

संपादकीय

बदहाली का फैलता दायरा

अगर बैंकिंग, वित्तीय सेवाओं और बीमा कंपनियों को छोड़ दें, तो संगठित क्षेत्र की भी बाकी तमाम कंपनियों का मुनाफा लगातार गिर रहा है। बैंकिंग, वित्तीय सेवाओं और बीमा कंपनियों ने शेयर मार्केट को चमका रखा है। जबकि बाकी कारोबार में ऐसी कोई चमक नहीं है।

इस खबर की खास चर्चा हुई है कि कैसे बीते पांच साल में भारत के 72 प्रतिशत सूक्ष्म, लघु और मध्यम कारोबारियों की आमदनी बिल्कुल नहीं बढ़ी है। एमएसएमई सेक्टर संकट में है, इस बारे में टोस आंकड़े पहले से उपलब्ध रहे हैं। दरअसल, नोटबंदी ने इस सेक्टर को जो कमर तोड़ी, वह आज तक नहीं संभल पाई है। ताजा खबर एक सर्वे पर आधारित है, जिसमें बताया गया कि इस क्षेत्र के अधिकांश कारोबारी जीएसटी को जिस ढंग से लागू किया गया, उससे भी परेशान हैं। लेकिन सिर्फ वो ही परेशान हों, ऐसी बात नहीं है। एक वित्तीय अखबार ने खबर दी है कि अगर बैंकिंग, वित्तीय सेवाओं और बीमा (बीएफएसई) कंपनियों को छोड़ दें, तो संगठित क्षेत्र की भी बाकी तमाम कंपनियों का मुनाफा लगातार गिर रहा है। बैंकिंग, वित्तीय सेवाओं और बीमा उद्योग वे क्षेत्र हैं, जिन्होंने शेयर मार्केट को चमका रखा है। लेकिन बाकी कारोबार में ऐसी कोई चमक नहीं है। तेल-साबुन बनाने वाली कंपनियों यानी एफएमसीजी की विक्री लगातार गिर रही है, यह खबर एकाध अपवाद मौकों को छोड़ कर बाकी तमाम महीनों के अंत में आई रिपोर्टों से मिलती रही है। अगर गहराई से देखें, तो इन सारी नकारात्मक खबरों के तार एक दूसरे से जुड़े नजर आएं। एमएसएमई सेक्टर भारत में सबसे ज्यादा रोजगार मुहैया कराने वाला क्षेत्र है। अगर ये कारोबार संकट में होंगे, करोड़ों लोगों की आमदनी घटेगी, जो अपना खर्च घटाने को मजबूर होंगे। उससे बाजार में मांग का घटना तय है। असल में यही हुआ है। ऊपर से बीते चार साल जारी असाधारण महंगाई ने लोगों की वास्तविक आय घटा दी है। ऐसे में कंपनियों की विक्री या मुनाफा बढ़ने का कोई आधार नहीं है। ये स्थितियां देश में लगातार विकराल हो रहे आर्थिक संकट की तरफ इशारा करती हैं। बेशक, सरकार में ऐसे अधिकारी हैं, जो इन संकेतों को समझते होंगे। इसके बावजूद बाजार में उपभोग और मांग बढ़ाने वाली नीतियां अगर नहीं अपनाई गई हैं, तो उसे सरकार की सुनियोजित नीति का परिणाम ही माना जाएगा। तो भारत की बढ़ती दुर्दशा के लिए जवाबदेह कौन है, यह स्पष्ट है।

रुद्रांक्ष ने 10 मीटर एयर राइफल में स्वर्ण जीता, महिला वर्ग में तिलोत्तमा को कांस्य



काहिरा। गत विश्व चैंपियन रुद्रांक्ष पाटिल ने मंगलवार को यहां आईएसएसएफ निशानेबाजी विश्व कप की पुरुष 10 मीटर एयर राइफल स्पर्धा का स्वर्ण पदक जबकि तिलोत्तमा सेन ने इसी स्पर्धा के महिला वर्ग में कांस्य पदक जीतकर भारत का दबदबा बनाए रखा।

भारत अब प्रतियोगिता में तीन स्वर्ण सहित चार पदक जीत चुका है।

दुनिया के नंबर एक खिलाड़ी रुद्रांक्ष ने स्वर्ण पदक के मुकाबले में जर्मनी के मैक्समिलियन उल्ब्रिच को 16-8 से हराया।

रुद्रांक्ष रैंकिंग दौर में भी 262.0 अंक के साथ शीर्ष पर रहे थे जबकि उल्ब्रिच ने 260.6 अंक जुटाए थे। तिलोत्तमा ने 262.0 के स्कोर

के साथ रैंकिंग राउंड में शीर्ष आठ में जगह बनाई लेकिन वह 0.1 के न्यूनतम संभावित अंतर से स्वर्ण पदक मैच में जगह बनाने से चूक गई। उनका पदक प्रतियोगिता में भारत का दूसरा कांस्य पदक है। ग्रेट ब्रिटेन की सियोनैड

मैकिटोश ने स्वर्ण पदक के मुकाबले में स्विट्जरलैंड की ऑलंपिक चैंपियन नीना क्रिस्टन को 16-8 से हराया। इससे पहले रुद्रांक्ष ने क्वालीफिकेशन दौर में 629.3 अंक के साथ सातवें स्थान पर रहते

हुए रैंकिंग दौर में जगह बनाई थी।

पुरुष 10 मीटर एयर राइफल स्पर्धा में हिस्सा ले रहे अन्य भारतीय निशानेबाज दिव्यांश सिंह पंवार और हृदय हजारीका रैंकिंग दौर में जगह बनाने से मामूली अंतर से चूक गए।

रैंकिंग दौर में शीर्ष आठ क्वालीफायर पांच शॉट की पांच सीरीज में चुनौती पेश करते हैं जिससे स्वर्ण पदक के मुकाबले में हिस्सा लेने वाले शीर्ष दो निशानेबाजों का फैसला होता है। पहली सीरीज के बाद इजराइल के अनुभवी निशानेबाज सर्गेई रिकटर शीर्ष पर थे जबकि रुद्रांक्ष उनसे 1.2 अंक पीछे थे।

रुद्रांक्ष ने दूसरी सीरीज में वापसी

की और अपने 10वें शॉट में 10.9 के परफेक्ट स्कोर के साथ पहली बार बढ़त बनाई। तीसरी सीरीज के अंत तक उन्होंने क्रोएशिया के मिरान मारिसिच पर 0.2 अंक की मामूली बढ़त बना रखी थी।

रुद्रांक्ष ने चौथी सीरीज के अंत तक 1.1 अंक की बढ़त हासिल कर ली। रिकटर तीसरे स्थान पर बरकरार थे। सिर्फ चार निशानेबाज दौड़ में थे। विश्व चैंपियन रुद्रांक्ष ने 25 शॉट के बाद 262 अंक से शीर्ष स्थान हासिल किया और उल्ब्रिच 260.6 अंक के साथ मारिसिच और रिकटर को पछाड़कर दूसरे स्थान पर पहुंचने में सफल रहे। मारिसिच ने 260.5 अंक के साथ कांस्य पदक जीता।

जर्मनी के निशानेबाज ने रुद्रांक्ष के साथ स्वर्ण पदक के मुकाबले में जगह बनाई। शुरुआती सात शॉट के

बाद मुकाबला 7-7 से बराबर था। भारतीय निशानेबाज ने हालांकि अगली तीन सीरीज जीतकर 13-7 की बढ़त बना ली। उल्ब्रिच ने 11वीं सीरीज में टाई किया लेकिन रुद्रांक्ष ने 12वीं सीरीज जीतकर स्वर्ण पदक अपने नाम किया।

भारतीय निशानेबाजों ने सोमवार को मिश्रित टीम एयर पिस्टल और राइफल स्पर्धाओं में स्वर्ण पदक जीते थे।

आग नर्मदा नितिन और रुद्रांक्ष ने 10 मीटर एयर राइफल मिश्रित टीम स्पर्धा में भारत को पहला स्वर्ण पदक दिलाया।

रुद्रांक्ष को व्यक्तिगत स्पर्धा में कांस्य पदक जीतने वाले वरुण तोमर ने इसके बाद रिमम सांगवान के साथ मिलकर 10 मीटर एयर पिस्टल मिश्रित टीम स्पर्धा का स्वर्ण पदक जीता।

यूट्यूब ने पॉडकास्ट के लिए नए टूल की टेस्टिंग की शुरु

सैन फ्रांसिस्को। गूगल के स्वामित्व वाले वीडियो-शेयरिंग प्लेटफॉर्म यूट्यूब ने पॉडकास्ट के लिए अपने नए टूल का टेस्ट करने के लिए नया 'फीचर एक्सपेरिमेंट' लॉन्च किया है। यूट्यूब गूगल की रिपोर्ट के अनुसार, अपलोड करने से लेकर एनालिटिक्स डेटा प्रदर्शित करने तक, यूट्यूब जो नए टूल रोल आउट कर रहा है, वह सब कुछ कवर करता है, जिसकी आवश्यकता एक क्रिएटर को प्लेटफॉर्म पर पॉडकास्ट लॉन्च करने के लिए होती है।

दक्षिण अफ्रीका महिला टी20 विश्व कप के सेमीफाइनल में, बांग्लादेश को 10 विकेट से हराया

केपटाउन। लौरा वॉलवार्ट और तजमीन ब्रिट्स के नाबाद अर्धशतकों तथा पहले विकेट के लिये 117 रन की अटूट साझेदारी के दम पर दक्षिण अफ्रीका ने मंगलवार को यहां बांग्लादेश को 10 विकेट से रौंदकर आईसीसी महिला टी20 विश्व कप के सेमीफाइनल में प्रवेश किया। दक्षिण अफ्रीका की टीम इस तरह शुक्रवार को यहां होने वाले दूसरे सेमीफाइनल में गुप दो के शीर्ष पर रहने वाली इंग्लैंड से भिड़ेगी। इंग्लैंड ने अभी कोई मैच गंवाया नहीं है।

आयोजित हुए आईसीसी विश्व कप के अंतिम चार में पहुंचने वाली पहली दक्षिण अफ्रीकी टीम - पुरुष या महिला, जूनियर या सैनियर - बन गयी।

वोलवार्ट (56 गेंद में नाबाद 66 रन) और ब्रिट्स (51 गेंद में नाबाद 50 रन) ने अपनी टीम के लिये टूर्नामेंट में पहले अर्धशतक जमाये जिससे दक्षिण अफ्रीका ने बांग्लादेश द्वारा दिया गया 114 रन का लक्ष्य 13 गेंद रहते हासिल कर लिया। मेजबान टीम मंगलवार को 17.5 ओवर में बिना विकेट गंवाये 117 रन बनाकर सेमीफाइनल में पहुंची। इससे पहले बांग्लादेश ने टॉस जीतकर बल्लेबाजी का फैसला किया, उसके लिये कप्तान निगार सुलताना 30 रन बनाकर शीर्ष स्कोरर रही। दक्षिण अफ्रीका के लिये अयाबोंगा खाका और मरिजाने काप ने दो दो विकेट झटके। वहीं शबनीम इस्माइल और नानकुलुलेको मल्लाबा को एक एक विकेट मिला। दक्षिण अफ्रीका के लिये वोलवार्ट ने अपनी पारी में सात चौके और एक छक्का जड़ा जबकि ब्रिट्स ने चार चौके लगाये।

स्पिनर एशटन एगर को आस्ट्रेलियाई टेस्ट टीम से 'रिलीज' किया गया

नई दिल्ली। राष्ट्रीय चयनकर्ता टोनी डोडेमेड ने बुधवार को कहा कि आस्ट्रेलियाई स्पिनर एशटन एगर को घरेलू क्रिकेट खेलने के लिये भारत का दौरा कर रही टेस्ट टीम से 'रिलीज' कर दिया गया और वह स्वदेश खाना हो चुके हैं। एगर घरेलू स्तर के अंतिम चरण में 'वेस्टर्न आस्ट्रेलिया' के लिए खेलेंगे। दौरे के बीच में आस्ट्रेलिया के कई खिलाड़ी स्वदेश लौट चुके हैं जिनमें यह 29 वर्षीय बायें हाथ

स्पिनर भी शामिल हो गया है। सलामी बल्लेबाज डेविड वॉर्नर और तेज गेंदबाज जोश हेजलवुड चोटों के कारण टीम से बाहर होने के बाद पहले ही स्वदेश लौट चुके हैं। आस्ट्रेलियाई टीम भारत के खिलाफ चार मैचों की टेस्ट श्रृंखला के पहले दो मैच गंवा चुकी है। डोडेमेड ने कहा, एगर टीम के लिये सर्वश्रेष्ठ कर चुके हैं। उन्होंने काफी अच्छा काम किया है।

नागपुर में पहले टेस्ट में (मरफी, एगर और स्वेपटन) के बीच चयन काफी करीबी रहा कि हमें किस स्पिनर को उतारना चाहिए। सवाल था कि दो ऑफ स्पिनरों को एक साथ उतारा जाये या नहीं। उन्होंने कहा, दूसरे टेस्ट में मैथ्यू कुहेनमैन भी शामिल हो गये थे जिसके बाद भी काफी करीबी फैसला रहा। हमने फैसला किया कि मैथ्यू की शैली यहां की परिस्थितियों के अनुकूल होगी।

एगर एक भी मैच खेलने बिना ही स्वदेश लौट गये हैं जबकि ऑफ स्पिनर टॉट मरफी को उन पर तरजीह देकर पहले टेस्ट की टीम में चुना गया था। दूसरे टेस्ट में हालांकि आस्ट्रेलिया ने तीन स्पिनरों को उतारा लेकिन एगर को फिर टीम में जगह नहीं दी गयी जिसमें साथी बायें हाथ के स्पिनर मैथ्यू कुहेनमैन को पदार्पण कराया गया। बॉर्डर-गावस्कर ट्राफी का तीसरा टेस्ट एक मार्च से इंदौर में

शुरू होगा। अंतिम टेस्ट नौ मार्च से अहमदाबाद में खेला जायेगा। लेग स्पिनर मिचेल स्वेपसन अपने बच्चे के जन्म के लिये दिल्ली में दूसरे टेस्ट से पहले और कप्तान पैट कमिंस पारिवारिक कारणों से स्वदेश लौट गये थे। लेकिन अब दोनों इंदौर में शुरू होने वाले तीसरे टेस्ट से पहले टीम से जुड़ जायेंगे। एगर के मार्च में टूर के वनडे चरण के लिये भारत लौटने की संभावना है।

भारत ने विश्व स्तर पर औसत मोबाइल स्पीड में 10-स्पाट की छलांग लगाई

नई दिल्ली। रिलायंस जियो और एयरटेल की बढौत 5जी रिलीज स्पीड पकड़ रहा है। भारत ने जनवरी के महीने में वैश्विक स्तर पर औसत मोबाइल स्पीड में 10 स्थानों की छलांग लगाई, जिसके बाद यह दिसंबर में 79वें स्थान से 69वें स्थान पर पहुंच गया। सोमवार को एक रिपोर्ट में यह जानकारी दी गई है। नेटवर्क इटैलिजेंस और कनेक्टिविटी इनसाइट्स प्रदाता ऊकला के अनुसार, देश ने समग्र औसत फिक्सड ब्रॉडबैंड स्पीड के लिए विश्व स्तर पर रैंक में दो स्थान (दिसंबर में 81वें से जनवरी में 79वें स्थान पर) की वृद्धि की है। भारत में ओवरऑल फिक्सड मीडियम डाउनलोड स्पीड दिसंबर में 49.14 एमबीपीएस से जनवरी में 50.02 एमबीपीएस तक मामूली वृद्धि देखी गई।



नवंबर में, भारत औसत मोबाइल स्पीड में विश्व स्तर पर 105वें स्थान पर रहा। ऊकला ने इस साल जनवरी में 29.85 एमबीपीएस की औसत मोबाइल डाउनलोड स्पीड भी दर्ज की, जो दिसंबर 2022 में 25.29 एमबीपीएस से बेहतर है। यूएई समग्र वैश्विक औसत मोबाइल स्पीड का नेतृत्व करता है, जबकि पापुआ न्यू गिनी ने विश्व स्तर पर रैंक में 24 स्थानों की वृद्धि की है। निश्चित ब्रॉडबैंड डाउनलोड स्पीड के लिए, सिंगापुर शीर्ष स्थान पर बना हुआ है, जबकि साइप्रस ने वैश्विक स्तर पर रैंक में 20 स्थानों की वृद्धि दर्ज की है। इस बीच, रिलायंस जियो की 5जी सेवाएं 236 से अधिक शहरों में लाइव हो गई हैं, जो कम समय में इतने व्यापक नेटवर्क तक पहुंचने वाला पहला और एकमात्र दूरसंचार ऑपरेटर बन गया है।

आज का राशिफल

मेघ : आज आपका दिन बेहतर रहेगा। किसी अंधरे को पूर्ण होने से धनमान सुनिश्चित होगा। आज आपके सामाजिक व्यवहारों में वृद्धि होगी व सामाजिक दायरा बढ़ेगा। मध्यान के बाद परिस्थिति और भी सही बनने लगीं।  
 बुध : आज का दिन आपके लिए सामान्य रहेगा। स्वभाव से चंचल रहेंगे। किसी की भी बातों को बिना तथ्य जाने सच न माने। बुरानी बीमारियों में आशंका सुदूर आ जाए। फिर भी लापरवाही से बचें।  
 मिथुन : आज आपका दिन मिलाजुला रहेगा। विरोध करने वालों को अपनी गलती का अहसास होगा। कार्य क्षेत्र पर आज अनन्त मन से ही कार्य करेंगे। धन लाभ अल्प मात्रा में होगा।  
 कर्क : आज के दिन आप अधिक परिश्रम के कारण शारीरिक थिथिलता अनुभव करेंगे लेकिन परिश्रम का सकारात्मक फल मिलने से उत्साहित भी रहेंगे। आवश्यकता अनुसार धन की आय बढ़ हो ही जाएगी।  
 सिंह : आज का दिन आपकी सुख शान्ति में वृद्धि करेगा। व्यापार व्यवसाय में आकस्मिक लाभ के सौदे मिलने से भविष्य की योजनाएं गति लेंगी। नौकरी पेशा जगतको को भी अपनी प्रतिभा दिखाने का अवसर मिलेगा जिससे सम्मान की प्राप्ति भी होगी।  
 कन्या : आज आप आध्यात्मिक उन्नति के लिए प्रयास करेंगे। आप पूरी निष्ठा एवं तैयारी के साथ अंधरे को पूर्ण करने में लग जायेंगे। सहकर्मियों का सहयोग अपेक्षा से कम ही रहेगा फिर भी धन लाभ में ज्यादा व्यवधान नहीं आएंगे।  
 तुला : आज आप दिन का समय शान्ति से बिताएंगे। कोई समाचार प्राप्त हो सकता है। धार्मिक भावनाएं आज बलवती रहेंगी। धर्म के कामों में समय एवं धन व्यय करेंगे। आर्थिक रूप से आज का दिन आपके बौद्धिक एवं शारीरिक परिश्रम पर ज्यादा निर्भर करेगा।  
 वृश्चिक : आज के दिन मध्यान से पहले आपको कोई लाभदायक समाचार मिलेगा धन कोष में भी आकस्मिक वृद्धि होगी। कार्य व्यवसाय से दिन के पहले भाग में अन्य दिनों की अपेक्षा अधिक लाभ कमा लेंगे।  
 धनु : आज आप पूरी निष्ठा एवं तैयारी के साथ अंधरे को पूर्ण करने में लग जायेंगे सहकर्मियों का सहयोग अपेक्षा से कम ही रहेगा फिर भी धन लाभ में ज्यादा व्यवधान नहीं आएंगे। सुखोपभोग की वस्तु खरीदने की योजना बनेगी। सेहत बढ़िया रहेगी।  
 मकर : आज के दिन आपकी महात्वाकांक्षायें बढ़ चढ़ कर रहेंगी। कार्य व्यवसाय में जल्दबाजी न करने की सलाह है। मन लगाकर कार्य करें परिणाम सुखद होगा। आर्थिक रूप से दिन सामान्य रहेगा। मध्यान के बाद कही से अकस्मात लाभ होने की संभावना है।  
 कुंभ : आज आपका दिन मनोनुकूल ही रहेगा। कोई समाचार प्राप्त हो सकता है। धार्मिक भावनाएं आज बलवती रहेंगी। धर्म के कामों में समय एवं धन व्यय करेंगे। आज परिजनों की समस्या का समाधान अवश्य करें। स्वास्थ्य बेहतर रहेगा।  
 मीन : आपको आज का दिन मिला-जुला फल देगा। भाई व मित्र के सहयोग से सफलता मिलेगी। आध्यात्मिक विचारों में और वृद्धि होगी। दिन के आरंभ में आलस्य रहेगा।

1,000 करोड़ रुपए के क्लब में शामिल हुई फिल्म पठान

शाहरुख खान की फिल्म पठान ने रिलीज के बाद से ही बॉक्स ऑफिस पर तहलका मचाया हुआ है। फिल्म आए दिन नए-नए रिकॉर्ड बना रही है। न सिर्फ भारत, बल्कि विदेशी बॉक्स ऑफिस पर भी यह कई नए कीर्तिमान स्थापित कर चुकी है। शाहरुख के साथ उनके प्रशंसकों को भी बेसब्री से इंतजार था कि फिल्म कब दुनियाभर में 1,000 करोड़ रुपये के क्लब में एंट्री करेगी और अब आखिरकार यह मुश्किल पड़ाव भी पठान ने पार कर लिया है। पठान ने जहां भारत में 500 करोड़ रुपये का आंकड़ा पार कर लिया है,

वहीं इसने दुनियाभर में 1,000 करोड़ के जादुई आंकड़े को भी छू लिया है और इसी के साथ पठान इस क्लब में एंट्री करने वाली पांचवीं भारतीय फिल्म बन गई है। बॉक्स ऑफिस वर्ल्डवाइड की रिपोर्ट से यह खुलासा हुआ है। बीते रविवार को फिल्म का दुनियाभर में कलेक्शन 996 करोड़

रुपये था, जो अब बढ़कर 1,000 करोड़ रुपये हो गया है। दंगल पहली ऐसी भारतीय फिल्म थी, जिसने दुनियाभर में लगभग 2,200 करोड़ रुपये की कमाई की थी। दूसरे नंबर पर है बाहुबली 2: द कनक्लूजना इस फिल्म ने दुनियाभर के बॉक्स ऑफिस से करीब 1,810 करोड़ रुपये बटोरे। 1,258 करोड़ रुपये के वर्ल्डवाइड कलेक्शन के साथ तीसरे नंबर पर निर्देशक एसएस राजामौली की गोल्डन ग्लोब जीत चुकी ब्लॉकबस्टर फिल्म आरआरआर है।

हेरा फेरी 3 की शूटिंग शुरू, अक्षय कुमार की मौजूदगी पर लगी मोहर

बॉलीवुड फिल्में हेरा फेरी और फिर हेरा फेरी को लोगों ने काफी पसंद किया था। इस फ्रेंचाइजी की तीसरी फिल्म की लोग काफी समय से डिमांड कर रहे हैं। बीते दिनों फिल्म हेरा फेरी 3 को लेकर काफी खबरें आईं। फिल्म हेरा फेरी 3 अपनी स्टारकास्ट को लेकर सबसे ज्यादा चर्चा में रही है। खबरों में दावा किया गया कि फिल्म में अक्षय कुमार की जगह कार्तिक आर्यन को लिया गया है। वहीं, अक्षय कुमार ने भी स्पष्ट कर दिया था कि वह फिल्म स्क्रिप्ट से

संतुष्ट नहीं थे इसलिए खुद को इससे दूर कर लिया। अब फिल्म हेरा फेरी 3 को लेकर नया अपडेट सामने आया है। लेटेस्ट रिपोर्ट में बताया गया है कि फिल्म हेरा फेरी 3 की शूटिंग शुरू हो गई है और फिल्म में पुरानी स्टारकास्ट अक्षय कुमार, सुनील शेट्टी और परेश रावल नजर आएंगे।

स्नैक्स में बनाएं कुरकुरा कबाब

शाम के नाश्ते में चाय के साथ कुरकुरा और नमकीन खाना चाहते हैं, तो ड्राई करें हटा चना का कबाब।

सामग्री :

- 1 कटोरी हरा चना, 4-5 पालक के पत्ते, टुकड़ों में कटा हुआ 2 पुदीने के पत्ते, बारीक कटा हुआ हरा धनिया, 1 टी स्पून अदरक-लहसुन का पेस्ट, 2 हरी मिर्च, 1 टी स्पून भुना जीरा, 1 टी स्पून लाल मिर्च पाउडर, 1 टी स्पून गरम मसाला, 1 टी स्पून हल्दी पाउडर, 1 कप चावल का आटा, नींबू का रस



- अब इसमें सभी सामग्री डालें और स्वादानुसार नमक मिलाएं।
- फिर इस पेस्ट से बॉल्स तैयार कर लें।
- एक नॉन स्टिक पैन में तेल गरम करें और सभी कबाब को क्रिस्पी और गोल्डन होने तक फ्राई कर लें।

शब्द सामर्थ्य- 350

बाएँ से दाएँ :  
 1. अनुचित, असत्य, जो ठीक न हो 2. उपहार, भेंट 23. खबर, हलकोंनीद, चकमा, धोखा 4. संदेश।  
 ऊपर से नीचे  
 1. गणपतिवर्जी, 2. मांगनेवाला, पाने की इच्छा करने वाला 3. मिट्टी के करना, प्रदीप करना 11. चरमसीमा, रंग का, मटमैला 5. चला आता हुआ सीमांत 14. पानी, आंसू 15. बैठा क्रम प्रथा, प्रणाली, रीति-रिवाज, 20. करीब, नजदीक, समीप 21. हुआ, विराजित 16. नृत्य 17. 7. निशाचर, रात में विचरण करने वाला 8. पेड़ का थड़ा जहाँ से शाखाएं निकलती हैं, 9. मिटाई, खाने की मोटी चीज 12. शासन, गुप्तवात 13. श्रद्धा, स्त्री, जयशंकर प्रसाद द्वारा रचित प्रसिद्ध महाकाव्य 15. विपश्चिग्रस्त, दुखी, अभाग्य 16. प्रसिद्ध, नामवर 18. स्वप्न, ख्याब 20. करीब, नजदीक, समीप 21. सुबह, प्रातः, सबेर।

शब्द सामर्थ्य क्रमांक 349 का हल

अ	भि	षे	क	प	स
जा	त	थ	प	थ	पा
य	र	का	नी	ध	र
ब	घा	र	क	ष्ट	प्र
त	ना	त	नी	वं	ब
अ	मा	ज	मा	त	ल
स	जा			क	ज
बा	बे	स	हा	रा	ग
ब	गु	ला	रा	ज	दू

सू-दोक्- 350

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

विषय सू-दोक् क्र. 349 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