



शुद्धता की परंपरा

मराठा साम्राज्य की धरती से।

अब लखनऊ में

२७ सितम्बर २०२५, शाम ५.३० बजे।

भव्य उद्घाटन समारोह के अतिथी



सन्माननीय अतिथि

श्री. दानीश आज़ाद अंसारी जी
(मा. राज्यमंत्री, उत्तर प्रदेश सरकार)



मुख्य अतिथि

श्री. ब्रजेश पाठक जी
(मा. उपमुख्यमंत्री एवं कैबिनेट मंत्री, उत्तर प्रदेश सरकार)



सेलिब्रिटी अतिथि

सुष्मिता सेन
(बॉलीवुड अभिनेत्री)

०% कटौती*
पुराने सोने के एक्सचेंज पर

५०% फ्लैट छूट*
सोने के गहनों की बनवाई पर

१०००% फ्लैट छूट*
हीरे के गहनों की बनवाई पर



४/३००, पत्रकारपुरम के पास, विवेक खंड, गोमती नगर, राजीव गांधी वार्ड, जिला लखनऊ, उत्तर प्रदेश - २२६०१०. संपर्क: +९१ ९०४४९ ८२९६६

टोल फ्री नं: १८०० २३३ ५००५ (सुबह ११ - शाम ७) www.pngjewellers.com | info@pngadgil.com

INDIA | USA



*शर्तें लागू, ऑफर २७ सितम्बर से २६ अक्टूबर २०२५ तक उपलब्ध।

दुर्गा पूजा पर्व को लेकर एसडीएम व इंस्पेक्टर ने किया पैदल गस्त



अवधनामा संवाददाता

शोहरतगढ़ सिद्धार्थनगर। शुक्रवार को उपजिलाधिकारी विवेकानंद मिश्रा व शोहरतगढ़ इंस्पेक्टर संतोष कुमार तिवारी ने पुलिस बल के साथ शोहरतगढ़ करंबे में पैदल गस्त कर सुरक्षा सहित मेला व्यवस्था का जायजा लिया। शोहरतगढ़ एस.डी.एम. ने पुलिस बल के साथ पुलिस पिकेट, खुनुवा मार्ग, प्रेम गली, सब्जीमंडी, भारत माता चौक, जामा मस्जिद मार्ग, गोलघर, रामजानकी मंदिर मार्ग सहित विभिन्न मार्गों पर स्थापित होने वाली प्रतिमा स्थल, जुलूस मार्गों की स्थिति देखी और

संभावित भीड़-भाड़ वाले क्षेत्रों में सुरक्षा की दृष्टि से विशेष इंतजाम करने के निर्देश दिए। साथ ही उन्होंने आयोजकों से अपील की कि वे प्रशासन का सहयोग करें और किसी भी विवादित स्थिति में तुरंत पुलिस को सूचना दें। बताते चले दशहरा एवं दुर्गा पूजा पर्व को लेकर जनपद प्रशासन पूरी तरह से सक्रिय है और करंबे की वर्तमान स्थिति को लेकर प्रशासनिक अधिकारियों की नजर लगातार बनी हुई है। इस दौरान एसडीएम विवेकानंद मिश्रा, इंस्पेक्टर संतोष कुमार तिवारी, का. प्रभाकर यादव, दिनेश आदि मौजूद रहे।

मलगहिया गांव में विकास के नाम पर हो रहा फर्जी भुगतान



अवधनामा संवाददाता

बढ़नी सिद्धार्थनगर। विकास खंड बढ़नी क्षेत्र के ग्राम पंचायत मलगहिया गांव में विकास के नाम पर ग्राम प्रधान व सचिव के द्वारा किया जा रहा भ्रष्टाचार परत दर परत सामने आ रही है। जानकारी अनुसार गांव में संचारी रोग व स्वच्छता हेतु ब्लीचिंग पाउडर चूना छिड़काव आदि के नाम

पर पैसा पानी की तरह बहाया जा रहा है। फिर भी जगह जगह गंदगी का अंबार लगा हुआ है। नहर के आसपास पिच सड़क में राबिंश पटाई के नाम पर करीब साठ हजार का भुगतान किया गया है। ज्यादातर विकास कागजों में सिमट कर रह गया है। जमीनी स्तर पर कुछ भी नजर नहीं आ रहा है। ग्रामीणों ने मामले की जांच उच्चाधिकारियों से करते हुए कार्रवाई की मांग की है। उक्त संबंध में खंड विकास अधिकारी बढ़नी का कहना है कि मामले की जांच करारकर उचित कार्रवाई की जायेगी।

धनुष यज्ञ और लक्ष्मण परशुराम संवाद ने रामलीला में बांधा समा दर्शक मंत्रमुग्ध

अवधनामा संवाददाता

जलालपुर, अम्बेडकरनगर। श्री रामलीला सेवा समिति द्वारा आयोजित भव्य रामलीला कार्यक्रम का शुभारंभ पारंपरिक पूजन-अर्चन एवं दीप प्रज्वलन से हुआ। समिति अध्यक्ष संजीव मिश्र, उपाध्यक्ष राम संजीवन यादव, मीडिया प्रभारी विकास निषाद समेत पदाधिकारियों ने संयुक्त रूप से पूजन की। वहीं, आचार्य रामदेव मिश्र ने वैदिक मंत्रों के पाठ से वातावरण को भक्तिमय बना दिया।



इस कार्यक्रम के मुख्य आकर्षण धनुष यज्ञ और लक्ष्मण-परशुराम संवाद के मंचन ने दर्शकों को मंत्रमुग्ध कर दिया। श्री राम के रूप में शाश्वत दुबे और लक्ष्मण के रूप में रौनक दुबे ने शानदार अभिनय से समां बांध दिया। रामकिशोर राजभर, केशव श्रीवास्तव और विनय मिश्र सहित अन्य कलाकारों ने आरती के दौरान श्री राम के जयकारों से भक्ति-भाव का संचार किया। कार्यक्रम की सफलता में उपाध्यक्ष राधेश्याम शुक्ल, आशाराम मौर्य, सुशील अग्रवाल, अतुल जायसवाल, दिलीप यादव एवं अशोक जायसवाल के योगदान की सराहना की गई। सुरेंद्र सोनी द्वारा आयोजित झांकी तथा सदीप अग्रहरि के तत्वावधान में मानस गंगा प्रियंका पांडे के कथा वाचन ने कार्यक्रम को यादगार बना दिया। शहर के नागरिकों एवं उपस्थित जनता ने इस भव्य आयोजन की भूरी-भूरी प्रशंसा की।

आदर्श बार एसो. द्वारा तहसील में हुआ फलाहार कार्यक्रम का आयोजन

अवधनामा संवाददाता

डुमरियागंज सिद्धार्थनगर। शादीय नवरात्रि की चतुर्थी के पावन अवसर पर डुमरियागंज तहसील सभागार में आदर्श बार एसोसिएशन डुमरियागंज के तत्वावधान में फलाहार कार्यक्रम का आयोजन किया गया। कार्यक्रम का शुभारंभ उपजिलाधिकारी राजेश कुमार ने मां भगवती के चित्र पर पूजन-अर्चन कर किया। इस अवसर पर तहसील के अधिकारी, अधिकारिका और अन्य गणमान्यजन उपस्थित रहे। बार एसोसिएशन के अध्यक्ष देवेन्द्र पाठक एवं महामंत्री शैलेन्द्र रावत ने ब्रह्मा का फलाहार कार्यक्रम धार्मिक सत्ता का प्रतीक है, जो सभी धर्मों के लोगों के बीच आपसी भाईचारे और सौहार्द को बढ़ावा देता है। इस अवसर पर तहसीलदार रवि कुमार यादव, नायब तहसीलदार विष्णु प्रकाश सिंह, अधिकारिका आशीष श्रीवास्तव, सुभाष चंद्र विश्वकर्मा, मिथिलेश यादव, सुनील कुमार, विपुल पाठक, अमित सहित कई अन्य लोग उपस्थित रहे।

रमवापुर नानकार में ग्राम चौपाल कार्यक्रम का हुआ आयोजन



अवधनामा संवाददाता

शोहरतगढ़ सिद्धार्थनगर। शुक्रवार को शोहरतगढ़ विकास खण्ड के ग्राम पंचायत रमवापुर नानकार में गाँव की समस्या गाँव में समाधान करने हेतु चौपाल कार्यक्रम का आयोजन किया गया। रमवापुर नानकार के पंचायत भवन में आयोजित चौपाल कार्यक्रम में केंद्र और प्रदेश सरकार द्वारा जा रही ब्लॉक स्तरीय योजनाओं की विस्तृत जानकारी देते हुए सचिव कामेश्वर मिश्रा ने कहा कि गाँव की समस्याओं के निस्तारण के लिए ही शासन स्तर पर ग्राम चौपाल कार्यक्रम का आयोजन किया जा रहा है। ताकि

सीएम ने डीबीटी के माध्यम से 396602 छात्र- छात्राओं को रुपये 89.96 करोड़ का वर्चुअल हस्तांतरण किया

तहसीलों में छात्रवृत्ति प्रमाण-पत्र वितरण कार्यक्रम जनप्रतिनिधियों की उपस्थिति में हुआ सम्पन्न

अवधनामा संवाददाता

सिद्धार्थनगर। मुख्यमंत्री, उग्र योगी आदित्मन्यथ द्वारा लोक भवन लखनऊ से वर्चुवल रूप से समाज कल्याण विभाग, पिछड़ा वर्ग कल्याण विभाग एवं अल्पसंख्यक कल्याण विभाग द्वारा संचालित पूर्वदर्शम एवं दशमोत चरित्रण योजनान्तर्गत छात्रवृत्ति प्रमाण-पत्र वितरण समारोह के अन्तर्गत 396602 छात्र-छात्राओं को 89.96 करोड़ का हस्तांतरण डीबीटी के माध्यम से उनके आधार लिंक खातों में किया गया। शुक्रवार को जनपद के सभी तहसीलों में छात्रवृत्ति प्रमाण-पत्र वितरण कार्यक्रम जनप्रतिनिधियों एवं मुख्य विकास अधिकारी की उपस्थिति में सम्पन्न हुआ। जनपद स्तर पर



राजकीय कन्या इण्टर कालेज, तेतरी बाजार, नौगढ़ में सांसद जगदम्बिका पाल एवं मुख्य विकास अधिकारी बलराम सिंह द्वारा, तहसील बांसी के राजकीय इण्टर कालेज, पचमोहनी बांसी में विधायक बांसी जयप्रताप सिंह, तहसील शोहरतगढ़ में शिवपति इण्टर कालेज में ब्लाक प्रमुख प्रतिनिधि अमित यादव, चेयरमैन नगर पंचायत श्रीमती उमा अग्रवाल, तहसील इटवा में माता प्रसाद जयसवाल इण्टर कालेज में विधायक इटवा माता प्रसाद पाण्डेय तहसील

डुमरियागंज में राजकीय इण्टर कालेज परसा जमाल में अभिषेक कुमार, प्राचार्य राजकीय परसा जमाल इण्टर कालेज द्वारा छात्रवृत्ति प्रमाण-पत्र का वितरण किया गया।

इस अवसर पर जनपद के पूर्वदर्शम छात्रवृत्ति योजनान्तर्गत कक्षा (9-10) में सामान्य वर्ग 406 एवं अनुसूचित जाति में 948, अनुसूचित जाति कक्षा (11-12) - 486, सामान्य वर्ग कक्षा (11-12) - 302, पिछड़ा वर्ग (9-10) में - 3828, कक्षा (11-12) में - 1246 एवं अल्पसंख्यक

आगनवाडी कार्यकर्त्रियों का पोषण भी पढाई भी विषयक प्रशिक्षण संपन्न

अवधनामा संवाददाता, बांसी सिद्धार्थनगर। ब्लॉक के आजाद सभागार में शुक्रवार को आगनवाडी कार्यकर्त्रियों का पोषण भी पढाई भी विषयक तीन दिवसीय प्रशिक्षण संपन्न हुआ। इस दौरान कार्यकर्त्रियों ने रैली निकाल कर पोषण के प्रति लोगों को जागरूक उक्त अवसर पर बाल विकास परिषदांना अधिकारी नीलम वर्मा ने कहा कि पोषण का कार्यक्रम प्रधानमंत्री मोदी के जन्मदिवस के दिन से ही चल रहा है। यह कार्यक्रम 17 सितम्बर से 17 अक्टूबर तक चलेगा। उन्होंने कहा कि कार्यक्रमियां अब इसी तरह की रैली गांवों में निकाल कर पोषण के प्रति संदेश देंगी। श्रीमती वर्मा ने कहा कि कुपोषण का मुख्य कारण बाहरी आहार है बाहर के खाने पाने की चीजों से लोगों को बचना चाहिए। बाहर का खाद्य तेल व चीनी के प्रयोग से बचना चाहिए।कार्यक्रम में प्रोग्राम मैनेजर शोकेश कुमार ने कार्यकर्त्रियों को तीन दिवसीय प्रशिक्षण दिया।

इटवा महिला सशक्तिकरण कार्यक्रम : योजनाओं की विस्तृत जानकारी देकर सीओ पुलिस ने सुरक्षा का दिलाया भरोसा

पुलिस ने हेल्पलाइन और सरकारी योजनाओं की दी जानकारी लोग रहे मौजूद

एजाज़ सिद्दीक्वी

इटवा सिद्धार्थनगर। इटवा थाना क्षेत्र के महादेव घुर्हू में महिला सशक्तिकरण पर एक विशेष जागरूकता कार्यक्रम आयोजित किया गया। यह आयोजन महादेव के प्राथमिक विद्यालय में हुआ, जिसमें बड़ी संख्या में छात्राएं महिलाएं शामिल हुईं। जिसमें क्षेत्राधिकारी इटवा सुबेन्द्र सिंह व प्रभारी निरीक्षक इटवा श्याम सुन्दर तिवारी ने जागरूक किया। शुक्रवार को मिशन शक्ति फेज 5.0 कार्यक्रम आयोजित किया गया। इस कार्यक्रम का उद्देश्य छात्राओं को नारी सुरक्षा, सम्मान और स्वावलम्बन के बारे में जागरूक करना था। अभियान का लक्ष्य महिलाओं को सशक्त बनाना और



कुपोषित बच्चों की मदद करना है, ताकि उन्हें हिंसा व शोषण मुक्त वातावरण मिल सके। कार्यक्रम में क्षेत्राधिकारी इटवा सुबेन्द्र सिंह व प्रभारी निरीक्षक इटवा श्याम सुन्दर तिवारी भी उपस्थित रहे। सीओ पुलिस सुबेन्द्र सिंह ने छात्राओं व शिक्षिकाओं व महिलाओं को सरकार की महत्वाकांक्षी योजनाओं की विस्तृत जानकारी दी और उनकी सुरक्षा का भरोसा दिलाया। उन्होंने कहा कि छात्राओं की उपलब्धि समाज की

जिला जज, डीएम, एसपी व सीजेएम ने जिला कारागार का किया निरीक्षण



अवधनामा संवाददाता

सिद्धार्थनगर। जिला जज, जिलाधिकारी, पुलिस अधीक्षक व सीजेएम ने संयुक्त रूप से शुक्रवार को जिला कारागार का औचक निरीक्षण किया। इस दौरान भोजनालय, बैरकों तथा बन्दियों का गहन निरीक्षण किया गया। जेल अधीक्षक द्वारा बताया गया कि नियमित रूप से उनके व जेल स्टाफ द्वारा जेल की चेकिंग की जाती है। जिला कारागार में निरीक्षण के समय सभी व्यवस्थाएं सन्तोषजनक पायी गयीं। जेल के अंदर कोई भी

प्रतिबंधित सामग्री ना जाए इसके लिए संबंधित को आवश्यक दिशा निर्देश दिए गए। साथ ही जिला कारागार में आने वाले प्रत्येक नये कैदियों का जेल चिकित्सकों द्वारा स्वास्थ्य परीक्षण कराया जाए। पुलिस अधीक्षक द्वारा जिला कारागार अधीक्षक को निर्देशित किया गया कि नियमित रूप से कारागार का निरीक्षण करते रहे व निरूद्ध बन्दियों पर विशेष सतर्क दृष्टि रखे एवं आवश्यकतानुसार समय-समय पर कारागार में निरूद्ध बन्दियों की गतिविधियों के सम्बन्ध में जानकारी देते रहें।

इटवा महिला सशक्तिकरण कार्यक्रम : योजनाओं की विस्तृत जानकारी देकर सीओ पुलिस ने सुरक्षा का दिलाया भरोसा

पुलिस ने हेल्पलाइन और सरकारी योजनाओं की दी जानकारी लोग रहे मौजूद
एजाज़ सिद्दीक्वी
इटवा थाना क्षेत्र के महादेव घुर्हू में महिला सशक्तिकरण पर एक विशेष जागरूकता कार्यक्रम आयोजित किया गया। यह आयोजन महादेव के प्राथमिक विद्यालय में हुआ, जिसमें बड़ी संख्या में छात्राएं महिलाएं शामिल हुईं। जिसमें क्षेत्राधिकारी इटवा सुबेन्द्र सिंह व प्रभारी निरीक्षक इटवा श्याम सुन्दर तिवारी भी उपस्थित रहे। सीओ पुलिस सुबेन्द्र सिंह ने छात्राओं व शिक्षिकाओं व महिलाओं को सरकार की महत्वाकांक्षी योजनाओं की विस्तृत जानकारी दी और उनकी सुरक्षा का भरोसा दिलाया। उन्होंने कहा कि छात्राओं की उपलब्धि समाज की

उपलब्धि है। सरकार महिलाओं की सुरक्षा के लिए व्यापक प्रयास कर रही है, और किसी भी समस्या के लिए हेल्पलाइन नंबरों पर संपर्क करने को कहा। प्रभारी निरीक्षक इटवा श्याम सुंदर तिवारी ने भी सुरक्षा का आश्वासन दिया। महिला कांस्टेबल अल्का त्रिपाठी व वृजमा निषदेव आदि की सरकारी योजनाओं जैसे विधवा पेंशन, वृद्ध पेंशन और सुकुन्या योजना के बारे में बताया। उन्होंने महिला सहायता के लिए विभिन्न हेल्पलाइन नंबरों की भी

छात्राओं को टैबलेट वितरण किया गया जलालपुर अंबेडकरनगर। आज के तकनीकी युग में मोबाइल फोन का हमारे जीवन में काफी महत्व है छात्र-छात्राओं को भी विभिन्न पाठ कर्मों की जानकारी में यह सहायक होता है। प्रदेश सरकार ने इसी उद्देश्य को लेकर छात्राओं को टैबलेट वितरण की योजना चलाई है छात्रों को इसका सदुपयोग करना चाहिए उक्त बातों पूर्व सांसद रितेश पांडे ने सावित्री श्रीनाथ महाविद्यालय रसूलपुर बाकगंज में छात्रों को टैबलेट वितरण के अवसर पर कहीं। उन्होंने कहा कि हर चीज के दो पहलू होते हैं हमें टैबलेट का सदुपयोग करते हुए अपने ज्ञान को बढ़ाना चाहिए साथ ही पुस्तकों का भी अध्ययन करना चाहिए महाविद्यालय के प्रबंधक शैलेश मिश्रा ने समस्त आगंतुकों का स्वागत करते हुए छात्रों से टैबलेट के सदुपयोग की अपील किया इस अवसर पर विशिष्ट अतिथि के रूप में जगत नारायण शुक्ला प्रबंधक लखन जी ब्रह्मचारी इंटर कॉलेज भरतपुर नोडल अधिकारी यादवंद मिश्रा सहित महाविद्यालय के शिक्षक एवं कर्मचारी उपस्थित रहे।

डीएम एवं एसपी ने किया पल्लेग मार्च/पैदल गश्त, दिलाया सुरक्षा का भरोसा



अवधनामा संवाददाता, सिद्धार्थनगर। जिलाधिकारी डा0 राजा गणपति आर0 एवं पुलिस अधीक्षक डा0 अभिषेक महानगर द्वारा ल्योहार नवरात्रि/दुर्गा पूजा, दशहरा व जुमें की नमाज के दृष्टिगत व जनपद में शांति व्यवस्था बनाये रखने हेतु शुक्रवार को सदर थाना के कस्बा में पल्लेग मार्च/पैदल गश्त किया गया तथा आमजनमानस से संवाद स्थापित कर सुरक्षा का एहसास कराया गया। शुक्रवार को डीएम राजा गणपति आर एवं एसपी डा0 अभिषेक महानगर द्वारा जुमें की नमाज व ल्योहार नवरात्रि/दुर्गा पूजा, दशहरा/विजयदशमी के दृष्टिगत जनपद में शांति व्यवस्था बनाये रखने हेतु आम जनमानस से संवाद स्थापित किया गया तथा सुरक्षा का एहसास कराया गया तथा शान्ति व्यवस्था बनाये रखने हेतु सम्बन्धित को आवश्यक दिशा-निर्देश दिया गया। इस दौरान उपर पुलिस अधीक्षक प्रशान्त कुमार, विरनजीत सौरभान, एएसपी/क्षेत्राधिकारी सदर थाना प्रभारी निरीक्षक यातायात प्रभारी, महिला थानाध्यक्ष मय टीम तथा थाना स्थानीय अधिकारी/कर्मचारीगण उपस्थित रहे।

नए डुमरियागंज में स्वास्थ्य टीम के साथ किया संचारी रोग नियंत्रण की बैठक

अवधनामा संवाददाता, डुमरियागंज सिद्धार्थनगर। आगामी माह अक्टूबर, 2025 में प्रस्तावित संचारी रोग नियंत्रण अभियान एवं दस्तक अभियान की तैयारी को लेकर नगर पंचायत डुमरियागंज के कार्यालय सभागार कक्ष में लिपिक सैश हसन ताकीब रिजवी, बीएमसी यूनिसेफ शोएब अख्तर एवं सफाई नायकों के साथ अभियुगीकरण बैठक/प्रशिक्षण आहूत की गयी। लिपिक सैश हसन ताकीब रिजवी द्वारा सफाई नायकों को तैयार किए गए माइक्रोप्लान के हिसाब से वाडों में विशेष साफ सफाई अभियान चलाते हुए, फागिंग, एंटीलार्वा का समस्या को दूर करने, समस्त नागरिक/नालियों की सफाई, फागिंग, एंटीलार्वा का छिड़काव आदि को लेकर विशेष जिम्मेदारी दी गयी। बेवा सामुदायिक स्वास्थ्य केंद्र से आये बीएमसी यूनिसेफ शोएब अख्तर ने सभी सफाई नायक को आगामी माह अक्टूबर, 2025 में संचारी रोग नियंत्रण अभियान एवं दस्तक अभियान के अंतर्गत होने वाले तैयारियों के बारे में जागरूक करते हुए संचारी रोग से बचाव के उपाय बताया गया साथ ही बच्चों को उनके सही उम्र पर टीका लगवाए जाने की जानकारी दी गई। इस बैठक में महेश मिश्रा, अपित द्विवेदी सहित सभी सफाई नायक और कर्मचारी उपस्थित रहे।

बच्चों का टिफिन इटपट से होगा स्वत्म

लंच के लिए बनाएं टेस्टी पनीर फ्रैंकी रोल



दिव्यांशी भदौरिया। आजकल के बच्चों की चटोरी जीभ हो रखी है। घर का स्वादिष्ट खाना कम पसंद करते हैं और फास्ट फूड जी भर के खाते हैं। अगर आपके भी बच्चे टिफिन पूरी फिनिश नहीं करते हैं, तो

आप उनके लिए पनीर फ्रैंकी रोल बना सकते हैं। आइए आपको इसकी रेसिपी बताते हैं। बच्चों के खाने को लेकर मांएं अक्सर परेशान रहती है। ज्यादातर मांओं को सुबह उठते ही टेंशन होने

लगती है कि बच्चों के टिफिन में ऐसा क्या रखें बच्चे पूरा लंच खाकर ही आए। वैसे तो बच्चों को जंक फूड खाने आदत ज्यादा होती है, लेकिन आप उनके लिए लंच में कुछ हेल्दी के साथ ही टेस्टी डिश बनाकर रख सकते हैं। ज्यादातर बच्चों को फास्ट फूड खाना खूब पसंद होता है, ऐसे में आप टिफिन के लिए पनीर फ्रैंकी रोल बना सकते हैं। पनीर फ्रैंकी रोल हेल्दी के साथ काफी टेस्टी है, जो आपके बच्चों को खूब पसंद आएगा। तो चलिए बिना देर किए आपको रेसिपी बताते हैं।

पनीर फ्रैंकी रोल बनाने के लिए सामग्री

- 100 ग्राम कहुकस किया हुआ पनीर
- 4 मैदे की रोटियां
- 2 आलू
- 1/4 बंदगोभी
- 1 गाजर

- 1/2 बड़ा चम्मच चाट मसाला
- 1/4 बड़ा चम्मच हल्दी पाउडर
- 1/2 बड़ा चम्मच लाल मिर्च पाउडर
- 1 बड़ा चम्मच अमचूर पाउडर
- 1/2 बड़ा चम्मच चाट मसाला
- 2 बड़े चम्मच हरा धनिया
- 2 बड़े चम्मच नींबू का रस
- तेल जरूरत के अनुसार
- नमक स्वादानुसार
- पनीर फ्रैंकी रोल बनाने की विधि**

बच्चों के टिफिन के लिए पनीर फ्रैंकी रोल बनाने के लिए आपको सबसे पहले आपको उबले हुए आलू को छीलकर मैश कर लें। इसके बाद पनीर को कहुकस कर लीजिए। फिर इसमें आलू, नींबू का रस, हल्दी पाउडर, आमचूर, चाट मसाला, स्वादानुसार नमक और बारीक कटा हुआ हर धनिया डालकर सभी चीजों को अच्छे से मिला लें। इस मिश्रण को लंबे

आकार के कबाब बनाकर रैडी कर लें। अब गैस को मीडियम आंच पर तवा चढ़ाकर थोड़ा सा तेल डालकर गर्म होने दें। तेल गर्म होने के बाद इसमें तैयार किए हुए कबाब डालकर दोनों तरफ सुनहरा होने तक फ्राई कर लें। इसके बाद गाजर और बंदगोभी को पतला-पतला काटकर एक बाउल में रखकर उसमें चाट मसाला और नमक मिलाकर ठंडा होने के लिए फ्रिज में रख दें। अब आप कबाब को तवे से निकालकर एक प्लेट में रख दें। तवे पर मैदे की रोटी रखकर हल्का गर्म कर लें। रोटी गर्म हो जाए तो इसमें एक पनीर कबाब रखकर ऊपर से थोड़ी सी गाजर और बंदगोभी डाल दें। इसके साथ ही चाट मसाला और थोड़ा सा भुना हुआ जीरा पाउडर छिड़क दें। यह लीजिए आपका टेस्टी पनीर फ्रैंकी रोल बनकर तैयार है। इसे आप सांस या हरी चटनी के साथ सर्व कर सकते हैं।

बची हुई नारियल की चटनी का अब नहीं होगा वेस्ट

साउथ इंडियन फूड नारियल की चटनी के बिना पूरा ही नहीं होता है। चाहे इडली हो या खेसा या फिर उत्तप्पम, नारियल की चटनी और सांभर के साथ इसे खाने का एक अलग ही मजा आता है। अमूमन जब भी हम घर पर साउथ इंडियन फूड बनाते हैं तो उसके साथ नारियल की चटनी जरूर बनाई जाती है। लेकिन समस्या तब होती है, जब थोड़ी चटनी बच जाती है और फिर वो फ्रिज में यूं ही रह जाती है। अमूमन यह समझ में नहीं आता है कि इस बची हुई नारियल की चटनी का क्या किया जाए। हो सकता है कि आपके फ्रिज में भी नारियल की चटनी रखी हुई हो और अब आपका उसे खाने का मन ना कर रहा हो। लेकिन ऐसे में आपको पेशान होने की जरूरत नहीं है। अगर आप चाहें तो बची हुई नारियल की चटनी को बड़े ही मजेदार और फ़िरुएलिव तरीको से इस्तेमाल कर सकती हैं। तो चलिए आज इस लेख में हम आपको बता रहे हैं कि आप

नारियल की बची हुई चटनी को किन-किन तरीकों से काम में ला सकती हैं-



नारियल की चटनी से बनाएं सैंडविच

अगर आप अपने रेग्युलर सैंडविच को एक अलग टेस्ट देना चाहती हैं तो ऐसे में नारियल की बची हुई चटनी का इस्तेमाल करें। इसके लिए ब्रेड लेकर उस पर चटनी फैलाओ। अब ऊपर से खीरा, टमाटर, उजला आलू या चीज डाल दो। फिर इसे सैंडविच मेकर या तवे पर हल्का टेस्ट कर लो। यह एक जल्दी तैयार होने वाला हेल्दी स्नैक है, जो ट्रैवल के लिए भी बढ़िया ऑप्शन है।

नारियल की चटनी से बनाएं क्री

यह नारियल की चटनी को खाने का एक बेहद ही टेस्टी अंदाज है। इसके लिए चटनी को पैन में डालो। अब उसमें थोड़ा पानी, हल्दी और नमक डालकर मिक्स करें। अब इसमें राई, क्री पते, हींग व हरी मिर्च का तड़का लगाओ। स्वाद को और भी ज्यादा बढ़ाने के लिए अगर आप चाहें तो थोड़ा इमली का पल्प या दही डाल सकते हैं। झटपट बनने वाली इस क्री को आप चावल या रोस्टियों के साथ खा सकते हैं।

पोहा के टेस्ट को दें ट्विस्ट

अगर आप नाश्ते में पोहा या उप्पमा बना रही हैं तो उसके फ्लेवर को बूस्ट करने के लिए नारियल की चटनी का इस्तेमाल करें। इसके लिए आप पोहा या उप्पमा बनने के बाद उसमें अंत में चटनी डालकर मिक्स करो। थोड़ी पानी डालकर 2 मिनट और पकाओ। इससे एक क्रीमी टेक्सचर आएगा, जो साधारण पोहा को एकदम रिच बना देगा।

जिद्दी हार्ड वाटर के दागों से बाथरूम हुआ बदरंग

अगर आप भी अपने बाथरूम के शॉवर और नलों पर जमे हार्ड वॉटर स्टेंस से परेशान हैं, तो आपको इन्हें हटाने के लिए महंगे केमिकल क्लीनर की जरूरत नहीं पड़ेगी। ऐसे में आज हम आपको एक असरदार घरेलू उपाय के बारे में बताने जा रहे हैं।

हमेशा साफ और चमकदार बाथरूम देखना हर किसी को पसंद होता है। लेकिन बाथरूम का जो सबसे बड़ा और मुश्किल काम लगता है, वह शॉवर हेड और स्टील के नलों पर जमे पानी के जिद्दी दागों को हटाना है।

सतह पर पड़ने वाले सफेद धब्बे पानी में मौजूद मैग्नीशियम, कैल्शियम और खनिजों को सूखने के बाद बन जाते हैं, इन दागों को हार्ड वॉटर स्टेंस कहा जाता है। ये जिद्दी दाग बाथरूम की सुंदरता को कम कर सकते हैं और इन दागों को हटाना भी काफी ज्यादा

मुश्किल होता है। क्योंकि इन दागों को हटाना सामान्य क्लीनर से हटाना बेअसर साबित हो जाता है। ऐसे में अगर आप भी अपने बाथरूम के शॉवर और नलों पर जमे हार्ड वॉटर स्टेंस से परेशान हैं, तो आपको इन्हें हटाने के लिए महंगे केमिकल क्लीनर की जरूरत नहीं पड़ेगी।

ऐसे में आज इस आर्टिकल के जरिए हम आपको एक अथरदार घरेलू उपाय के बारे में बताने जा रहे हैं, जिसके अपनाकर आप सिर्फ 5 मिनट में बाथरूम के नलों और शॉवर को बिल्कुल नया जैसा चमका सकती हैं।

क्यों जमते हैं पानी के जिद्दी दाग

आपने देखा होगा कि शॉवर और नल पर दिखने वाले जिद्दी दाग पानी की वजह से बनते हैं। कठोर पानी में मैग्नीशियम, कैल्शियम और आयरन जैसे खनिज घुले होते

हैं। जब पानी सूखता है तो इसमें मौजूद खनिज सतह पर झट्ट जाते

सफाई

हैं और समय के साथ जमते रहते हैं। इसकी वजह से सफेद और खुरदरी परत बन जाती है। ऐसे में रोजाना सफाई करके इन जिद्दी दागों को हटाना काफी मुश्किल होता है।

हार्ड स्टैन हटाने वाला हैक
स्टील के नल से हार्ड वाटर स्टैन हटाने के लिए टूथपेस्ट का उपयोग कर सकते हैं। टूथपेस्ट में हल्के अपघर्षक और सफाई करने वाले गुण पाए जाते हैं, जोकि जिद्दी

दागों को 5 मिनट में साफ कर सकते हैं। इसके लिए आपको जेल

हल्का गीला करें, जहां पर दाग लगे हैं। फिर दाग वाली जगह जैसे नल,



वाले टूथपेस्ट की जगह पेस्ट वाले टूथपेस्ट का इस्तेाल करना चाहिए। वहीं जिद्दी दागों को हटाने के लिए रगड़ने के लिए पुराने टूथब्रश या फिर् सॉफ्ट स्पंज जरूर रखें। वहीं सफाई के बाद पोछने के लिए माइक्रोफाइबर कपड़े की भी जरूरत पड़ेगी।

टूथपेस्ट का इस्तेमाल

सबसे पहले उस जगह को

शॉवर हेड या स्टील की सतह पर थोड़ी सी मात्रा में सफेद टूथपेस्ट सीधे लगाएं।

अब एक पुराने टूथब्रश या फिर सॉफ्ट स्पंज की मदद से टूथपेस्ट को दाग वाली सतह पर हल्के हाथों से रगड़ना है। इस दौरान आप यह जरूर सुनिश्चित करें कि सभी दागों को कवर कर रहे हैं। वहीं बारीक जगहों और कोनों को कवर करने

में टूथब्रश बहुत काम आएगा।

बता दें कि दागों पर करीब 5 मिनट तक टूथपेस्ट को लगा रहने दें। टूथपेस्ट में मौजूद हल्के अपघर्षक कण और सफाई एजेंट इस दौरान एजेंट खनिज जमाव को हल्का और दिला करने का काम करेगा।

समय पूरा होने के बाद दाग वाली जगह को एक फिर हल्के हाथों से रगड़ें।

इस तरह से आप पाएंगे कि धीरे-धीरे दाग निकलने लगेंगे। साफ करने के बाद दाग वाली सतह को पानी से अच्छे से धो लें या फिर गीले माइक्रोफाइबर कपड़े से पोछ लें।

लास्ट में दाग वाली सतह को एक सूखे माइक्रोफाइबर कपड़े से अच्छी तरह पोछ लें। यह पानी के नए दाग-धब्बे बनने से रोकगा और नल और शॉवर को चमकदार बनाएगा।

खाने के स्वाद को दोगुना कर देंगी लहसुन की चटपटी चाटनी, रोटी-पराठें जमकर खाएंगे, नोट करें रेसिपी

रोजाना दाल-रोटी खाकर हम सभी बोर हो जाते हैं। खाने में भी रोजाना हम सबको वैरायटी चाहिए। यदि आपका खाने में कुछ तीखा और चटपटा चाहिए। तो आप घर पर लहसुन की चटपटी चटनी जरूर बना सकते हैं। यह आपके स्वाद को बेहतरीन बना देगा।

कई बार होता है कि रोजाना दाल-रोटी और सब्जी-पराठें खाकर हम सभी बोर हो जाते हैं। जिससे लगता है कि कुछ नया स्वाद ट्राई करना चाहिए। जब खाना बोर लगने लगता है तो भूख भी कम हो जाती है। फिर चटपटा खाने को जरूर मिस किया जाता है। यदि आप अपने बोरिंग खाने में जान डालना चाहते हैं, तो यह लेख आपके लिए है। केवल 5 मिनट में लहसुन की चटपटी चटनी खाकर अपने खाने को स्वादिष्ट बना सकते हैं। आइए आपको लहसुन की चटनी की रेसिपी बताते हैं।

लहसुन की चटनी बनाने की विधि
- लहसुन की चटनी बनाने सबसे पहले आप सूखा लाल मिर्च को गर्म पानी में 10-15 मिनट तक भिगो दें जिससे ये नरम हो जाएं।
- एक मिक्सी का जार लें उसमें भीगी हुई मिर्च, छिले हुए लहसुन,



- 10-12 लहसुन की कलियां
- 5-6 लाल मिर्च
- आधा चम्मच जीरा
- आधा चम्मच अमचूर पाउडर
- नमक स्वादानुसार
- 2 चम्मच सरसों का तेल

लहसुन की चटनी बनाने की विधि

- लहसुन की चटनी बनाने सबसे पहले आप सूखा लाल मिर्च को गर्म पानी में 10-15 मिनट तक भिगो दें जिससे ये नरम हो जाएं।

- एक मिक्सी का जार लें उसमें भीगी हुई मिर्च, छिले हुए लहसुन,

जीरा, अमचूर पाउडर और नमक डालें।
- इसमें थोड़ा सा पानी डालें और अच्छे से पीस लें। ध्यान रहे कि चटनी ज्यादा पतली न रहे, इसे थोड़ा गाढ़ा ही रखें।

- इसके बाद छेदा पैन या कड़ाही लें। उसमें सरसों का तेल गर्म जरूर करें।

- तेल गर्म होने के बाद, उसी में पीसी हुई चटनी डालें और धीमी आंच पर 2-3 मिनट तक भूनें।

- जब चटनी तेल छेड़ने लगे, गैस को बंद कर दें।

बची हुई खिचड़ी को खाने का नहीं है मन तो इससे बनाएं से सुपर टेस्टी पैनकेक

खिचड़ी से पैनकेक बनाना यकीनन एक बेहतरीन आइडिया है। इस तरह आप नाश्ते में एक बेहतरीन

किया जा सकता है। खिचड़ी खाने का असली मजा उसे गरमा-गरम खाने में ही है। लेकिन जब घर में



डिश तैयार कर पाएंगी और साथ ही साथ यह घर से हर सदस्य को काफी पसंद भी आएगी। इसे आप ना केवल नाश्ते में खा सकते हो, बल्कि बच्चों के टिफिन में भी पैक

खिचड़ी बच जाए तो शायद ही उसे कोई अगले दिन खाना पसंद करता हो। अगर आपने रात में खिचड़ी बनाई और वो बच गई, तो हर कोई उसे अगले दिन देखकर टेढ़े-मेढ़े मुंह

बनाना शुरू कर देता है। अमूमन इस स्थिति में हम सभी उस बची हुई खिचड़ी को बाहर फेंक देना पसंद करते हैं। हो सकता है कि आपको भी अगले दिन वही बची हुई खिचड़ी खाना काफी बोरिंग लगता हो, लेकिन अब अगर आप चाहें तो इस खिचड़ी की मदद से एकदम टेस्टी पैनकेक बनाकर तैयार कर सकती हैं। खिचड़ी से पैनकेक बनाना यकीनन एक बेहतरीन आइडिया है। इस तरह आप नाश्ते में एक बेहतरीन डिश तैयार कर पाएंगी और साथ ही साथ यह घर से हर सदस्य को काफी पसंद भी आएगी। इसे आप ना केवल नाश्ते में खा सकते हो, बल्कि बच्चों के टिफिन में भी पैक किया जा सकता है। तो चलिए आज इस लेख में हम आपको रात की बची हुई खिचड़ी से पैनकेक बनाने की आसान रेसिपी के

बारे में बता रहे हैं-

बची हुई खिचड़ी से पैनकेक बनाने के लिए आवश्यक सामग्री-

- एक कप बची हुई खिचड़ी
- दो-तीन बड़े चम्मच बेसन (बाईडिंग के लिए)
- एक बड़ा चम्मच सूजी
- बारीक कटा एक छोटा प्याज
- बारीक कटी एक हरी मिर्च
- दो बड़े चम्मच कटा हुआ हरा धनिया

आधा छोटा चम्मच जीरा पाउडर
आधा छोटा चम्मच लाल मिर्च
पाउडर

स्वादानुसार नमक
दो-तीन बड़े चम्मच पानी

बची हुई खिचड़ी से पैनकेक कैसे बनाएं-

सबसे पहले बची हुई खिचड़ी को

एक बाउल में डालें और अच्छी तरह मैश कर लें।

अब इसमें बेसन और सूजी डालकर मिक्स करें। अब इसमें प्याज, हरी मिर्च, धनिया और सारे मसाले डालकर अच्छे से मिला लें, ताकि पैनकेक का बैटर बन जाए।

अगर आपको बैटर ज्यादा गाढ़ा लगे तो थोड़ा पानी डालें, ताकि आसानी से फैलाया जा सके।

अब एक नॉन-स्टिक तवे पर हल्का तेल या घी गरम करें।

एक करछुल घोल डालकर गोलाकार फैलाएं।

इसे मीडियम आंच पर दोनों तरफ से सुनहरा और कुरकुरा होने तक सेंकें।

आप गरमा-गरम पैनकेक को दही, हरी चटनी या टमाटर केचप के साथ खाएं।

