

संपादकीय

निश्चित होना खतरनाक है

वैज्ञानिकों का यह कथन भरोसा बंधाने वाला है कि अब चिकित्सा व्यवस्था कोरोना संक्रमण के आगे लाचार नहीं है। वैक्सिन कोविड-19 का मुकाबला करने के लिए लिहाज से काफी प्रभावी हैं। लेकिन कोरोना को लेकर लापरवाह हो जाना ठीक नहीं होगा। अभी इसके बारे में कोई ठोस अनुमान संभव नहीं है।

अमेरिकी विशेषज्ञों ने सही वक्त पर आगाह किया है। उन्होंने लोगों में फैल रही इस धारणा को गलत बताया है कि कोविड-19 संक्रमण मौसमी फ्लू की तरह ही है। विशेषज्ञों ने कहा है कि कोविड-19 संक्रमण एक हद तक मौसमी है। लेकिन यह साधारण फ्लू जैसा नहीं है। फिलहाल अमेरिका में भी कोरोना संक्रमण के मामले बढ़ रहे हैं। इसे देखते हुए वहां कई राज्यों में मास्क पहनने की अनिवार्यता फिर लागू की गई है। बहरहाल, वैज्ञानिकों का यह कथन भरोसा बंधाने वाला है कि अब चिकित्सा व्यवस्था कोरोना संक्रमण के आगे लाचार नहीं है। वैक्सिन कोविड-19 का मुकाबला करने के लिए लिहाज से काफी प्रभावी हैं। अमेरिका के सेंटर फॉर डिजीज कंट्रोल एंड प्रिवेंशन (सीडीसी) के मुताबिक टीका लगवा चुके लोगों को कोविड-19 से संक्रमित होने पर अस्पताल में भर्ती होने की नौबत आने की आशंका दस गुना कम रहती है। जिन लोगों ने वैक्सिन के बूस्टर डोज लगवा लिए हैं, उनके लिए ये बचाव और भी ज्यादा मजबूत है। लेकिन इससे आगे कोरोना को लेकर लापरवाह हो जाना ठीक नहीं होगा। इसलिए कि अभी इस संक्रमण के कई तरह के असर के बारे में ठोस अनुमान लगाना संभव नहीं हुआ है।

एक विशेषज्ञ की ये राय ध्यान देने योग्य है कि 'अभी हम ऐसे जगह पर हैं, जिसके आगे का रास्ता पता नहीं है। फ्लू के बारे में हम बहुत कुछ जानते हैं। लेकिन कोविड-19 के बारे में अभी रोज नई जानकारी सामने आ रही है।' जहां तक कोरोना के मौसमी पैटर्न की बात है, तो इस बारे में अनुसंधान से कुछ संकेत मिले हैं। यानी हर वर्ष एक खास मौसम में इसके कुछ लक्षण ज्यादा देखने को मिल सकते हैं। मगर ऐसे अनुसंधान से जुड़े रहे वैज्ञानिकों ने साथ ही यह भी कहा है कि अगर ओमीक्रोन जैसे कोविड-19 के अधिक तेजी से संक्रमित होने वाला स्ट्रेन सामने आते रहे, तो मौसमी पैटर्न बदल सकता है। यानी अभी वह समय दूर है, जब ये महामारी एक आम बीमारी बन जाएगी। डॉक्टर यह तो मानते हैं कि लंबी अवधि में ऐसा जरूर होगा। लेकिन असल सवाल है कि ये अवधि आखिर कितनी लंबी होगी? विशेषज्ञों के मुताबिक यह इस पर ही निर्भर करेगा कि किस तेजी से कोविड-19 के वैरिएंट सामने आते रहते हैं। फिलहाल इस बारे में कोई ठोस भविष्यवाणी संभव नहीं है।

अंडर-17 महिला विश्व कप इंडिया के किक ऑफ द ड्रीम कार्निवल का हुआ आगाज

मुंबई। फीफा अंडर-17 महिला विश्व कप इंडिया 2022 की स्थानीय आयोजन समिति (एलओसी) ने नवी मुंबई के एनएमएमसी यशवंत राव चव्हाण ग्राउंड में किक ऑफ द ड्रीम फुटबॉल कार्निवल का शुभारंभ कर दिया। इस कार्निवल में नवी मुंबई क्षेत्र के विभिन्न स्कूलों के 650 से अधिक बच्चों ने विभिन्न गतिविधियों में भाग लिया। फुटबॉल कार्निवल में फुटबॉल-थीम वाले मौज-मस्ती के खेलों को शामिल किया गया है। साथ ही फुटबॉल फॉर ऑल के विचारों से प्रेरित सक्रियता (एक्टिवेशन) और चुनौतियों (चैलेंज) से जुड़ी गतिविधियां शामिल हैं। किक ऑफ द ड्रीम फुटबॉल कार्निवल का मुख्य लक्ष्य बच्चों को फुटबॉल-थीम वाली गतिविधियों के माध्यम से समावेशी भागीदारी (इन्कलूसिव पार्टिसिपेशन) को



हथियार बनाकर लैंगिक रूढ़ियों (जेंडर स्टीरियोटाइप्स) को तोड़ने के लिए प्रोत्साहित करना था। बच्चों ने विभिन्न गतिविधियों में बड़े उत्साह, रोमांच और खुशी के साथ भाग लिया। दिन के मुख्य आकर्षण में एक हेडर चैलेंज, एक फुटबॉल-शैली की डार्ट बोर्ड चैलेंज, फ्री किक चैलेंज और ब्रश और रंगों के माध्यम से एक परिस्तर में बच्चों की रचनात्मकता को अभिव्यक्ति देना शामिल था। साथ ही इसमें 5 फुटबॉल चुनौती का भी आयोजन

किया गया, जिसमें 16 टीमें स्वस्थ और मनोरंजक प्रतिस्पर्धा में लगी रहीं। किक ऑफ द ड्रीम फुटबॉल कार्निवल एक विशेष आयोजन है, जिसका उद्देश्य बच्चों को फुटबॉल-थीम वाले कार्यक्रमों में शामिल करना है, जहां वे टीम वर्क और लीडरशिप के बारे में सीखते हुए मजे कर सकते हैं। लेकिन सबसे महत्वपूर्ण बात यह है कि इस आयोजन का उद्देश्य बच्चों को उस आनंद का अनुभव करना है, जो

विश्व के इस सबसे सुंदर खेल को खेलते हुए लाखों लोग करते हैं। फीफा अंडर-17 विमेंस वर्ल्ड कप इंडिया 2022 की प्रोजेक्ट डायरेक्टर नंदिनी अरोड़ा ने कहा, इस लॉन्च इवेंट की संकल्पना और क्रियान्वयन में शामिल प्रत्येक हितधारक (स्टेकहोल्डर) के उत्साह को देखना बेहद उत्साहजनक है, जो अपनी तरह का एकदम अलग इवेंट है। आश्चर्यकर, यह कार्निवल में भाग लेने वाले बच्चों का उत्साह है, जो हमें प्रेरित इवेंट्स को लेकर रोमांचित कर रहा है।

कार्निवाल में डीएमसी खेल विभाग, एनएमएमसी के मनोज कुमार महाले और डीएमसी, शिक्षा विभाग, एनएमएमसी के जयदीप पवार के अलावा नंदिनी अरोड़ा और फीफा अंडर-17 विमेंस वर्ल्ड कप इंडिया 2022 के परियोजना अध्यक्ष अंशु अरोड़ा की भी उपस्थिति देखी गई।

राष्ट्रीय कौशल विकास निगम ने किया रिलेवेल से करार

नई दिल्ली। लोगों को हुनर सिखाने के अभियान के लिए केंद्र सरकार की नोडल एजेंसी राष्ट्रीय कौशल विकास निगम (एनएसडीसी) ने मड़ोले और छोटे शहरों में 20 लाख युवाओं को उद्योगों की जरूरतों के अनुसार कौशल बढ़ाने में मदद के लिए अनपकेडमी समूह की कंपनी रिलेवेल के साथ एक करार किया है। कंपनी की एक विज्ञप्ति के अनुसार रिलेवेल और एनएसडीसी अगले पांच वर्षों में अनेक महत्वपूर्ण विषयों पर एक साथ मिलकर काम करेंगे। रिलेवेल रोजगार और कौशल विकास के लिए भारत का एक लीडिंग प्लेटरफॉर्म है। इस एमओयू के द्वारा भारतीय युवाओं को संयुक्त अरब अमीरात और खाड़ी के देशों में रोजगार खोजने में मदद करने के लिए बुनियादी स्तर पर कार्य किया जा सकेगा। बयान के मुताबिक अगले पांच वर्षों में इंटरनेशनल प्लेसमेंट के लिए पांच लाख से अधिक युवाओं



द्वारा रिलेवेल टेस्ट में भाग लेने की उम्मीद है। यह प्लेटरफॉर्म शॉर्ट-टर्म ब्रिज कोर्स भी प्रदान करेगा जोकि रोजगार देने वाले देश की नौकरी की भूमिकाओं के अनुरूप होगा। रिलेवेल के सीईओ शशांक मुरली ने कहा कि विभिन्न क्षेत्रों में शीर्ष कंपनियों में काम करने के इच्छुक भारत के युवाओं को सशक्त बनाने के लिए एनएसडीसी के साथ सहयोग करके हमें खुशी हो रही है। एनएसडीसी के मुख्य परिचालन अधिकारी और कार्यकारी सीईओ वेद मणि तिवारी ने कहा, अनपकेडमी के रिलेवेल के साथ हमारी साझेदारी स्किल्ड वर्कफोर्स के लिए रोजगार के अच्छे अवसरों से जुड़ने हेतु एक इकोसिस्टम तैयार करेगी।

एयू स्मॉल फाइनेंस बैंक का मुनाफा 105 फीसदी उछला

नई दिल्ली। एयू स्मॉल फाइनेंस बैंक ने मार्च में समाप्त वित्त वर्ष की अंतिम तिमाही में 346 करोड़ रुपये का लाभ कमाया है जो इससे पिछले वित्त वर्ष की समान अवधि के लाभ की तुलना में 105 प्रतिशत अधिक है। बैंक के निदेशक मंडल की बैठक के बाद जारी वित्तीय लेखाजोखा के अनुसार वित्त वर्ष 2021-22 में उसने 1130 करोड़ रुपये का लाभ अर्जित किया है। बैंक ने कहा कि मार्च में समाप्त वित्त वर्ष में उसकी कुल आय 6915 करोड़

रिलायंस का यूई में कारखाना के लिए आरएससी के साथ 2 अरब डॉलर का शेयर-समझौता

अबू धाबी। रसायनों के ब्यूटपाद (केमिकल्स डेरेवेटिव्स) का कारोबार करने वाली अबू धाबी की कंपनी आरएससी लिमिटेड (ताजीज) और रिलायंस इंडस्ट्रीज लिमिटेड (आरआईएल) ने स्वाइस में ताजीज औद्योगिक रसायन परियोजना क्षेत्र में संयुक्त उद्यम स्थापित करेंगी। आरएससी लिमिटेड (ताजीज) ताजीज ईडीसी (एथीलिन डीक्लोराइड) और पॉलीविनाइल क्लोराइड (पीवीसी) परियोजना में हिस्सेदारी के लिए शेयरधारक समझौते पर हस्ताक्षर किए हैं। ताजीज और रिलायंस का यह संयुक्त उद्यम क्लोर-अल्कली, एथिलीन डाइक्लोराइड और



क्षेत्र में संयुक्त उद्यम स्थापित करेंगी। आरएससी लिमिटेड (ताजीज) ताजीज ईडीसी (एथीलिन डीक्लोराइड) और पॉलीविनाइल क्लोराइड (पीवीसी) परियोजना में हिस्सेदारी के लिए शेयरधारक समझौते पर हस्ताक्षर किए हैं। ताजीज और रिलायंस का यह संयुक्त उद्यम क्लोर-अल्कली, एथिलीन डाइक्लोराइड और

पॉलीविनाइल क्लोराइड उत्पादन के लिए वहां कारखाना लगाने के साथ उनका संचालन भी करेगा। बयान के अनुसार संयुक्त अरब अमीरात में पहली बार इस तरह के कार्बनिक रसायनों का उत्पादन किया जाएगा जिससे स्थानीय निर्माताओं के लिए राजस्व के नए रास्ते खुलेंगे। रिलायंस के अध्यक्ष और प्रबंध निदेशक मुकेश अंबानी की एडीएनओसी मुख्यालय की यात्रा के दौरान औपचारिक शेयरधारक समझौते पर हस्ताक्षर किए गए। श्री अंबानी ने यूई के उद्योग और उन्नत प्रौद्योगिकी मंत्री और एडीएनओसी के

प्रबंध निदेशक और समूह के सीईओ डॉ. सुल्तान अल जाबेर से मुलाकात की और खनिज तेल, ऊर्जा के नए स्रोतों और कार्बन उत्सर्जन में कमी के क्षेत्र में साझेदारी और विकास के अवसरों पर चर्चा की। श्री अंबानी ने कहा रिलायंस इंडस्ट्रीज और ताजीज के संयुक्त उद्यम की जड़ें प्रगति देख कर मैं बहुत प्रसन्न हूँ। यह संयुक्त उद्यम भारत और संयुक्त अरब अमीरात के बीच मजबूत संबंधों का गवाह है। अनुमान है कि ताजीज का परिस्तर भारत और संयुक्त अरब अमीरात के बीच मुक्त व्यापार समझौते से लाभान्वित होगा।

आईपीएल की शीर्ष दो टीमों में होगी दिलचस्प भिड़ंत

मुंबई। आईपीएल अंक तालिका की दो शीर्ष टीमों गुजरात टाइटंस और सनराइजर्स हैदराबाद के बीच होने वाले मुकाबले में दिलचस्प भिड़ंत देखने को मिल सकती है। गुजरात सात मैचों में छह जीतकर 12 अंकों के साथ तालिका में चोटी पर है जबकि हैदराबाद सात मैचों में पांच जीतकर तालिका में दूसरे स्थान पर है। गुजरात का लक्ष्य इस मुकाबले को जीतकर सेमीफाइनल के और करीब पहुंचना होगा।



दूसरी तरफ हैदराबाद का टारगेट छठी जीत हासिल कर तालिका में शीर्ष पर पहुंचना रहेगा। गुजरात के कप्तान हार्दिक पांड्या शानदार को मिल सकते हैं। गुजरात सात मैचों में छह जीतकर 12 अंकों के साथ तालिका में चोटी पर है जबकि हैदराबाद सात मैचों में पांच जीतकर तालिका में दूसरे स्थान पर है। गुजरात का लक्ष्य इस मुकाबले को जीतकर सेमीफाइनल के और करीब पहुंचना होगा।

हार्दिक मुंबई इंडियंस की तरफ से खूब खेले हैं। राहुल त्रिपाठी हैदराबाद की तरफ से अब तक के सर्वश्रेष्ठ बल्लेबाज हैं। उन्होंने इस सीजन 53 के औसत और 175.20 के औसत से 212 रन बनाए हैं। तेज गेंदबाजों के खिलाफ तो वह और भी खतरनाक हो जाते हैं और सिर्फ दो बार आउट हुए हैं। उन्होंने 181.81 के स्ट्राइक रेट से 140 रन बनाए हैं। टी नटराजन : बाएं हाथ का यह तेज गेंदबाज हर मैच में विकेट ले रहा है। उनके नाम सात मैचों में 15 विकेट हैं। डेथ के साथ वह पावरप्ले में भी प्रभावी हैं और 6.83 के स्ट्राइक

रेट से छह विकेट लिए हैं। डेविड मिलर : साउथ अफ्रीका के इस फिनिशर ने इस सीजन में अपने पुराने फॉर्म को दिखाया है। सात पारियों में 73.33 के औसत और 157.14 के स्ट्राइक रेट से उनके नाम 220 रन हैं। लांकी फार्युसन: इस कीवी तेज गेंदबाज ने इस सीजन में जबरदस्त तेजी दिखाई है और उन्होंने सात मैचों में 8.32 की इकोनोमी से नौ विकेट लिए हैं। पावरप्ले के दौरान तो वह और भी खतरनाक हो जाते हैं। नौ में से छह विकेट उन्होंने पावरप्ले में ही लिए हैं।

अच्छी गति है और वह अपने क्रद काठी का अच्छा उपयोग करते हुए गेंद को बाएं हाथ के कोण से स्विंग और सीएम करवा लेते हैं। इन छह खूबियों को एक गेंदबाज में पाना कितना दुर्लभ है वह आप ब्रूस रीड की चोटप्रस्त करियर को याद करके समझ सकते हैं। उनकी तुलना में उमरान के पास एक ही खूबी है और वह है उनकी नैसर्गिक गति, जो इस गेम की सबसे आकर्षक चीज है। कई गेंदबाज 90 मील या 145 किमी प्रति घंटा की रफ्तार से गेंद डाल लेते हैं। उमरान इससे भी ज्यादा तेज हैं और लगभग लांकी फार्युसन की श्रेणी में आते हैं। इस श्रेणी में बहुत खिलाड़ी नहीं मिलते।



अच्छी गति है और वह अपने क्रद काठी का अच्छा उपयोग करते हुए गेंद को बाएं हाथ के कोण से स्विंग और सीएम करवा लेते हैं। इन छह खूबियों को एक गेंदबाज में पाना कितना दुर्लभ है वह आप ब्रूस रीड की चोटप्रस्त करियर को याद करके समझ सकते हैं।

आज का राशिफल

मेघ: आपको रोजगार के नए अवसर प्राप्त होंगे। आज आपको किसी से भी बिना वजह उलझने से बचना चाहिए। परिवार वालों के साथ आपके रिश्ते मजबूत होंगे। आज कोई नया काम सीखने का मौका मिलेगा। युव: आज आप अपने भविष्य के बारे में सोच-विचार करेंगे। परिवार के सदस्यों के साथ आपके रिश्ते बेहतर होंगे। कार्यस्थल पर लोगों का सहयोग मिलने से आपको खुशी महसूस होगी। मिथुन: आज आप अपनी बुद्धिमानी से सब काम संभाल लेंगे। इस राशि के नौकरी कर रहे लोगों को साथ काम करने वालों से मदद मिलेगी। उनका काम जल्दी पूरा होगा। आज जीवनसाथी के साथ खुशनुमा पल बिताएं। कर्क: आज रूके हुआ काम पूरे होने की संभावना है। बच्चों से किसी मित्तन को लेकर आप उनसे बात करेंगे। इस राशि के विद्यार्थियों को आज शिक्षक की तरफ से विशेष मार्गदर्शन मिलेगा, जिससे उनका भविष्य उज्वल बननेगा। सिंह: आज आपकी मुलाकात बचपन के किसी मित्र से होगी। ये मुलाकात आपके लिये लाभदायक रहेगी। आज आपके सौचे हुए कार्य पूरे होंगे। इससे आपका मन खुश रहेगा। किसी काम के लिए कोई बड़ा फैसला लेने में आज सफल रहेगी। कन्या: आज आप किसी नए काम की प्लानिंग करेंगे। आज परिवार वालों के साथ आप खुशनुमा पल बिताएं। इससे रिश्तों में नजदीकियां बढ़ेंगी। पुराने दोस्तों से मुलाकात होने की संभावना है। आपके व्यवहार से कुछ लोग बेहद प्रभावित होंगे। मृगशिरा: किसी काम के लिए कोई बड़ा फैसला लेने में आज सफल रहेगी। आपकी भौतिक सुख-सुविधाओं में बढ़ोतरी होगी। आज आप अपने कार्यों को पूरा करने के लिए कुछ नया करने की कोशिश करेंगे। किसी महत्वपूर्ण मामले पर कुछ खास लोगों से बातचीत करने का मौका मिलेगा। धनु: आज कोई शुभ समाचार मिलने के संकेत नजर आ रहे हैं। आपके मन में किसी व्यक्ति की मदद करने का भाव आएगा। आज आपकी रचनात्मक प्रतिभा खुलकर लोगों के सामने आएगी। आपकी आर्थिक स्थिति में बढ़ोतरी होगी। मकर: आज माता-पिता की मदद मिलने से आपका कोई खास काम पूरा होगा। आपकी सेहत में कुछ उतार-चढ़ाव बना रहेगा। आपको अपनी सेहत का ध्यान रखना चाहिए। आज उधार लेन-देन से आपको बचना चाहिए। कुंभ: आज संतान सुख की प्राप्ति होगी। सहयोगी आपके विचारों से प्रभावित होंगे, लेकिन दूसरों के कार्यों में दखल देने से आपको बचना चाहिए। मन- मुताबिक काम पूरे होने से आपका मन प्रसन्न होगा। अधिकारी वर्ग से बातचीत करते समय आपको थोड़ी सावधानी रखनी चाहिए। मीन: आज ऑफिस में आपकी ड्रेस की तारीफ होगी। इस राशि के कॉमर्स स्टूडेंट्स को अपने विचारों से सहयोग प्राप्त होगा। किसी विषय में आ रही समस्या आसानी से सॉल्व हो जाएगी। आपका दाम्पत्य जीवन खुशियों से भरा रहेगा। व्यापार के क्षेत्र में दूसरे लोगों से संपर्क करना फायदेमंद होगा। आपके व्यवहार से कुछ लोग खुश होंगे।

रोहित शेट्टी के फोर्स में हुई विवेक ओबेरॉय की एंटी

अजय देवगन, अक्षय कुमार और रणवीर सिंह के बाद अब रोहित शेट्टी एक नए स्टार को पुलिस के किरदार में पेश करने वाले हैं। जी हॉ और इस लिस्ट में शामिल हुए हैं विवेक ओबेरॉय। जी दरअसल रोहित शेट्टी ने अपने कॉप यूनिवर्स से 2 और नए किरदार रिचील किए थे जिनको शिल्पा शेट्टी और सिद्धार्थ मल्होत्रा प्ले करेंगे। अब इसके बाद एक और खबर आई है। जी दरअसल शिल्पा और सिद्धार्थ के बाद अब रोहित शेट्टी ने अपनी कॉप गैंग का एक सबसे बड़ा पता खोला है।



जी दरअसल रोहित शेट्टी ने आज यानी मंगलवार को अपनी अपकॉमिंग वेब सीरीज इंडियन पुलिस फोर्स में विवेक ओबेरॉय का लुक रिचील किया है। वहीं विवेक का लुक देखकर उनके फैंस क्रेजी हो गए हैं। जैसे आप सभी जानते ही होंगे विवेक ओबेरॉय सबसे अनुभवी अभिनेता हैं और इसी के चलते फिल्म में वह

सबसे सीनियर ऑफिसर का रोल प्ले करते दिखाई पड़ेंगे। आप सभी देख सकते हैं रोहित शेट्टी ने विवेक ओबेरॉय का लुक रिचील करते हुए लिखा- आपका स्वागत है विवेक। वैसे अब ये देखना ये होगा कि क्या सीरीज में विवेक के किरदार का नाम विवेक ही होगा या फिर उन्हें कोई और नाम दिया जाएगा। ऐसा इसलिए क्योंकि रोहित ने अभी तक उनका नाम रिचील नहीं किया है। वैसे फर्स्ट लुक पोस्टर में विवेक ओबेरॉय हाथ में नन थामे काफ़ी एप्रेंसिव लुक में नजर आ रहे हैं।

श्रीकांत बोला के विवाह पर राजकुमार राव ने दी बधाई

एक्टर राजकुमार राव जल्द ही उद्योगपति श्रीकांत बोला की बायोपिक में मुख्य भूमिका निभाते हुए दिखाई देने वाले हैं। बहुप्रतीक्षित मूवी के निर्देशक तुषार हीरानंदानी 23 अप्रैल को हैदराबाद में श्रीकांत बोला के विवाह समारोह का भाग बने। इस शुभ अवसर पर तुषार हीरानंदानी और राजकुमार राव ने नवविवाहित जोड़े को आशीर्वाद भी दे दिया है। निर्देशक ने इंस्टाग्राम पर नवविवाहिता की तस्वीर पोस्ट की और बोला है कि: श्रीकांत और



स्वाति को नई पारी शुरू करने के लिए बधाई... श्रीकांत गय अब तो तेरी कहानी बोलनी पड़ेगी। बता दें कि राजकुमार राव ने इंस्टाग्राम पर उन्हें बधाई दी और जोड़े के सुखी वैवाहिक जीवन की कामना भी की है।

20 मिनट में तैयार करें शानदार सब्जी 'वेज पनीर बहारा'

पनीर की मदद से आप कई अलग-अलग तरह की टेस्टी डिशेंज बना सकते हैं। तो आज हम आपको ऐसी ही एक डिश के बारे में बताने वाले हैं जिसे बनाने में बस 20 मिनट लॉगें मुश्किल से।



सामग्री : तेल- 2 टीस्पून, पनीर- 1 कप, लंबी कटी हुई शिमला मिर्च- 1/2 कप, लंबे कटे हुए प्याज- 1/2 कप, हल्की उबली मटर- 1/2 कप, उबले हुए स्वीट कॉर्न- 1/2 कप, टमाटर लंबे कटे हुए- 2, कटे हुए लहसुन- 3, हरी मिर्च और अदरक कटे हुए- 1 टीस्पून, लाल मिर्च पाउडर- 2 टीस्पून, गरम मसाला- 1/2 टीस्पून, मूंगफली का पाउडर- 1 टीस्पून, काला नमक- 1 टीस्पून, पुदीना पाउडर- 2 टीस्पून, नमक स्वादानुसार, कसूरी मेथी- 2 टीस्पून, दूध- 3-4 टीस्पून, नींबू का रस आवश्यकतानुसार विधि : घेन गरम होने के लिए रख दें। इसमें हरी मिर्च, अदरक-लहसुन पेस्ट डालकर 15 सेकेंड तक भूनें। इसके बाद इसमें शिमला

मिर्च, प्याज डालकर कुछ देर और भूनें। इसके बाद सारे मसाले, मूंगफली पाउडर, नमक डालकर कुछ देर और पकाएं। टमाटर डालकर थोड़ा सॉफ्ट होने तक पकाएं। इसके बाद इसमें चौथाई कप पानी डाल दें। दो से तीन मिनट में इसका टेक्सचर बदलने लगेगा। मटर और स्वीट कॉर्न भी साथ ही साथ डाल दें। इसके बाद मिल्क पाउडर और लंबे कटे हुए पनीर डाल दें। पनीर थोड़ी देर में एकदम सॉफ्ट हो जाएगा। सबसे बाद में कसूरी मेथी, पुदीना पाउडर, हरी धनिया, नींबू का रस डालें। एक मिनट और पकने दें। तैयार है पनीर बहारा सर्विंग के लिए।

शब्द सामर्थ्य- 55

बाएं से दायें 1. आय व्यय का लेखा-जोखा, गणित, एकाउंट 3. चिनती, अदब 6. दृष्टान्त, सुपुर्दगी, उदाहरण 7. मूल्यवान, बहुमूल्य 8. अच्छे ढंग में गाया जाने वाला सुंदर गीत 10. बराबर, सम 12. मुख, चेहरा 14. अनुकृति, अनुकरण, बहिन, प्रवाहित होना 3. प्रणय असल का विलोम 17. दिमाग, मस्तिष्क 18. मनोहर, सुंदर, इच्छित, प्यारा 19. गर्मी, ताप 21. रसिया, प्रेमी, रसपान करने वाला 23. दबाव, भार 24. भीख 25. काम से जी चुराने वाला, आलसी। ऊपर से नीचे 1. साहस, वीरता, बहादुरी 2. इच्छित, अनुकरण, बहिन, प्रवाहित होना 3. प्रणय 17. दिमाग, 4. विश्वास, प्रतीति 5. इंतजार 9. खाने-पाने का सामान, रसद 11. नशीला, मदभरा 12. चायल, जखमी 13. झुंझ, प्रणाम, नमस्कार 14. दुष्टि, निगाह 15. तीव्रदृच्छा 16. अर्थ, अधिप्राय, स्वार्थ 20. इम्तिहान, योग्यता आदि को परखना 22. जुल्म, अन्याय 23. पत्नी, बोबी, एक प्रत्यय।

शब्द सामर्थ्य क्रमांक 54 का हल
दा दू की खा सो आ म
वा त म ब्रा जा
न जा क त बा अ द व
ल ली वि ला प हा
अ फ सा ना मा हि र
दा व श गु न
न उ प का र शि
व त्स र त क ला
सा व न गु रु वा र

सू-दो-कू- 55

सू-दो-कू क्र. 54 का हल
2 6 8 3
9 8 3 4
5 2 7 6
8 4 1 3
8 9 1 2
5 1 7 4
नियम 1. कुल 81 वर्ण हैं, जिसमें 9वर्णों का एक खंड बनाते हैं। 2. हर खाली वर्ण में 1से 9 के बीच का कोई एक अंक र सक्ते हैं। 3. बाएं से दायें ऊपर से नीचे के प्रत्येक कालम, कालार और खंड में 1से9 अंक में से किसी भी अंक का इस्तेमाल एक बार ही कर सकते हैं।

