

विकसित भारत समाचार

वर्ष : 11 | अंक : 128 | गुवाहाटी | शनिवार, 7 दिसंबर, 2024 | मूल्य : 10 रुपए | पृष्ठ : 8 | VIKSIT BHARAT SAMACHAR | Regd. RNI No. ASSHIN/2014/56526

दिल्ली कूच कर रहे सैकड़ों
किसान परी चौक से गिरफ्तारभारतीय किसान संघ की दो दिवसीय
कार्यकारिणी की बैठक, पूर्वोत्तर...

पेज 2

पेज 3

बीपीएससी 70वीं पीटी परीशा में
नॉर्मलाइजेशन लागू नहीं करने को...

पेज 5

पहले दिन का खेल खत्म, ऑस्ट्रेलिया की
सभी शून्यात, 1 विकेट पर 86 रन बनाए

पेज 7

बीजीबी का भारतीय सीमा में घुसपैठ मंदिर के निर्माण को रोकने की कोशिश बीएसएफ के हस्तक्षेप के बाद फिर से शुरू हुआ काम



श्रीरूपी। असम के श्रीरूपी में कुशियारा नदी के पास मनसा मंदिर का पुनर्निर्माण 6 दिसंबर को फिर से शुरू हुआ, जब बांग्लादेश के बाँडी गार्ड (बीजीबी) ने इस पर अपत्ति जताई थी और उनकी आपत्तियों को कैमे में कैद किया गया। सीमा सुरक्षा बल (बीएसएफ) और बांग्लादेश के सीमा रखनों के बीच बैठक के बाद मंदिर के पुनर्निर्माण की शुरूआत हुई। बीजीबी ने गुरुवार 5 दिसंबर को असम के श्रीरूपी जिले में भारत-बांग्लादेश अंतर्राष्ट्रीय सीमा पर कुशियारा नदी के पास चल रहे एक मंदिर के जीणांडार के काम को रोके की कोशिश की थी। बांग्लादेश बॉर्डर गार्ड ने यह हिस्तकात ऐसे समय में की है, जब दोनों पारस्परियों के बीच पहले से ही ताजा बढ़ा हुआ है। श्रीरूपी में कुशियारा विसर्जन घाट के पास मनसा देवी का मंदिर है, जो कमजोर हालत में होकर गिर गया था। हाल ही में असम सरकार ने इसके जीणांडार के लिए 3 लाख रुपए अवधित किए थे। गुरुवार को ही इस मंदिर के जीणांडार का काम शुरू हुआ था, जिसका कार्य कुछ दिन पहले ही शुरू हुआ है। बीएसएफ ने बैठक की व्यवस्था करने की पहल की ओर और सुनिश्चित किया कि दोनों पक्ष आम सहमति पर रहें। मंदिर समिति ने बीएसएफ अधिकारियों के

-शेष पुष्ट दो पर

प्रयासों के लिए उनका आभार व्यक्त किया। अब हरी झड़ी मिलने के साथ ही मंदिर निर्माण आधिकारिक तौर पर पुगने शुरू हो गया है। बात दो दिन के बांग्लादेश की सीमा सुरक्षा से जुड़े बांडी गार्ड (बीजीबी) ने वेहद उत्कालों भी कार्यवाई करते हुए भारतीय सीमा के अंदर प्रवेश किया है। बीजीबी ने गुरुवार 5 दिसंबर को असम के श्रीरूपी जिले में भारत-बांग्लादेश अंतर्राष्ट्रीय सीमा पर कुशियारा नदी के पास चल रहे एक मंदिर के जीणांडार के काम को रोके की कोशिश की थी। बांग्लादेश बॉर्डर गार्ड ने यह हिस्तकात ऐसे समय में की है, जब दोनों पारस्परियों के बीच पहले से ही ताजा बढ़ा हुआ है। श्रीरूपी में कुशियारा विसर्जन घाट के पास मनसा देवी का

-शेष पुष्ट दो पर

राज्यपाल नागरिक सुरक्षा एवं गृह रक्षक दिवस समारोह में हुए शामिल



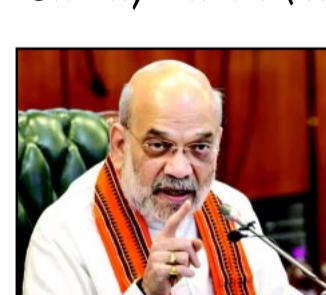
गुवाहाटी (हिंस.)। राज्यपाल लक्ष्मण प्रसाद आचार्य शुक्रवार के गुवाहाटी के पानीखाइटी स्थित केंद्रीय प्रशिक्षण संस्थान (नागरिक सुरक्षा एवं गृह रक्षक) में अखिल भारतीय नागरिक सुरक्षा एवं गृह रक्षकों के वार्षिक स्थापना दिवस के समारोह में शामिल हुए। कार्यक्रम के द्वारा गृह रक्षकों के द्वारा गृह सुरक्षा के नियमों पर ध्यान दिया गया था। रिपोर्ट द्वारा गृह रक्षकों के द्वारा गृह सुरक्षा के नियमों पर ध्यान दिया गया था। रिपोर्ट द्वारा गृह रक्षकों के द्वारा गृह सुरक्षा के नियमों पर ध्यान दिया गया था।

-शेष पुष्ट दो पर

**S.S.
Traders**
Suppliers in All kinds of Door
Fittings Modular Kitchen
& Accessories, etc.
D. Neog Path,
Near Dona Planet
ABC, G.S. Road,
Guwahati - 05
97079-99344

सुप्रभात
मंत्रालय आंखों से शून्य के छिपों
अर्थात् उसकी कमारियों को
देखा-पक्षा जाता है।
- आचार्य चाणक्य

न्यू गैलरी
कनौज में सड़क
हादसा, आठ की मौत



कनौज (हिंस.)। उत्तर प्रदेश के कनौज जिले में लखनऊ-आगरा एम्ब्रेस-वे पर शुक्रवार को डबल डेकर बस के खुड़े वाटर टैंकर से टक्कर कर जाने से आठ यात्रियों की मौत हो गई और 38 अन्य यात्रालय हो गए। मुख्यमंत्री योगी आदित्यनाथ ने सड़क हादसे पर दुख प्रकट करते हुए यात्रियों के जल्द स्वस्थ होने की कामना की है।

-शेष पुष्ट दो पर

नाबालिंग से दुष्कर्म और
हत्या मामले के दोषी
को फांसी की सजा

कोलकाता (हिंस.)। पश्चिम बंगाल के दर्शक 24 परानगा जिले के जयवालन में एक नाबालिंग से दुष्कर्म और हत्या मामले में दोषी करार दिल्ली कूच के आंदोलन को लेकर किसानों में दो फाड हो गए है। भारतीय किसान यूनियन के नेताओं ने लाइव आकर सोशल मीडिया पर दिल्ली कूच न करने की बात कही है। वहाँ नीचे संगठन अभी भी दिल्ली कूच कर गिरफ्तारी देने में लगे हैं। शुक्रवार को भी परी चौक

आतंकियों के इकोसिस्टम का होगा राज्यसभा में नोटों की बरामदगी को लेकर विजय दिवस पर कोलकाता खात्मा, अमित शाह ने बनाया प्लान

नई दिल्ली (हिंस.)। नई आतंकवाद रोधी नीति के तहत सभी राज्यों में विषेष प्रशिक्षित आतंकवाद रोधी दस्ता तैनात किया जाएगा। इसके अलावा सभी राज्यों में युवाओं को कट्टरपंथी बनने से रोकने के लिए विषेष यूनिट भी बनाइ जाएगी। गृह मंत्रालय नई आतंकवाद रोधी नीति को अंतिम स्तर पर देने में जुटा है।

प्रियंका गोपनीय राज्यपाल ने जयवालन में सभी राज्यों के पुलिस महिनदेशों से समन आतंकवाद रोधी संसदीय सेवाओं के प्रमुख भौतिक रूप में जुटा है। यिन्होंने दोस्री बार किसानों के लिए विषेष यूनिट को रोकने के लिए विशेष यूनिट भी बनाया है। यह आतंकवाद रोधी नीति को अंतिम स्तर पर देने के लिए योग्य है।

-शेष पुष्ट दो पर

बंट गए किसान! एक पक्ष दिल्ली कूच पर
अड़ा, भारतीय किसान यूनियन पीछे हटा

ग्रेटर नोएडा। 10 फॉसदी भूखंड देने समेत मार्गों के लेकर दस संगठनों के दिल्ली कूच के आंदोलन को लेकर किसानों में दो फाड हो गए हैं। भारतीय किसान यूनियन के नेताओं ने लाइव आकर सोशल मीडिया पर दिल्ली कूच न करने की बात कही है। वहाँ नीचे संगठन अभी भी दिल्ली कूच कर गिरफ्तारी देने में लगे हैं। शुक्रवार को भी परी चौक

गिरफ्तार कर जेल भेज दिया है। संयुक्त किसान जिसमें शामिल होने के लिए आने के दौरान टप्पल में उनको रोककर

गिरफ्तार कर जेल भेज दिया है। संयुक्त किसान जिसमें शामिल होने के लिए आने के दौरान टप्पल में उनको रोककर

मुख्यमंत्री ने सोनोवाल और सीतारमण को एडवांटेज असम में किया आमंत्रित



नई दिल्ली/गुवाहाटी (हिंस.)। हिंमत विश्व शर्मा ने केंद्रीय बद्रगांग, जहाजरानी और जलमार्ग मंत्री सर्वानंद सोनोवाल से उनके आधिकारिक आवास पर मुलाकात की। मुख्यमंत्री ने केंद्रीय मंत्री को आगले साल कार्यकारी में गुवाहाटी में जीएटी वाले बैठक एवं एडवांटेज असम समिट 2025 में शामिल होने का नियमण दिया। डॉ. शर्मा ने असम से जुड़े चल रहे प्रयासों के बारे में भी सोनोवाल से चर्चा की। बाद में एसपीएस पर मुख्यमंत्री ने लिखा कि मैंने अपने दिल्ली दोरे के आंतिम

दिन के शुरूआत के द्वितीय मंत्री सर्वानंद सोनोवाल से मुलाकात करके की। मुझे उन्हें एडवांटेज असम समिट 2025 में आमंत्रित करने का सोचा था। मुझे इसे एडवांटेज असम के साथ सुखद सुवेदी की बात चाही है। हमने अगले साल दोपहर 12 बजे दोपहर 3 बजे तक द्वितीय मंत्री सर्वानंद सोनोवाल से चर्चा की।

-शेष पुष्ट दो पर

जनवरी में गुणोत्सव 2025 शुरू करेगी राज्य सरकार, 44,000 स्कूल होंगे शामिल



गुवाहाटी। असम सरकार आगले साल जनवरी में स्कूली शिक्षा की गुणोत्सव का मुख्यमंत्रिकन करने के लिए वार्षिक राज्यवाचारी अभ्यास गुणोत्सव 2025 शुरू करने का जारी है। एडवांटेज अधिकारिक बयान के अनुसार, यह कार्यक्रम सभी 35 जिलों के 44,000 से अधिक स्कूलों को कवर करेगा। रिपोर्ट प्रस्तुत करने और वर्दी के मूल्यांकन के अंतर्गत सुधारना में कहा गया है कि आगामी मूल्यांकन के अंतर्गत स्कूलों में कहा गया है कि आगामी मूल्यांकन के लिए प्रस्तुत करने और वर्दी के मूल्यांकन के लिए एसपीएस लिए जाएं। एडवांटेज अधिकारिक बयान के अनुसार, यह कार्यक्रम सभी 35 जिलों के साल के लिए जारी है।

-शेष पुष्ट

संपादकीय

उपराष्ट्रपति के किसानी सवाल

कृषि मंत्री जी, एक-एक पल आपका भारी है। मेरा आपसे आग्रह है और भारत के संविधान के तहत दूरसे पर पर विराजमान व्यक्ति आपसे अनुरोध कर रहा है कि कृषि कर मुझे बताएं कि क्या किसानों से वायदा किया गया था? वायदा क्यों नहीं निभाया गया? वायदा निभाने के लिए हम क्या कर रहे हैं? गत वर्ष भी आंदोलन था, इस वर्ष भी आंदोलन है। कालांचक धूम रहा है और हम कुछ नहीं कर पाए हैं! 'उपराष्ट्रपति जादीप धनखड़ ने किसानों को लेकर कृषि मंत्री शिवराज सिंह चौहान से ये सवाल किए हैं। यह पहली बार है कि एक ही सरकार में उपराष्ट्रपति ने कृषि मंत्री से सवाल किए हैं। उन्होंने यहां तक कहा कि यदि किसानों को उसकी फसल का उत्तर मूल्य दे दोगे, तो कोई नहीं निभाया गया। उपराष्ट्रपति के ये सवाल इसलिए भी हैं, क्योंकि 6 दिसंबर से किसान आंदोलन पर शुरू हो सकता है। इस बार वह पंजाब, हरियाणा, पार्शिया तक प्रत्यक्ष तक प्रवाह, बल्कि तमिलनाडु, करेल, कर्नाटक आदि राज्यों से भी किसान मार्चे आंदोलित होंगे।

6 भारत के संविधान के तहत दूरसे पद पर विराजमान व्यक्ति आपसे अनुरोध कर रहा है कि कृषि कर मुझे बताएं कि क्या किसानों से वायदा किया गया था? वायदा निभाने के लिए हम क्या कर रहे हैं? गत वर्ष भी आंदोलन था, इस वर्ष भी आंदोलन है। कालांचक धूम रहा है और हम कुछ नहीं कर पाए हैं!' उपराष्ट्रपति जादीप धनखड़ ने किसानों को लेकर कृषि मंत्री शिवराज सिंह चौहान से ये सवाल किए हैं। यह पहली बार है कि एक ही सरकार में उपराष्ट्रपति ने कृषि मंत्री से सवाल किए हैं। उन्होंने यहां तक कहा कि यदि किसानों को उसकी फसल का उत्तर मूल्य दे दोगे, तो कोई नहीं निभाया गया। उपराष्ट्रपति के ये सवाल इसलिए भी हैं, क्योंकि 6 दिसंबर से किसान आंदोलन पर शुरू हो सकता है। इस बार वह पंजाब, हरियाणा, पार्शिया तक प्रत्यक्ष तक प्रवाह, बल्कि तमिलनाडु, करेल, कर्नाटक आदि राज्यों से भी किसान मार्चे आंदोलित होंगे।

उपराष्ट्रपति का सवाल है कि देश का किसान लगातार परेशन, पीड़ित और आंदोलन क्यों है? जो किसान खर्च बढ़े हैं, वे भी आंदोलित और चिंतित हैं, लिहाजा आंदोलन की संख्या बढ़ने गयी जाए, तो किसान सड़क पर उतरते हैं। हालांकि उपराष्ट्रपति धनखड़ ने न्यूट्रिटम समर्थन मूल्य (एमएसपी) की कानूनी गारंटी पर कुछ नहीं कहा और इस संवेदन में गठित समिति पर भी सवाल नहीं दिया गया, लेकिन दोनों तरफ साफ करना, शौचालयों की सफाई करना, सेवादार का काम करना इत्यादि। ये सजाएं इन सभी को पंजाब के लिए एक तात्परता, सशक्त परेशन का लिए है। लिहाजा आंदोलन की विवरणों को लेकर दोनों तरफ साफ करना की ओर साथ आंदोलन आंदोलन है। कालांचक धूम रहा है और हम कुछ नहीं कर पाए हैं।' उपराष्ट्रपति जगदीप धनखड़ ने किसानों को लेकर कृषि मंत्री से शिवराज सिंह चौहान से ये सवाल किए हैं। यह पहली बार है कि एक ही सरकार में उपराष्ट्रपति खुद किसान, ग्रामीण पृष्ठभूमि के हैं। उन्होंने यहां तक कहा कि यदि किसानों को उसकी फसल का उत्तर मूल्य दे दोगे, तो कोई नहीं निभाया गया। उपराष्ट्रपति के ये सवाल इसलिए भी हैं, क्योंकि 6 दिसंबर से किसान आंदोलन पर शुरू हो सकता है। इस बार वह पंजाब, हरियाणा, पार्शिया तक प्रत्यक्ष-परेशन से भी किसान आंदोलित होंगे।

भारत के संविधान के तहत दूरसे पद पर विराजमान व्यक्ति आपसे अनुरोध कर रहा है कि कृषि कर मुझे बताएं कि क्या किसानों से वायदा किया गया था? वायदा निभाने के लिए हम क्या कर रहे हैं? गत वर्ष भी आंदोलन था, इस वर्ष भी आंदोलन है। कालांचक धूम रहा है और हम कुछ नहीं कर पाए हैं!' उपराष्ट्रपति जगदीप धनखड़ ने किसानों को लेकर कृषि मंत्री शिवराज सिंह चौहान से ये सवाल किए हैं। यह पहली बार है कि एक ही सरकार में उपराष्ट्रपति खुद किसान, ग्रामीण पृष्ठभूमि के हैं। उन्होंने यहां तक कहा कि यदि किसानों को उसकी फसल का उत्तर मूल्य दे दोगे, तो कोई नहीं निभाया गया। उपराष्ट्रपति के ये सवाल इसलिए भी हैं, क्योंकि 6 दिसंबर से किसान आंदोलन पर शुरू हो सकता है। इस बार वह पंजाब, हरियाणा, पार्शिया तक प्रत्यक्ष-परेशन से भी किसान आंदोलित होंगे।

जानकारी

कमजोर हड्डियों को स्ट्रोंग बनाएंगे ये आहार



सर्दियों में बहुत से लोगों को जोड़ों में दर्द की समस्या रहती है। जब हड्डियों कमजोर हो जाती है, जिस वजह से बार-बार उनमें दर्द रहने लगता है। अगर आप भी सर्दियों में इस तरह की परेशानी से गुज़र रहे हैं तो आपने खाना-पान में थोड़ा बदलाव लाए। इससे काफी फायदा होगा। अपने आहार में ऐसी चीजों को शामिल करें, जो हड्डियों को मजबूत बनाए रखेंगी। हम आपको कुछ ऐसे आहार के बारे में बताएंगे, जिनको सर्दियों में खाना काफी फायदेमंद हो सकता है।

► पीटर विटामिन D होता है, जिसको खाने से हड्डियों मजबूत होती है। ध्यान रखें कि पीटर को ज्यादा तेल में न लें। इसके अलावा पीटर को ग्रिल करके भी खाया जा सकता है।

► दूध में विटामिन D होता है, जिसको ड्राई फर्नट्स में मिलाकर पीए। इससे जोड़ों से जुड़ी कई प्रॉटीन दूर होगी।



► संतरे के रस में भी विटामिन D मौजूद होता है। लेकिन ध्यान रखें कि जूस में ज्यादा शुगर की मात्रा न हो।

► फिश में भी विटामिन D मौजूद होते हैं। इसको खाने हड्डियों की समस्या दूर रहती है।

► अंडा भी आपके लिए काफी फायदेमंद साबित होगा। इसलिए रोजाना एक अंडे का सेवन जरूर करें। इसको आप जैसे चाहें उबाल कर या फिर अपैलेट बनाकर खाएं।

► मशरूम में भी विटामिन D मौजूद होते हैं। इसको बढ़ती उम्र के लोगों के लिए मशरूम काफी फायदेमंद है। इसको आप सभी या अन्य किसी तरह खा सकते हैं।

► कॉडिंग लिपर तेल में विटामिन D मौजूद होता है। इसका रोजाना एक चम्पच खाएं और आपको इसके कैप्सूल भी मिल जाएग, जिन्हें आप खा सकते हैं।

► दृष्टी भी हड्डियों के लिए काफी फायदेमंद है। दृष्टी में शक्तर डालने के बजाए, उसमें जीरा या नमक मिलाकर खाएं।



धूमने के साथ-साथ इस ज्ञान ह पर लें रोमांच और ट्रैकिंग का मजा



धूमने के साथ-साथ इस जगहों पर ले रोमांच और ट्रैकिंग का मजावें तो भारत में धूमने फिरने के लिए बहुत सी खूबसूरत जगहें हैं। लेकिन आज हम आपको बेदर रोमांच जगहों के बारे में बताने जा रहें हैं। इस रोमांच से भरी जगहों पर आप धूमने के साथ ट्रैकिंग का भी मजा ले सकते हैं। कई साल पुरानी इस गुफा को देखने को ट्रैकिंग का मजा लेने द्विस्तर दूर-दूर से आते हैं। कर्नाटक, कुमत जिले के याना गांव में स्थित इस गुफा की संरचना कारस्ट पत्थरों से की गई है। इसी कारण इस गुफा का रंग काला है। सिंतबर से फरवरी के महीनों में धूमने के लिए यह जगहें बेस्ट हैं।

ट्रैकिंग



यहाँ पर भौजूद मधुगिरि और देवरासनदुर्ग के पर्वत पर आप ट्रैकिंग का मजा ले सकते हैं। इस पर्वत के ऊपर से आप पूरे जंगल का खूबसूरत मजागा देख सकते हैं। ट्रैकिंग के लिए मधुगिरि पर्वत के किले के दरवाजे में से निकलने के बाद सीढ़ियों पर से ट्रैकिंग करना और भी खतरनाक हो जाता है।

धूमने की जगहें

इसके अलावा आप यहाँ पर भौजूद याना रोक गुफाएं भी देख सकते हैं। यहाँ पर 390 फीट और 300 फीट ऊंचा भौरवेश्वर शिखर

भी देखने लायक है। गुफा में जाने के लिए अपको कीबी 260 सीढ़ियां चढ़नी पड़ती हैं।

इसके बाद अंदर धूमने के लिए भी आपको कीबी 900 सीढ़ियां चढ़नी पड़ती हैं। इसके अलावा इसके रास्ते में आपको पानी की भी कोई कमी नहीं दिखेगी।

विभूति झरना

याना की गुफाए देखने के बाद आप यहाँ पर भौजूद खूबसूरत विभूति झरना देख सकते हैं। पांथमी घाट से बहने वाले इस झरने को मालवी झरने के नाम से भी जाना जाता है। इस झरने के आस-पास आप बांस और जंगली पेंड पैधे देख सकते हैं।

टिप्प बाथरूम से आ रही बदबू को इन तरीकों से करें दूर



अपने घर को सजाना काफी मजे का काम है। हम अपनी मर्जी से घर में फर्नीचर, वॉल डैकोरेशन और रंगों का चुनाव खुद करते हैं तो मन को अलग ही सुकून मिलता है। साफ-सश्वत और स्मार्ट तरीके से सजा घर हमारी दिन भर की थकान को एकदम से दूर कर देता है। अगर घर छोटा हो तो उसकी डैकोरेशन करना काफी मुश्किल होता है। अक्सर हम देखते हैं कि घर के सभी कमरों खूबसूरत तरीके से सजे तो होते हैं लेकिन उनका कॉर्नर काफी खाली-खाली सा लगता है। आज हम आपको घर के कॉर्नर को स्मार्ट तरीके सजाने के कुछ टिप्प बताएंगे, जिससे घर की बाकी जगह पर स्पेस भी रहेगी और कॉर्नर का इस्तेमाल भी हो जाएगा।

बाथरूम से आने वाली बदबू के कारण मूड खराब होने के साथ-साथ घर आप मेहमानों के सामने भी आपको शर्मिदा होना पड़ता है। बाथरूम की दुर्गंध दूर करने के लिए आप मंहगे से मंहगे प्रॉडक्ट्स का इस्तेमाल करते हैं लेकिन किसी से भी इसकी बदबू नहीं जाती। ऐसे में कृष्ण घरेतू और असरदार तरीकों से आप इस बदबू को दूर कर सकते हैं। आइए जानते हैं किंचन में मौजूद इन चीजों से किस तरह आप बाथरूम की बदबू से छुटकारा पा सकते हैं।

नींबू का रस

नींबू के रस को बीथरूम प्लॉटर पर डालकर कुछ देर के लिए बंद कर दें। थोड़ा देर बाद पानी से बाथरूम को साप कर दें। आपका बाथरूम सफाई और बदबू फी हो जाएगा।



सिरका

पानी में ज्यादा मात्रा में सिरका मिल कर बाथरूम पर फैला दें और कच्चे देर बाथरूम को बंद करने के लिए बाथरूम में सफाई कर दें। आपका बाथरूम सफाई और बदबू फी हो जाएगा।

पौधे लगाना

बाथरूम में खुशबूबाद पौधे लगाकर भद्र कर सकते हैं। इसके अलावा जब आप बाथरूम इस्तेमाल न कर रहे हो तो उसे बंद कर दें। इससे बदबू आने की समस्या दूर हो जाएगी।



बेकिंग सोडा

बेकिंग सोडे को पानी में मिलाकर रोजाना पांछा लगाने से बदबू की समस्या दूर हो जाएगी। आप चाहे तो बेकिंग सोडा को पानी में मिलाकर बाथरूम को बंद कर सकते हैं।

मोमबत्ती का इस्तेमाल

रात के समय बाथरूम में खुशबूबाद कैंडल लगाने से सुख तक बदबू गायब हो जाएगा। इसके अलावा बाथरूम को हर समय गीला रखने के कारण भी बदबू आने लगती है। इसलिए इसे ज्यादा समय तक गीला न रखें।



रेसीफी



इडली स्टिर फाई

सामग्री - 270 ग्राम, दीवी - 370 ग्राम, पानी - 50 मिलीलीटर, नमक - 1 ग्राम, पूर्ट सॉल्ट - थोड़ा डेंड चम्पच, पानी - 1 बड़ा चम्पच, तेल - बड़ा चम्पच, धूम्रपान करने के लिए रेत - रेत - फाई करने के लिए तेल - 1 बड़ा चम्पच, सूखी लाल मिर्च - 3, अदरक - लहसुन का पेटर - 1 बड़ा चम्पच, हरा ध्यांज - 65 ग्राम, शिमला मिर्च - 105 ग्राम, चिली सॉस - 2 चम्पच, सोया सॉस - 1 बड़ा चम्पच, नमक - 1 छोटा चम्पच, तेल के बीज - 1 बड़ा चम्पच

एक बातल में 270 ग्राम सूजी, 370 ग्राम दीवी, 50 मिलीलीटर पानी, 1 चम्पच चम्पच पानी डालकर अच्छे से मिलाकर। 3 बड़े इडली बाटें वाले बहनें में ब्रश की सहायता से इडली के मिलाना। इसे 10-12 मिनट तक रेस्ट करें या जब तक इडली अच्छे से पके नहीं जाती। थोड़ा ठंडा होने पर इडली के एक बड़ी गांठी को एक बातल में डालें। इसके बाद इडली की लौंगी-लौंगी सूखी लाल मिर्च के लिए जारी करें। एक बड़ी गांठी की लौंगी के साथ अदरक-लहसुन का पेटर डालकर अच्छी तरह से मिलाएं। इसमें 65 ग्राम हरा ध्यांज डालकर 2-3 मिनट के लिए भूंडें। एक बड़ा चम्पच, नमक - 1 छोटा चम्पच, धूम्रपान करने के लिए भूंडें। एक बड़ा चम्पच, सूखी लाल मिर्च, अदरक-लहसुन का पेटर डालकर अच्छी तरह से मिलाएं। आपकी इडली स्टिर फाई तैयार है।

