिया और अमेरिका के राजीव राम की जोड़ी को वाइल्ड कार्डधारी स्थानीय जोड़ी जैमी फोरलिस और जैसन कुबलेर ने 6-4, 7-6 से हराया। भारत की सबसे कामयाब महिला टेनिस खिलाड़ी सानिया ने 6 ग्रैंडस्लैम खिताब जीते हैं जिनमें 3 मिश्रित युगल खिताब शामिल हैं। पिछले सप्ताह महिला युगल वर्ग में वह पहले ही दौर में बाहर हो गई थी। सानिया ने हाल ही में घोषणा की है कि इस सत्र के बाद वह टेनिस को अलविदा कह देंगी। आस्ट्रेलिया ओपन में उन्होंने दो ग्रैंडस्लैम खिताब जीते हैं। उन्होंने 2009 में हमवतन महेश भूपति के साथ मिश्रित युगल और 2016 में स्विटजरलैंड की मार्तिना हिंगिस के साथ महिला युगल खिताब जीता जो उनका आखिरी ग्रैंडस्लैम खिताब भी था। सानिया की हार के साथ ही वर्ष के पहले ग्रैंडस्लैम में भारतीय चुनौती भी समाप्त हो गई।

एयरटेल ने महाराष्ट्र में 21 मेगावाट की सौर ऊर्जा इकाई शुरू की

नईदिल्ली । दूरसंचार कंपनी भारती एयरटेल ने मंगलवार को कहा कि उसने कार्बन फुटप्रिंट कम करने और जलवायु परिवर्तन के प्रभावों को रोकने के वैश्विक प्रयासों में योगदान के लिए महाराष्ट्र के बुलढाणा जिले में 21 मेगावाट की एक नई सौर ऊर्जा इकाई चालू की है।

कंपनी को उम्मीद है कि इस सौर ऊर्जा इकाई से सालाना कार्बन उत्सर्जन में 25,517 टन की कमी होगी।

एयरटेल ने एक बयान में कहा कि 80 एकड़ में फैली कैप्टिव बिजली इकाई को एयरटेल ने अवाडा के साथ साझेदारी में स्थापित किया है। इससे महाराष्ट्र में एयरटेल के नेक्स्ट्रा डेटा सेंटर और स्विचिंग केंद्रों को स्वच्छ ऊर्जा की आपूर्ति की जाएगी।

एयरटेल के सीईओ राजेश तपाड़िया ने कहा कि इससे कंपनी के सकल जीएचजी (ग्रीनहाउस गैस) उत्सर्जन में कमी होगी।

डार्विनबॉक्स ने 7.2 करोड़ डॉलर जुटाए, हैदराबाद से पहली यूनीकॉर्न बनी

हैदराबाद । हैदराबाद स्थित प्रौद्योगिकी आधारित मानव संसाधन कंपनी डार्विनबॉक्स ने मंगलवार को कहा कि उसने निवेशकों से 7.2 करोड़ अमेरिकी डॉलर जुटाए हैं और वित्त पोषण के इस दौर के बाद उसका मूल्यांकन एक अरब डॉलर को पार कर जाएगा। इस तरह कंपनी हैदराबाद से पहली यूनीकॉर्न कंपनी बन जाएगी। डार्विनबॉक्स ने एक प्रेस विज्ञप्ति में कहा कि निवेश के इस दौर में टेक्नोलॉजी क्रॉसओवर वेंचर्स (टीसीवी) के साथ ही मौजूदा निवेशक सेल्सफोर्स वेंचर्स, सिकोइया, लाइटस्पीड, एंडिया पार्टनर्स, 3वन4कैपिटल शामिल थे।

एल्युमीनियम कबाड़ पर सीमा शुल्क बढ़ाकर 10 प्रतिशत करने की मांग

नईदिल्ली । एल्युमीनियम उद्योग ने सरकार से एल्युमीनियम कबाड़ पर सीमा शुल्क बढ़ाकर 10 प्रतिशत करने की मांग की है। भारतीय एल्युमीनियम संघ (एएआई) ने मंगलवार को कहा कि पर्याप्त घरेलू एल्युमीनियम कबाड़ उत्पन्न करने की क्षमता होने के बावजूद भारत में कबाड़ की खपत लगभग पूरी तरह से आयात पर निर्भर है।

प्राथमिक एल्युमीनियम पर वर्तमान में 7.5 फीसदी, डाउनस्ट्रीम एल्युमीनियम पर 7.5 से 10 प्रतिशत और एल्युमीनियम स्क्रैप या कबाड़ पर सिर्फ 2.5 प्रतिशत सीमा शुल्क है।

संगठन ने एक बयान में कहा, ''यही कारण है कि प्राथमिक एल्युमीनियम क्षमता की महत्वपूर्ण उपस्थिति और पर्याप्त घरेलू कबाड़ उत्पन्न करने की क्षमता होने के बावजूद देश में एल्युमीनियम कबाड़ की खपत 100 प्रतिशत आयात पर निर्भर है। इसलिए एल्युमीनियम कबाड़ पर सीमा शुल्क को 2.5 प्रतिशत से बढ़ाकर 10 प्रतिशत कर देना चाहिए।''

एल्युमीनियम और एल्युमीनियम कबाड़ पर मूल सीमा शुल्क अन्य अलौह धातुओं जैसे जस्ता, सीसा, निकेल और टिन के अनुरूप नहीं है। यह घरेलू एल्युमीनियम उत्पादकों के लिए एक बड़ा नुकसान है। उद्योग को इसके अलावा मूल सीमा शुल्क की दर या अधिकतम सीमा शुल्क दर मौजूदा 10 प्रतिशत से बढ़ाकर 15 प्रतिशत करने की उम्मीद है।

सेबी ने विशेष परिस्थिति कोष के लिए रूपरेखा पेश की

नईदिल्ली । पूंजी बाजार नियामक सेबी ने विशेष परिस्थिति कोष (एसएसएफ) के लिए रूपरेखा पेश की है। ये कोष केवल दबाव वाली संपत्तियों में निवेश करेंगे।

बैंकिंग प्रणाली में दबाव वाली संपत्तियों के मुद्दे को हल करने के लिए जारी प्रयासों के क्रम में यह कदम महत्वपूर्ण है।

भारतीय प्रतिभूति एवं विनिमय बोर्ड (सेबी) ने सोमवार को एक अधिसूचना में कहा कि श्रेणी एक वैकल्पिक निवेश कोष (एआईएफ) के तहत एसएसएफ को उप-श्रेणी के रूप में पेश किया गया है।

एसएसएफ केवल दबाव वाली संपत्तियों में निवेश करेंगे, जैसे रिजर्व बैंक के नियमों के तहत अधिग्रहण के लिए उपलब्ध दबाव वाला ऋण या दिवालिया संहिता के तहत स्वीकृत समाधान योजना।

ये कोष संपत्ति पुनर्गठन कंपनियों (एआरसी) द्वारा जारी प्रतिभूति रसीदों, संकटग्रस्त कंपनियों की प्रतिभूतियों और बोर्ड द्वारा समय-समय पर निर्धारित किसी अन्य परिसंपत्ति / प्रतिभूति में भी निवेश करेंगे।

शापोवालोव को हराकर नडाल आस्ट्रेलियाई ओपन सेमीफाइनल में

मेलबर्न। रिकॉर्ड 21वां ग्रैंडस्लैम पुरूष एकल खिताब जीतने की दहलीज पर खड़े रफेल नडाल ने डेनिस शापोवालोव को पांच सेट और चार घंटे के मैराथन मुकाबले में हराकर सातवीं बार आस्ट्रेलियाई ओपन के सेमीफाइनल में प्रवेश कर लिया ।

नडाल, रोजर फेडरर और नोवाक जोकोविच के नाम 20 पुरूष एकल खिताब हैं । फेडरर और जोकोविच आस्ट्रेलियाई ओपन नहीं खेल रहे हैं ।

नडाल ने क्वार्टर फाइनल में 6 . 3, 6 . 4, 4 . 6, 3 . 6, 6 . 3 से जीत दर्ज की । पहले दो सेट में हावी रहने के बाद तीसरे और चौथे सेट में पेट की गड़बड़ी के कारण उनकी लय टूटी लेकिन निर्णायक सेट जीतकर उन्होंने अंतिम चार में जगह बनाई ।

नडाल यहां सिर्फ एक बार 2009 में खिताब जीत सके हैं और पिछले 13 में से सात क्वार्टर फाइनल हारे हैं । अब सेमीफाइनल शुक्रवार को होगा यानी उनके पास दो दिन का ब्रेक है । सेमीफाइनल में उनका सामना सातवीं वरीयता प्राप्त मात्तेओ बेरेत्तिनी या 17वीं रैंकिंग वाले गाएल मोंफिल्स से होगा ।

महिला वर्ग में मेडिसन कीस ने 2022 में अपना शानदार फॉर्म बरकरार रखते हुए सेमीफाइनल में प्रवेश कर लिया ।

उन्होंने क्वार्टर फाइनल में फ्रेंच ओपन चैम्पियन बारबोरा क्रेसिकोवा को 6 . 3, 6 . 2 से हराकर लगातार दसवीं जीत दर्ज की । इस साल वह एडीलेड इंटरनेशनल में पांच जीत दर्ज कर चुकी है जिसमें खिताबी जीत शामिल है । उसके बाद यहां मेलबर्न पार्क में पांच मैच जीत चुकी हैं ।

पिछले पूरे साल में उन्होंने कुल 11 मैच जीते थे ।

अब उनका सामना शीर्ष वरीयता प्राप्त ऐश बार्टी या जेसिका पेगुला से होगा ।

आज का राशिफल

मेषः गणेशजी कहते हैं कि आज आपके व्यक्ति त्व में नए आकर्षण का संचार होगा। अपने हुनर और समझदारी से कार्यों को बखूबी पूरा करेंगे।

वृषभः गणेशजी कहते हैं कि आज आपको शुभ सूचना मिल सकती हे। घर की जिम्मेदारियों को निभाने की दिशा में आप कुछ नया निर्णय ले सकते हैं।

मिथुनः गणेशजी कहते हैं कि आज का दिन आपके लिए खास रहेगा। मन में कोई बात हो तो उसे प्रकट करें। तरक्की के नए मार्ग खुलेंगे।

कर्कः गणेशजी कहते हैं कि आज का दिन आपके लिए महत्वपूर्ण रहेगा। कपड़ा व्यवसायियों को आज अच्छा लाभ होगा। भविष्य को ध्यान में रखकर निवेश कर सकते हैं।

सिंहः गणेशजी कहते हैं कि आज किसी की बात को दिल पर न लगाएं। नौकरी करने वालों को आर्थिक स्वरूप से सक्षम बनने की आवश्यकता होगी।

कन्याः गणेशजी कहते हैं कि आज अपने आप पर भरोसा रखें। ज्यादा लाभ कमाने के लिए आप बिजनस में भाई-बहनों का सहयोग भी प्राप्त कर सकते हैं।

तुलाः गणेशजी कहते हैं कि आज काम में अच्छे अवसर हाथ लग सकते हैं। गणेशजी की पूजा-आराधना करें।

वृश्चिकः गणेशजी कहते हैं कि आज आपको किसी अज्ञात स्रोत से पैसा प्राप्त हो सकता है। किसी नए प्रोजेक्ट पर काम करने से आपको बहुत कुछ सीखने को मिलेगा।

धनुः गणेशजी कहते हैं कि आज आपके सकारात्मक विचारों से आपके परिवार के लोग प्रसन्न होंगे। योग प्राणायाम का अभ्यास करें।

मकरः गणेशजी कहते हैं कि आज नए कार्य में मन लगेंगा। आप अपने पराक्रम व साहस के बल पर धन अर्जित करने में सफल रहेंगे। भगवान श्री कृष्ण की पूजा करें।

कुंभः गणेशजी कहते हैं कि आज आप अपने किए हुए कार्यों से आप फूले नहीं समाएंगे। किसी खास मामले को लेकर आपकी सोच बदल सकती है।

मीनः गणेशजी कहते हैं कि आज ईश्वर की कृपा से आपके बहुत सारे काम बन सकते हैं। जीवन साथी के सहयोग से प्रॉपर्टी में हाथ डाल सकते हैं। अपने समय का सदुपयोग करने से आपको लाभ होगा।

भारत की ओर से ऑस्कर के लिए शॉर्टलिस्ट हुईं जय भीम और मरक्कर

साउथ के सुपरस्टार सूर्या की फिल्म जय भीम जब से रिलीज हुई है, यह नए-नए रिकॉर्ड बना रही है। पिछले साल दर्शकों के बीच आई यह फिल्म लगातार सुर्खियों में है। फिल्म कई कीर्तिमान स्थापित कर चुकी है और अब जो खबर आ रही है, उससे सुपरस्टार के फैंस फूले नहीं समाएंगे। दरअसल, जय भीम ऑस्कर की रेस में शामिल हो गई है। अभिनेता मोहनलाल की मलयालम फिल्म मरक्कर ने भी बाजी मार ली है।

दुनिया के सबसे प्रतिष्ठित अवॉर्ड समारोह ऑस्कर में साउथ की फिल्में पहुंच गई हैं। दुनियाभर से आई फिल्मों में से 276 फिल्मों को आस्कर के लिए चुना गया है, जिसमें दो भारतीय फिल्में हैं। इनमें सूर्या की जय भीम और मोहनलाल की मरक्कर~ लॉयन ऑफ द अरेबियन सी शामिल है। ये दोनों फिल्में 2021 की सबसे सफल और बेहतरीन फिल्मों में से हैं। 94वें एकेडमी पुरस्कारों के लिए नामांकन की घोषणा 8 फरवरी को होगी। ऑस्कर 27 मार्च को होंगे।

ऑस्कर अवार्ड का असली नाम अकेडमी पुरस्कार है। यह प्रतिष्ठित पुरस्कार अमेरिकी अकेडमी ऑफ मोशन पिक्चर आर्ट्स एंड साइंसेस द्वारा फिल्म उद्योग में निर्देशकों, कलाकारों और लेखकों सहित पेशेवरों के बढ़िया काम को पहचान देने के लिए प्रदान किया जाता है। बीते दिनों जय भीम ने ऑस्कर के यूट्यूब चैनल में अपनी जगह बनाई थी। इस फिल्म को ऑस्कर के यूट्यूब चैनल पर दिखाया गया।

राजकुमार और भूमि की फिल्म 'बधाई दो' का पोस्टर हुआ रिलीज़

राजकुमार राव और भूमि पेडनेकर की मूवी 'बधाई दो' का पोस्टर शेयर कर दी है. इस पोस्टर के साथ ये भी कहा गया है कि ये फिल्म सिनेमाघरों में ही रिलीज होने वाली है. इस मूवी के पोस्टर में राजकुमार राव एक पुलिस ऑफिसर की भूमिका में दिखाई देने वाले हैं जो सर पर दूल्हे का सेहरा पहने हुए है और भूमि पेडनेकर उनकी पत्नी के किरदार में नज़र आने वाली है. इस फिल्म के ट्रेलर के रिलीज डेट का भी एलान कर दिया गया है.

इसका ट्रेलर कल रिलीज किया जाने वाला है. इस मूवी के दोनों स्टार्स ने अपने-अपने सोशल मीडिया अकाउंट से इस मूवी का फर्स्ट लुक पोस्टर बड़े ही मजेदार कैप्शन के साथ साझा किया है.

नवाबी तरकारी बिरयानी

वेजिटेबल बिरयानी तो आपने बहुत खाया और बनाया होगा लेकिन नवाबी तरकारी बिरयानी है स्वाद में बेहद खास, जिसे बनाकर आप इस फेस्टिवल मेहमानों का जीत सकते हैं दिल।

सामग्री :

125 ग्राम बासमती चावल, 20 ग्राम गाजर, 15 ग्राम बींस, 60 ग्राम फूलगोभी, 50 ग्राम हरी मटर, 2 ग्राम काली मिर्च पाउडर, 50 ग्राम अदरक, 50 ग्राम लहसुन, स्वादानुसार मिर्च पाउडर, 3-4 इंच टुकड़ा दालचीनी, 1 ग्राम जावित्री, 2-3 तेजपत्ता, 3-4 छोटी इलायची, 2 बड़ी इलायची, 25 ग्राम दही, 50 ग्राम घी, 100 ग्राम प्याज, 5 मिली. केवड़ा, 10 केसर के धागे, 50 ग्राम दूध

विधि :

सभी सब्जियों को धोकर एक समान काट लें। एक पैन में घी डालकर गर्म करें और कटा हुआ अदरक व लहसुन डालकर गुलाबी करें। लाल मिर्च पाउडर, आधे साबुत मसाले और दही डालकर चलाएं। फिर सभी सब्जियां डालकर पकाएं। एक तरफ रख दें। अब बचे साबुत मसालों को दूध मिले पानी में डालकर चावल पका लें। ठंडा होने पर पानी छानकर अलग कर दें। अब पके हुए चावल में सभी सब्जियां मिलाएं। प्रेशर कुकर में चारों ओर घी लगाकर सब्जी मिले चावल को उसमें डालें। सबसे ऊपर केसर के भीगे हुए धागे डालकर कुकर का ढक्कन व सीटी लगाकर धीमी आंच पर अच्छी तरह पकने और दम होने तक पकाएं। तले हुए प्याज से सजाकर गरमागरम सर्व करें।

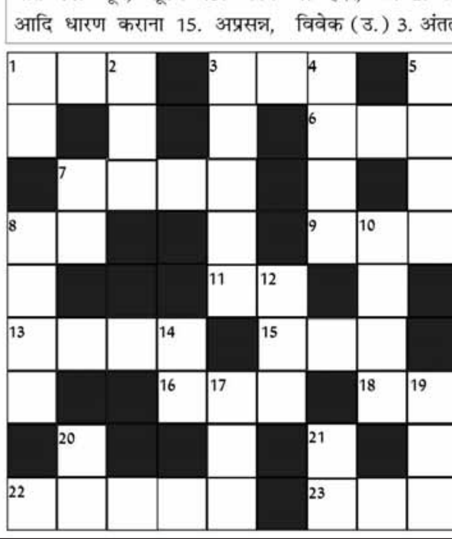
शब्द सामर्थ्य- 331

बाएं से दाएं

1. तकलीफ, कष्ट, कठिनाई, परेशानी 3. सरल, सहज 6. ज्ञान प्राप्त करना, शिक्षा लेना 7. विवश, लाचार 8. अत्यधिक ठंडा, सुस्त 9. अच्छे ढंग में गाया जाने वाला सुंदर गीत 11. सूर्य, सूरज 13. वस्त्र आदि धारण कराना 15. अप्रसन्न, नाखुश 16. खिंचाव, आकर्षण शक्ति (उ.) 18. एक रंग, आसमानी रंग 22. सेवा-सत्कार, आवभगत 23. सर्प, सांप, लकड़ी आदि की मूर्ति बनाना।

ऊपर से नीचे

1. हृदर, उर 2. शिष्टता, भद्रता, विवेक (उ.) 3. अंततः, अंततोगत्वा 4. अच्छी शिक्षा, नेक सलाह 5. आवागमन, गमनागमन 7. पुरुष 8. घोड़े की तेज चाल, तेज गति की दौड़ 10. लूटपाट, डकैती 12. बबार्दी, तबाही 14. नासिका, श्वसनइंद्रीय 17. आखेटक, अरेही 19. योग्य, काबिल 20. कामदेव की पत्नी, प्रेम, आनंद 21. रात्रि, निशा।



शब्द सामर्थ्य क्रमांक 330 का हल

सू-दोकू- 331

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.330 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