

संपादकीय

दाल की खेती क्यों घटी?

दाल की खेती के इलाके अगर सिकुड़ रहे हैं, तो यह सवाल बहुत गंभीर हो जाता है। यह और भी चिंताजनक कि जिन किसानों को पहले बाजार से दाल नहीं खरीदनी पड़ती थी, वे भी अब ऐसा करने पर मजबूर हैं।

यह खबर चिंताजनक है कि बीते साल के मुकाबले भारत में धान और अरहर की खेती वाले इलाके इस साल घट गए हैं। कृषि मंत्रालय के आंकड़ों के मुताबिक धान की खेती वाले इलाके 34 फीसदी और अरहर की खेती वाले इलाके 65 फीसदी कम हो गए हैं। खरीफ के सीजन में सोयाबीन की खेती वाले इलाके भी बीते साल के मुकाबले 34 फीसदी घट गए। यहां यह बात ध्यान में रखने की है कि दालों का सबसे बड़ा उत्पादक, उपभोक्ता और आयातक तीनों है। यानी भारत इस मामले में आत्मनिर्भर नहीं है। ऐसी हालत में दाल की खेती के इलाके अगर सिकुड़ रहे हैं, तो यह सवाल बहुत गंभीर हो जाता है। यह और भी चिंताजनक कि जिन किसानों को पहले बाजार से दाल नहीं खरीदनी पड़ती थी, वे भी अब ऐसा करने पर मजबूर हैं। यह हालत क्यों पैदा हुई?

वजह यह है कि किसानों को अब दाल की खेती करना फायदेमंद नहीं लगता। महाराष्ट्र जैसे दाल उत्पादक राज्य में अब रबी और खरीफ के सीजन के बीच के समय में उगाई जाने वाली मूंग और उड़द की जगह सोयाबीन ने ले ली है। जबकि अरहर की खेती वाले इलाकों क्षेत्र में दशकों से विस्तार नहीं हुआ है। जाहिर है, सोयाबीन का बेहतर भाव और तत्काल नकदी मिलने से किसानों में इसकी खेती के प्रति आकर्षण बढ़ा है। किसानों ने मीडियाकर्तियों को बताया है कि सोयाबीन की फसल सिर्फ 110 दिन में तैयार हो जाती है। उपज भी प्रति एकड़ 7-8 क्विंटल तक होती है। लेकिन अरहर की फसल 152 से 183 दिनों में तैयार होती है और उपज औसतन तीन क्विंटल प्रति एकड़ तक ही रहती है। लेकिन दालों का संबंध खाद्य सुरक्षा और लोगों को प्रोटीन उपलब्ध कराने से है। इसलिए सरकार को इस समस्या की तरफ ध्यान देना चाहिए। फिलहाल, सूचना यह है कि न्यूनतम समर्थन मूल्य के दायरे में चना, अरहर, उड़द, मूंग और मसूर जैसे पांच दलहन शामिल हैं, लेकिन, अक्सर किसानों को यह मूल्य नहीं मिलता। इस ड्रॉ को तुरंत पलट जाने की जरूरत है, ताकि देश की खाद्य सुरक्षा खतरों में ना पड़े।

आरबीआई पैनल ने रुपए को आईएमएफ के विशेष आहरण अधिकार बास्केट में शामिल करने का दिया सुझाव

नई दिल्ली। आरबीआई पैनल ने सुझाव दिया है कि लंबे समय में भारत अन्य देशों के साथ उच्च स्तर के व्यापार संबंध हासिल करेगा, जिसके परिणामस्वरूप रुपया उस स्तर तक पहुंचने की संभावना है, जहां इसका व्यापक रूप से उपयोग किया जाएगा। पैनल ने अंतर्राष्ट्रीय मुद्रा कोष (आईएमएफ) के विशेष आहरण अधिकार (एसडीआर) बास्केट में मुद्रा को शामिल करने का प्रस्ताव रखा।



पैनल, जिसकी रिपोर्ट रुपये के अंतर्राष्ट्रीयकरण पर बुधवार को जारी की गई थी, ने कहा कि आने वाले दिनों में, भारत अन्य देशों के साथ उच्च स्तर के व्यापार संबंधों को प्राप्त करेगा और व्यापक आर्थिक मापदंडों में सुधार करेगा, और रुपया उस स्तर तक चढ़ सकता है, जहां इसे वाहन मुद्रा के रूप में अन्य अर्थव्यवस्थाओं द्वारा व्यापक रूप से उपयोग और पसंद किया जाएगा। इस प्रकार, आईएमएफ की एसडीआर टोकरी

अध्यक्षता आरबीआई के कार्यकारी निदेशक आर.एस. राठो ने कई अल्पकालिक उपायों का सुझाव दिया, जैसे कि रुपये और स्थानीय मुद्राओं में चालान, निपटान और भुगतान के लिए द्विपक्षीय और बहुपक्षीय व्यापार व्यवस्था पर प्रस्तावों की जांच के लिए एक टेम्पलेट तैयार करना और एक मानकीकृत दृष्टिकोण अपनाना। इसने यह भी सुझाव दिया कि एशियन क्लियरिंग यूनियन (एसीयू) जैसे मौजूदा बहुपक्षीय तंत्र में रुपये को अतिरिक्त निपटान मुद्रा के रूप में संक्षम करने के प्रयास किए जाने चाहिए। पैनल ने स्थानीय मुद्राओं में द्विपक्षीय लेनदेन के लिए स्थानीय मुद्रा निपटान (एलसीएम) ढांचे को सुविधाजनक बनाने और स्थानीय मुद्राओं में समकक्ष देशों के साथ द्विपक्षीय स्वैप व्यवस्था को संचालित करने की भी सिफारिश की। पैनल ने सिफारिश की कि भारत और भारत के बाहर दोनों जगह गैर-निवासियों (विदेशी बैंकों के नोस्ट्रो खातों के अलावा) के लिए रुपया खाते खोलने को प्रोत्साहित किया जाना चाहिए। इसमें कहा गया है कि सीमा पर लेनदेन के लिए भारतीय भुगतान प्रणालियों को अन्य देशों के साथ एकीकृत करना भी लागू किया जाना चाहिए। आरबीआई पैनल ने वैश्विक रुपया बाजार को बढ़ावा देकर वित्तीय बाजारों को मजबूत करने और भारत को रुपये के लेनदेन और मूल्य खोज के केंद्र के रूप में बढ़ावा देने पर भी जोर दिया। पैनल ने अपनी रिपोर्ट में कहा कि रुपये में बीआईएस निवेश पूल (बीआईएसआईपी) के लॉन्च की सुविधा और वैश्विक बांड सूचकांकों में सरकारी प्रतिभूतियों को शामिल करना सुनिश्चित किया जाना चाहिए।

नई दिल्ली। भारतीय रिजर्व बैंक (आरबीआई) ने बुधवार को डेबिट, क्रेडिट और प्रीपेड कार्ड जारी करने पर एक ड्राफ्ट सफ़ाई जारी किया, जिसमें निर्देश दिया गया कि कार्ड जारीकर्ता एक से अधिक कार्ड नेटवर्क पर कार्ड जारी करेंगे। ग्राहकों के लिए एकाधिक कार्डनेटवर्क में से किसी एक को चुनने का विकल्प होगा। डेबिट, क्रेडिट और प्रीपेड कार्ड जारी करने के लिए कार्ड नेटवर्क के साथ व्यवस्था पर परिपत्र में केंद्रीय बैंक ने कहा कि कार्ड

नेटवर्क और कार्ड जारीकर्ता यानी बैंकों और गैर-बैंकों के बीच मौजूदा व्यवस्था ग्राहकों के लिए अनुकूल नहीं है। इसके अलावा, आरबीआई ने कहा कि कार्ड जारीकर्ताओं को कार्ड नेटवर्क के साथ कोई ऐसी व्यवस्था या समझौता नहीं करना चाहिए जो उन्हें अन्य कार्ड नेटवर्क की सेवाओं का लाभ उठाने से रोक्ता हो। इसमें आगे कहा गया है कि कार्ड जारीकर्ता और कार्ड नेटवर्क यह सुनिश्चित करेंगे कि वे संशोधन या नवीनीकरण के समय मौजूदा समझौतों का पालन करेंगे।

एक और भारतीय यूनिकॉर्न फार्मईजी गहरे वित्तीय संकट में नई दिल्ली। एक और भारतीय यूनिकॉर्न मुसीबत में फंस गया है। कई रिपोर्टों के अनुसार, ऑनलाइन फार्मईजी स्टार्टअप फार्मईजी भारी मूल्यांकन कटौती के बीच गहरे वित्तीय संकट में है। वह नई फंडिंग की तलाश कर रहा है। सूत्रों के हवाले से टेकक्रंच की एक रिपोर्ट के अनुसार, फार्मईजी का मूल्यांकन कभी 5 बिलियन डॉलर था। अब यह पिछले मूल्यांकन से 90 प्रतिशत कम कीमत पर लगभग 300 मिलियन डॉलर जुटाने की योजना बना रहा है। इसके बाद फार्मईजी का मूल्यांकन लगभग 500-600 मिलियन डॉलर तक गिर जाएगा। रिपोर्ट में दावा किया गया है कि फार्मईजी अपने ऋणदाता गोल्डमैन सैक्स को भुगतान करने के लिए नए सिरे से धन जुटा रहा है, जिससे उसने पिछले साल लगभग 285 मिलियन डॉलर का उधार लिया था।

आरबीआई ने डेबिट, क्रेडिट कार्ड नेटवर्क पर जारी करने के जारी किए निर्देश

नई दिल्ली। भारतीय रिजर्व बैंक (आरबीआई) ने बुधवार को डेबिट, क्रेडिट और प्रीपेड कार्ड जारी करने पर एक ड्राफ्ट सफ़ाई जारी किया, जिसमें निर्देश दिया गया कि कार्ड जारीकर्ता एक से अधिक कार्ड नेटवर्क पर कार्ड जारी करेंगे। ग्राहकों के लिए एकाधिक कार्डनेटवर्क में से किसी एक को चुनने का विकल्प होगा। डेबिट, क्रेडिट और प्रीपेड कार्ड जारी करने के लिए कार्ड नेटवर्क के साथ व्यवस्था पर परिपत्र में केंद्रीय बैंक ने कहा कि कार्ड

एक और भारतीय यूनिकॉर्न फार्मईजी गहरे वित्तीय संकट में

नई दिल्ली। एक और भारतीय यूनिकॉर्न मुसीबत में फंस गया है। कई रिपोर्टों के अनुसार, ऑनलाइन फार्मईजी स्टार्टअप फार्मईजी भारी मूल्यांकन कटौती के बीच गहरे वित्तीय संकट में है। वह नई फंडिंग की तलाश कर रहा है। सूत्रों के हवाले से टेकक्रंच की एक रिपोर्ट के अनुसार, फार्मईजी का मूल्यांकन कभी 5 बिलियन डॉलर था। अब यह पिछले मूल्यांकन से 90 प्रतिशत कम कीमत पर लगभग 300 मिलियन डॉलर जुटाने की योजना बना रहा है।



इसके बाद फार्मईजी का मूल्यांकन लगभग 500-600 मिलियन डॉलर तक गिर जाएगा। रिपोर्ट में दावा किया गया है कि फार्मईजी अपने ऋणदाता गोल्डमैन सैक्स को भुगतान करने के लिए नए सिरे से धन जुटा रहा है, जिससे उसने पिछले साल लगभग 285 मिलियन डॉलर का उधार लिया था।

उसने डायमोस्टिक्स समाधान प्रदाता थायरोकेयर में 600 मिलियन डॉलर से अधिक की बहुमत हिस्सेदारी ली थी। मनी कंट्रोल ने बुधवार को बताया कि मणिपाल ग्रुप ने ऑनलाइन फार्मईजी फार्मईजी के मालिक और थायरोकेयर के प्रमोटर एपीआई होल्डिंग्स में 18 प्रतिशत हिस्सेदारी के लिए लगभग 1,000 करोड़ रुपये का निवेश करने में रुचि व्यक्त की है। रिपोर्ट में कहा गया है, इसके अलावा, एपीआई होल्डिंग्स के मौजूदा निवेशकों से लगभग 1,500 करोड़ रुपये आने की उम्मीद है। फार्मईजी ने हाल के महीनों में अपने कर्मचारियों की संख्या को काफी कमी की है। हालांकि नए घटनाक्रम पर इसने कोई टिप्पणी नहीं की। अग्रणी स्टार्टअप समाचार पोर्टल इंक 42 ने पहले दावा किया था कि फार्मईजी ने 500 से अधिक कर्मचारियों की छंटनी की है। रिपोर्ट में कहा गया है, हाल ही में कंपनी छोड़े वाले कुछ पूर्व कर्मचारियों का कहना है कि पांच सह-स्थापक को हटाकर फार्मईजी में नेतृत्व की भारी कमी है, जिससे अराजकता बढ़ रही है।

हरियाणा का सामना मध्यप्रदेश से, झारखंड के सामने होगा छत्तीसगढ़

जूनियर महिला राष्ट्रीय चैम्पियनशिप सेमीफाइनल

राउरकेला। हरियाणा, मध्य प्रदेश, झारखंड और छत्तीसगढ़ ने मंगलवार को अपने-अपने क्वार्टर फाइनल मैच जीतकर 13वीं हॉकी इंडिया जूनियर महिला राष्ट्रीय चैम्पियनशिप 2023 के सेमीफाइनल में अपनी जगह पक्की कर ली। सेमीफाइनल मुकाबले आज शाम खेले जाएंगे, जिसमें पहले सेमीफाइनल में हरियाणा का सामना मध्यप्रदेश से और दूसरे सेमीफाइनल में झारखंड का सामना छत्तीसगढ़ से होगा।

पहले क्वार्टर फाइनल मैच में मध्य प्रदेश ने महाराष्ट्र को 9-0 से हराया। टूर्नामेंट में अब तक अपने अपराजित अभियान के बारे में बात करते हुए, कोच नेहा रावत ने कहा, यह अब तक एक सफल यात्रा रही है। हॉकी हरियाणा के खिलाफ सेमीफाइनल मैच वास्तव में कड़ा होने वाला है क्योंकि वे बहुत अच्छी टीम हैं। फिर भी, टीम अच्छी स्थिति में है और हम अच्छा प्रदर्शन करने और मैच जीतने के लिए वास्तव में आश्वस्त हैं। हम अपनी कमजोरियों पर लगातार काम कर रहे हैं और हम सेमीफाइनल में अपना सर्वश्रेष्ठ प्रदर्शन करने जा रहे हैं।

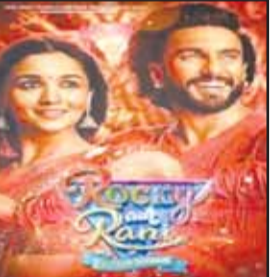


मौजूदा चैम्पियन हरियाणा ने दूसरे क्वार्टर फाइनल मैच में पंजाब को 4-2 से हराया। हरियाणा टूर्नामेंट के इतिहास में सबसे सफल टीमों में से एक रही है और अब तक अजेय है। हॉकी हरियाणा के कोच आजाद मलिक ने

कहा, मुझे वास्तव में टीम पर गर्व है। हम लगातार तीसरी बार टूर्नामेंट जीतने की कोशिश कर रहे हैं और इसके लिए हमें हॉकी मध्य प्रदेश के खिलाफ मैच जीतना होगा जो एक बहुत अच्छी टीम है। हम अति आत्मविश्वास में नहीं हैं और हम जीतेंगे। निश्चित रूप से हॉकी मध्य प्रदेश को हलके में नहीं लिया जा सकता है। उन्होंने पूरे टूर्नामेंट में कौशल का उत्कृष्ट प्रदर्शन किया है। उनके खिलाफ एक बहुत ही दिलचस्प मैच होने वाला है। हम अपनी कमियों पर काम कर रहे हैं और अधिक पेनल्टी कॉर्नर बनाने और उन्हें परिवर्तित करने का प्रयास करेंगे।

रॉकी और रानी की प्रेम कहानी का नया पोस्टर आया सामने, 28 जुलाई को रिलीज होगी फिल्म

करण जोहर अपनी आगामी फिल्म रॉकी और रानी की प्रेम कहानी को लेकर सुर्खियों में हैं। इस फिल्म के जरिए वो लगभग 7 साल के लंबे अंतराल के बाद निर्देशन की दुनिया में वापसी कर रहे हैं। अब निर्माताओं ने रॉकी और रानी की प्रेम कहानी का नया पोस्टर जारी कर दिया है, जिसमें फिल्म के सभी कलाकारों की झलक देखने को मिल रही है। बता दें, रॉकी और रानी की प्रेम कहानी का ट्रेलर भी रिलीज हो चुका है। धर्मा प्रोडक्शंस ने अपने



आधिकारिक ट्विटर पर रॉकी और रानी की प्रेम कहानी का नया पोस्टर साझा किया है। इसके कैप्शन में उन्होंने लिखा, मनोरंजन के साथ

ड्रामा और इमोशंस की बहारा आलिया भट्ट और रणवीर सिंह अभिनीत रॉकी और रानी की प्रेम कहानी 28 जुलाई को रिलीज होने वाली है। इसमें धर्मेश, जया बच्चन और शबाना आज़मी भी महत्वपूर्ण भूमिकाओं में हैं। फिल्म में लोकप्रिय कॉमेडियन भारतीय सिंह और उनके पति हर्ष लिंबाचिया का कैमियो भी होगा। इस फिल्म के जरिए आलिया और रणवीर ने दूसरी बार साथ काम किया है। इससे पहले दोनों फिल्म गली बॉय के लिए साथ आए थे।

दिव्यांका त्रिपाठी की द मैजिक ऑफ शिरी का पहला पोस्टर जारी

टीवी जगत की जानी-मानी अभिनेत्री दिव्यांका त्रिपाठी इन दिनों अपनी आगामी वेब सीरीज द मैजिक ऑफ शिरी को लेकर सुर्खियों में बनी हैं। जहां निर्माताओं ने कुछ दिनों पहले इसका टीजर जारी किया था, वहीं अब द मैजिक ऑफ शिरी का पहला पोस्टर सामने आ चुका है, जिसमें दिव्यांका जादूगरनी की भूमिका में नजर आ रही हैं। द मैजिक ऑफ शिरी ओटीटी प्लेटफॉर्म जियो सिनेमा पर रिलीज होगी। इसका प्रीमियर 13 जुलाई से किया जाएगा।



जियो सिनेमा ने अपने आधिकारिक ट्विटर द मैजिक ऑफ शिरी का पहला पोस्टर साझा किया है। इसके कैप्शन में उन्होंने लिखा, शिरी लेकर आ रही है उम्मीद की एक जादुई कहानी।

वेस्टइंडीज के खिलाफ टी20 सीरीज के लिए टीम इंडिया की हुई घोषणा, इन खिलाड़ियों की खुली किस्मत



नई दिल्ली। भारतीय क्रिकेट टीम 12 जुलाई से वेस्टइंडीज में अपने दौरे की शुरुआत करने जा रही है। यहां टीम दो टेस्ट, तीन वनडे और पांच टी20 मैचों की सीरीज खेलेगी। यह सीरीज लगभग एक महीने तक चलने वाली है। इसके साथ ही सीनियर पुरुष चयन समिति ने बुधवार को वेस्टइंडीज के खिलाफ पांच मैचों की टी20 सीरीज के लिए भारत की टी20 टीम का चयन किया है। टीम- हार्दिक पंड्या (कप्तान), ईशान किशन (विकेटकीपर), शुभमन गिल, यशस्वी जयसवाल, तिलक वर्मा, सूर्य कुमार यादव (उपकप्तान), संजू सैमसन (विकेटकीपर), अक्षय पटेल, युजवेंद्र चहल, कुलदीप यादव, रवि बिश्रोई, अशदीप सिंह, उमरान मलिक, अवंश खान, मुकेश कुमार।

मैचों की सीरीज खेलेगी। यह सीरीज लगभग एक महीने तक चलने वाली है। इसके साथ ही सीनियर पुरुष चयन समिति ने बुधवार को वेस्टइंडीज के खिलाफ पांच मैचों की टी20 सीरीज के लिए भारत की टी20 टीम का चयन किया है। टीम- हार्दिक पंड्या (कप्तान), ईशान किशन (विकेटकीपर), शुभमन गिल, यशस्वी जयसवाल, तिलक वर्मा, सूर्य कुमार यादव (उपकप्तान), संजू सैमसन (विकेटकीपर), अक्षय पटेल, युजवेंद्र चहल, कुलदीप यादव, रवि बिश्रोई, अशदीप सिंह, उमरान मलिक, अवंश खान, मुकेश कुमार।

आज का राशिफल

मेष : आज आपका दिन आपके लिए उत्तम है। सभी काम आपके मन मुताबिक पूरे होंगे। आपके सकारात्मक विचारों से खुश होकर बरिष्ठ आपके उपहार स्वरूप कोई उपयोगी वस्तु गिफ्ट कर सकते हैं। वृष : आज आपका दिन उत्तम रहेगा। सारी इच्छाओं की पूर्ति होगी। आपका कला के क्षेत्र की तरफ रुझान बढ़ेगा। आपका व्यापार से लाभ तो होगा, लेकिन आपके घर के खर्चों में वृद्धि भी होगी। मिथुन : आज आपका दिन अनुकूल रहेगा। अगर आप नौकरी कर रहे तो ट्रांसफर किसी ऐसे स्थान पर हो सकता है, जहां से आना जाना करने में आपकी आसानी होगी। हो सके तो उधार के लेन-देन से बचें। आपके व्यापार में धनलाभ का अवसर प्राप्त हो सकता है। कर्क : आज आपका दिन परिवार के साथ बीतेगा। पारिवारिक कार्यों को करने में घर के सभी सदस्यों का सहयोग प्राप्त होगा। आपका समय बच्चों के साथ अधिक बीतेगा साथ ही उनको कुछ अच्छा सिखा भी सकते हैं। सिंह : आज आपका दिन सामान्य रहेगा। यात्रा हो सकती है जो किसी भी काम से सम्बन्धित हो सकती है। यात्रा के दौरान किसी दोस्त/रिश्तेदार से आपकी मुलाकात हो सकती है। जिससे आपका मन प्रसन्न हो जाएगा। स्टूडेंट्स के लिए दिन अच्छा रहेगा। कन्या : आज आपका दिन बेहतर रहेगा। किसी कार्य को पूरा करने के लिए योजना बना सकते हैं। अपने व्यापार को लेकर मन में नए-नए विचार आ सकते हैं। दाम्पत्य संबंध मधुरता से भरपूर रहेगा। तुला : आज आपका दिन खुशनुमा रहेगा। व्यापार में लाभ होगा जिससे आपकी आर्थिक स्थिति बेहतर होगी। आप किसी दोस्त की मदद करने के लिए उसके घर जा सकते हैं। ऑफिस में काम को लेकर बॉस के साथ बहर्षी जिससे आपको कुछ नया सीखने को मिलेगा। आप फिजिकल के खर्च को कम करने का प्रयास करेंगे तो आपके भविष्य के लिए पैसे इकट्ठे होने में आसानी होगी। आर्थिक पक्ष पहले से अधिक मजबूत रहेगा। धनु : आज आपका दिन अच्छा रहेगा, ऑनलाइन क्लास से कुछ नया सीखने को मिलेगा। परिवार ने एकता का माहौल रहेगा। किसी कार्य को लेकर सब एक मत हो सकते हैं। जीवनसाथी को कुछ अच्छा सा उपहार दे सकते हैं, रिश्ता और भी मधुर होगा। मकर : आज आपका दिन आपके लिए ठीक-ठाक रहेगा। ज्यादा क्रोध करने से आपका काम बिगड़ सकता है, बेहतर होगा कि किसी भी बात पर गुस्सा करने से बचें। पौष्टिक में निवेश करने के लिए दिन शुभ है। कलात्मक कार्यों में आपकी रुचि बढ़ेगी। कुंभ : आज आपका दिन आपके लिए लाभप्रद रहने वाला है। आपको कोर्ट-कचहरी के मामलों में सफलता मिल सकती है। अपने जीवनसाथी पर धीरसा बनाये रखें। मीन : आज आपका दिन सामान्य रहेगा। राजनीति से जुड़े लोगों का दिन अच्छा है, आपकी बातों से लोग प्रभावित होंगे। आपकी सोच में सकलमकता आयेगी। महिलाएं शांतिपूर्ण करते समय खुद को थोड़ा काबू में रखें खर्च बढ़ सकता है।

पनीर चिली सामग्री:- पनीर: 250 ग्राम प्याज: 1 (काटा हुआ) हरा मिर्च: 4 (काट ले) शिमला मिर्च: 1 (काट ले) हरा प्याज: 2 (काट ले) अदरक लहसुन: (बारीक) अदरक लहसुन पेस्ट: 2 टेबलस्पून मेदा: 50 ग्राम मक्का का आटा: 2 चम्मच मिर्च सांस: 1 चम्मच टमाटो सांस: 1 चम्मच सोया सांस: 1 चम्मच काली मिर्च पाउडर: 1/2 चम्मच तेल- 50 ग्राम नमक - 1/2 चम्मच हल्दी - 1/2 चम्मच गरम मशाल/सब्जी मसाला- 1 चम्मच विधि सबसे पहले एक कटोरे में मेदा, मक्के का आटा, मिर्च और नमक डालकर मिलाये और उसका ठीक पेस्ट तैयार करे। 2. अब पनीर को उसमें डाल दे और उसे

शब्द सामर्थ्य- 117 बाएँ से दायें 1. समाप्ति, खाल्सा 3. रोगी, बीमार 5. गंभीरता, गहरी 6. बलपूर्वक, जबरदस्ती, व्यर्थ 9. लानत, तिरस्कार सूचक एक शब्द 10. लक्ष्मी, कमला 11. औषधालय 13. नाव खेने का लकड़ी का यंत्र 14. सतह, अत्यधिक शक्तिशाली व कठोर 17. चौकसी, सावधानी, बचाव 19. कहने वाला, वाचनकर्ता 20. सुंदर, अच्छा, बढ़िया 21. घटना, हादसा, दुर्घटना 12. लिबाज, पहनने का ढंग 16. नीला वस्त्र पहने वाला, नीला काला का कोई भाग, शरीर 2. खोज-बीन, जांच-पड़ताल वस्त्र 17. ऐक्य, एक होने का भाव 18. दिल्ली स्थिति प्रसिद्ध जेल। प्रकृति का हो, दृढ़, मजबूत 7. बरसात, पावस, बारिश 8. भरना, अटना, अंदर करना 12. घटना, हादसा, दुर्घटना 13. लिबाज, पहनने का ढंग 16. नीला वस्त्र पहने वाला, नीला काला का कोई भाग, शरीर 2. खोज-बीन, जांच-पड़ताल वस्त्र 17. ऐक्य, एक होने का भाव 18. दिल्ली स्थिति प्रसिद्ध जेल। शब्द सामर्थ्य क्रमांक 116 का हल वा स्ता सि स की जि ल प ट मा चि स ब द ला क ल ता ली का की हू क स रो कार लु झां ज बा न म सी हा क च ना र भा यां न मं ज र दा

सू-दोकू- 117 9 8 1 7 4 3 6 7 5 3 6 9 3 1 6 5 9 5 3 9 1 5 2 3 9 1 7 5 6 4 1 2 8 3 9 3 4 8 6 7 9 2 1 5 1 2 9 5 3 7 8 2 4 6 2 8 1 9 5 6 4 7 3 6 9 7 2 4 3 5 8 1 5 3 4 7 4 8 1 9 6 2 8 7 2 1 6 5 3 9 4 4 6 5 3 9 7 1 2 8 9 1 3 8 2 4 6 5 7