

गलत तरीके से दीपक जलाने से होते हैं कई नुकसान

पैसे कमाने के लिए हम कड़ी मेहनत करते हैं। कई बार कड़ी मेहनत के बाद भी हम पैसे की तंगी से जूझते रहते हैं। अगर आप भी आर्थिक परेशानियों से जूझ रहे हैं तो हो सकता है इसके पीछे का कारण आपके घर में ही हो। हो सकता है कि आप दीपक जलाने समय कुछ ऐसी गलतियां कर रहे हैं जिससे आपको परेशानियों का सामना करना पड़ रहा है।

1. ज्योतिषशास्त्र के अनुसार घर में धन की बरकत नहीं होने पर दीपक की लौ को उत्तर की दिशा में रखनी चाहिए। इससे घर में लक्ष्मी का वास होने लगता है।
2. वहीं अगर आप दीपक की लौ को पूर्व दिशा में रखते हैं तो इससे बीमारियां दूर होती हैं वहीं घर के लोगों की सेहत भी सही रहती है।
3. कबल जाता है कि किचन में पीने का पानी वाली जगह पर दीपक रखने से बुरी शक्तियां घर में नहीं आती।
4. घर में अगर दीपक में कूपर डाल कर जलाएंगे तो घर में गौजुद नकारात्मक ऊर्जा दूर चली जाती है।

फेसबुक ने सैपचैट की तर्ज पर लॉन्च किया मैसेंजर डे फीचर

अब आप अपने दोस्तों के साथ मैसेंजर पर स्टेटस की तरह कोई तस्वीर और वीडियो साझा कर सकते हैं और यह तस्वीर या वीडियो अपने आप 24 घंटे के भीतर गायब हो जाएगा। फेसबुक ने मैसेंजर डे नाम का यह फीचर एक अपडेट के जरिए दुनिया भर के सभी एंड्रॉयड और आईओएस यूजर को उपलब्ध करा दिया है। फेसबुक मैसेंजर का यह फीचर शैपेट के स्टेटस जैसा ही है। मैसेंजर से पहले व्हॉट्सएप ने भी शैपेट के इस फीचर का अनुसरण किया था।

वया खास है फीचर में - फेसबुक मैसेंजर के इस फीचर के तहत यूजर हर दिन अपने बारे में कुछ बताते के लिए या फिर आपका दिन कैसा रहा आदि चीजों को साझा करने के लिए लिए कोई एक तस्वीर या वीडियो का सवरा ले सकते हैं। यह तस्वीर या वीडियो मैसेंजर पर गौजुद दोस्तों के साथ साझा ले जा सकते हैं। यह हाल ही में व्हॉट्सएप की ओर से जारी किए स्टेटस फीचर जैसा ही है।

ऐसे करें इस्तेमाल - फेसबुक मैसेंजर एप अपडेट करने के बाद आपको मैसेंजर में नीचे एक सर्च का आइकन बना दिखेगा, उस पर क्लिक करने पर आपको कई तरह के फ्रेम दिखेंगे। मैसेंजर डे टैप करने से पहले आप उसकी प्राइवसी सेंटींग भी कर सकते हैं कि आप किसके साथ इसे टैप कर देना चाहते हैं और किसके साथ नहीं। फोटो फ्रेम में आप टैप करके भी लिख सकते हैं। एक बार नीचे की तरफ तीर के निशान पर क्लिक करने के बाद 'माय डे' नाम का विकल्प खुल जाएगा जिससे आप सही यूजर के साथ साझा कर सकते हैं। माय डे के सामने बने तीन डॉट पर क्लिक करके यह देख सकते हैं कि आपके मैसेंजर डे पोस्ट को कितने दोस्तों ने देखा है।

स्वास्थ्य

कई रोग का अचूक इलाज है हल्दी और दूध

आयुर्वेद में हल्दी को सबसे बेहतरीन नेचुरल एंटीबायोटिक माना गया है। आयुर्वेद चिकित्सक डॉ. प्रेम चंद्र प्रसाद ने बताया कि हल्दी के पौधे से मिलने वाली इसकी गांठें ही नहीं, बल्कि इसके पत्ते भी बहुत उपयोगी होते हैं। बताया कि इसी प्रकार दूध भी प्राकृतिक प्रतिजैविक है।

यह शरीर के प्राकृतिक संक्रमण पर रोक लगाता है। हल्दी व दूध दोनों ही गुणकारी हैं, लेकिन अगर इन्हें एक साथ मिलाकर लिया जाए तो इनके फायदे दोगुना हो जाते हैं। इन्हें एक साथ पीने से यह कई स्वास्थ्य संबंधित समस्याएं दूर होती हैं।

1. रोजाना हल्दी वाला दूध लेने से शरीर को पर्याप्त मात्रा में कैल्शियम मिलता है। हड्डियां स्वस्थ और मजबूत होती हैं। यह आंस्ट्रियोपेरिसिस के मरीजों को राहत पहुंचाता है।
2. हल्दी वाले दूध को गठिया के निदान और रियुमेटॉइड गठिया के कारण सूजन के उपचार के लिए उपयोग किया जाता है। यह जोड़ों और पेशियों को लचीला बनाकर दर्द को कम करने में भी सहायक होता है।
3. आयुर्वेद में हल्दी वाले दूध का इस्तेमाल शोथन क्रिया में किया जाता है। यह खून से टॉक्सिन्स दूर करता है और लिंफ को साफ करता है। पेट से जुड़ी समस्याओं में आराम के लिए इसका सेवन फायदेमंद है।
4. एक शोध के अनुसार, हल्दी में मौजूद तत्व कैसर कोशिकाओं से डीएनए को होने वाले नुकसान को रोकते हैं और कीमोथेरेपी के दुष्प्रभावों को कम करते हैं।
5. हल्दी वाले दूध के सेवन से कान दर्द जैसी कई समस्याओं में भी आराम मिलता है। इससे शरीर का रक्त संचार बढ़ जाता है जिससे दर्द में तेजी से आराम होता है।



यह हैं खुशहाल शादीशुदा जिंदगी के 6 मंत्र



कई बार सबकुछ होते हुए भी शादीशुदा जिंदगी टूटने के कगार पर पहुंच जाती है। पति-पत्नी चाहते तो यही हैं कि वे साथ रहें लेकिन एक बार जब चीजें बिगड़ना शुरू होती हैं तो बिगड़ती ही चली जाती हैं। असलियत यह है कि शादीशुदा जिंदगी को संभालकर रखना थोड़ा मुश्किल जरूर है लेकिन अगर समझदारी से काम लिया जाए तो हर समस्या को दूर किया जा सकता है। यह वो 6 मंत्र हैं, जिनकी मदद से आप अपने वैवाहिक जीवन को टूटने से बचा सकते हैं।

» माना कि वह आपके पति हैं लेकिन हर समय उन्हें काबू करने की कोशिश न करें। उन्हें उनका स्पेस जरूर दें। इससे आपका रिश्ता मजबूत होगा।

» अगर आपको लगता है कि प्यार ही सबकुछ है तो आपको बता दें कि आप गलत हैं। प्यार का मतलब एक-दूसरे को इज्जत देना है। अगर आप एक-दूसरे को इज्जत देते हैं और सार्वजनिक जगहों पर भी एक-दूसरे की इज्जत का खयाल रखते हैं तो इससे अच्छा कुछ नहीं। ये बातें आपके रिश्ते को मजबूत करेंगी।

» हर रिश्ते में कुछ समझौते करने पड़ते हैं। अगर आपको भी इस रिश्ते को बचाने के लिए कुछ समझौते करने पड़ें तो इसमें कोई बुराई नहीं है। आमतौर पर समझौता करने को कमजोरी से जोड़कर देखा जाता है लेकिन ऐसा नहीं है।

» अमूमन लोगों को लगता है कि रुपये-पैसे की बात करना बेकार है लेकिन कई बार रिश्तों में दरार ही

इस वजह से पड़ जाती है। ऐसे में कोशिश करनी चाहिए कि आपके फाइनेंशियल मामले एक-दूसरे के लिए स्पष्ट हों और इसमें कोई झुठ न हो।

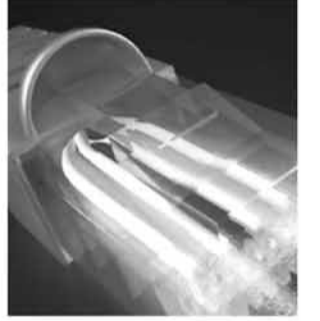
» अपने पति के घरवालों को सम्मान दें। खासतौर पर उनके माता-पिता को। अगर आप चाहते हैं कि आपका रिश्ता मजबूत हो तो कोशिश कीजिए कि आप अपने पार्टनर के परिवार वालों को सम्मान दें और उनसे जुड़े रहें। ऐसा करके आप अपने पार्टनर के और करीब हो सकेंगे।

» अगर आप दोनों के बीच का रोमांस खत्म हो गया है तो यह वाकई चिंता की बात है। चाहे कुछ हो जाए कोशिश कीजिए कि आप दोनों के बीच का प्यार जिंदा रहे क्योंकि यही आप दोनों को बांधे रखेगा।

तकनीक

कैसे बढ़ाएं अपने 3जी कनेक्शन की स्पीड, जानें 4 सुपर ट्रिक्स

आमतौर पर कई कारणों के चलते हम इंटरनेट पर मन मुताबिक स्पीड नहीं मिल पाती है। जबकि हम 3जी या 4जी डेटा यूज कर रहे होते हैं। आम हम आपको बताएंगे कि आप कैसे अपने इंटरनेट की स्पीड बढ़ा सकते हैं।



सही ब्राउजर का करें इस्तेमाल

वैसे तो हम सर्च के लिए कई ब्राउजर का इस्तेमाल करते हैं लेकिन गूगल का क्रोम एंजिन सबसे अच्छा माना जाता है। सभी के फोन में अब ये ब्राउजर इन्बिल्ट होता है और यह डिफॉल्ट ब्राउजर भी माना जाता है। अगर आप इसकी सेटिंग में जाकर कुछ बदलाव करें तो आप बहुत सारे डाटा के साथ साथ इंटरनेट की ब्राउजिंग स्पीड भी बढ़ा सकते हैं।

एप कैशे

लगातार अपने एप का cache क्लियर करते रहें। cache क्लियर न होने से इंटरनेट की स्पीड स्लो हो जाती है, इसलिए इसे हमेशा क्लियर करते रहें। इसे डिलीट करने के लिए सेटिंग में जाए, एप को वीडियो शेयरिंग के साथ रूथ चैटिंग का फीचर भी देता है अपडेट एप

थर्ड-पार्टी एप को करें अनइंस्टॉल

इंटरनेट की स्पीड बढ़ाने के लिए आप थर्ड-पार्टी एप को अनइंस्टॉल करें। इन एप

के चलते कई बार मोबाइल पर इंटरनेट की स्पीड स्लो हो जाती है। ये ज्यादातर कस्टम फीचर को हटा देते हैं इसलिए इसे अनइंस्टॉल कर दें।

ब्राउजर से इमेज सर्व को करें डिसेपल

ब्राउजर को हमेशा टेक्स्ट सर्व मोड पर रखें। इससे अनावश्यक रूप से पेज में होने वाली इमेज नहीं खुलेंगी। गूगल प्ले स्टोर पर मिलने वाले एप सामान्य रूप से इस फीचर को सपोर्ट नहीं करते हैं। लेकिन आप इसको आसानी से सेटिंग्स में प्रॉफ कर सकते हैं। सेटिंग्स में जाए एप्स करते हैं इससे इमेज अनावश्यक रूप से लोड नहीं होगी। इससे आपकी इंटरनेट स्पीड में इजाफा हो जाएगा।



पार्लर में पैसे खर्च क्यों करें जब घर में ही निखार सकते हैं त्वचा

गमियां आते ही लड़कियों को सबसे पहले अपने चेहरे की चिंता सताती है। वे अक्सर चेहरे को चिलचिलाती धूप, प्रदूषण, लू और सन बर्न से बचाने की जट्टीजहद में उलझी रहती हैं। चेहरे की रंगत बरकरार रखने के लिए अनगिनत तरकीबें तैयार होती हैं। अरे भला, इतनी मेहनत करें भी क्यों ना... आखिरकार चेहरे का ध्यान रखना भी जरूरी है।

इस बार मौसम विभाग का कहना है कि साल 2017 अब तक के सबसे गर्म सालों में से एक होगा। तो क्या ना अभी से ही अपनी त्वचा का ध्यान रखा जाए। पार्लर में पैसे खर्च करने की बजाए क्यों ना आप सदाबहार धरेलू नुस्खों को ट्राई करें। ये धरेलू नुस्खे बहुत ही आसान हैं। जिसके लिए आपको बहुत दूर नहीं, बल्कि किचन तक जाने की जरूरत है।

आइए जानते हैं आप धरेलू उपाय से कैसे अपने चेहरे को निखार सकती हैं-

बेसन: बेसन के बने फेस पैकस त्वचा की अलग-अलग जरूरतों के लिए लाभदायक हैं। बेसन टैनिंग, मुंहासे और काले घेरों से निजात पाने के लिए बेहद

उपयोगी है। यह त्वचा की अशुद्धि और गंदगी को साफ कर बाहर निकालता है। बेसन में पानी मिलाकर इसका पेस्ट चेहरे पर लगाएं। 20 मिनट बाद चेहरे को गुनगुना पानी से धो लें। बेहतर परिणाम के लिए हफ्ते में दो बार इस पैक को चेहरे पर लगाएं। इसके अलावा बेसन में मलाई, दूध, शहद या एक चुटकी हल्दी मिलाकर भी पैक बना सकते हैं।

नारियल पानी और चंदन पैक : चेहरे की गंदगी साफ करने के लिए चंदन से बेहतर और कुछ नहीं है। यह त्वचा से मृत कोशिकाओं और धब्बों को दूर करता है। वहीं नारियल पानी त्वचा को निखारने का काम करता है। एक चम्मच चंदन पाउडर में थोड़ा नारियल पानी मिलाकर चेहरे पर लगाएं। करीब 20 मिनट बाद चेहरे को पानी से धो लें। चंदन और नारियल पानी का पेस्ट चेहरे को टैनिंग, मुंहासों से भी बचाता है। यह पैक आपको साफ और दमकती त्वचा देगा।

नींबू का रस : गर्मियों में चेहरे को टैनिंग से बचाने के लिए नींबू सबसे आसान और अद्भुत धरेलू उपाय है। नींबू में मौजूद ब्लीचिंग गुण सन बर्न को कम करने में मदद करता है। नींबू के रस को शहद और बेसन में मिलाकर चेहरे पर लगाएं। 10-15 मिनट बाद चेहरे को पानी से धो लें। यकीनन ही आप चेहरे पर रौनक और

तानगी महसूस करेंगी।

दूध और हल्दी का पैक : चेहरे की रंगत निखारने के लिए हल्दी सर्वोत्तम उपाय है। आधे कप दूध में एक चुटकी हल्दी डालकर घोलें। इस पेस्ट को चेहरे पर लगाएं और थोड़ी देर बाद चेहरा साफ कर लें। हल्दी में कई औषधीय गुण शामिल होते हैं। बेहतर रिजल्ट पाने के लिए यह पेस्ट रोजाना चेहरे पर लगाएं।

एलोवेरा : एलोवेरा जेल चेहरे की सफाई के लिए बेहतरीन रिस्क टोनर है। चेहरे को मॉइश्चराइज करने के लिए एलोवेरा जेल का इस्तेमाल जरूरी है। यह त्वचा की रेडनेस को कम करता है। त्वचा को सन बर्न से बचाने के लिए भी एलोवेरा जेल लगाएं। चेहरे की सुंदरता निखारने और पिंपल्स के दग हटाने में एलोवेरा अहम भूमिका निभाता है। इसके रोजाना इस्तेमाल से आपकी त्वचा स्वस्थ और चमकदार बनी रहेगी।

पपीते और शहद का फेस पैक : शहद रूखी और बेजान त्वचा को नमी प्रदान कर उसे मुलायम बनाता है। वहीं पपीता त्वचा का चिलचिलाती धूप से बचाव करता है। पपीते के टुकड़े को मैश करके उसमें एक चम्मच शहद मिलाएं। इस पैक को चेहरे पर 30 मिनट तक लगाने के बाद धो लें। आप तुरंत ही अपनी त्वचा में कोमलता और चमक देखेंगे।

खीरा, गुलाब जल, नींबू का फेस पैक: खीरा और गुलाब जल हमारी त्वचा को ठंडक प्रदान करते हैं। नींबू त्वचा के गहरे धब्बों को दूर करता है। तीनों का मिश्रण त्वचा की गंदगी को साफ करता है और उसे प्राकृतिक चमक देता है। एक चम्मच खीरे का जूस, नींबू का रस और गुलाब जल लेकर मिलाएं। चेहरे पर यह पैक लगाकर 10 मिनट बाद ठंडे पानी से धो लें। यह फेस पैक आपके चेहरे को चुस्त और स्वस्थ रखेगा।

असाध्य बीमारियों में भी कारगर योग

आजकल की भागदौड़ वाली जीवन शैली तथा गिलावटी भोजन और फास्ट फूड व्यक्ति की सेहत पर नकारात्मक प्रभाव डाल रहे हैं। इसलिए हमें नित्य और ऊर्जावान रहने के लिए हमें अपनी जीवनशैली में बदलाव करना बेहद जरूरी है और इसके साथ कुदृष्ट के साथ तारतम्य बिताते हुए योग को जीवन धर्या में शामिल करना होगा।

योग अनेक बीमारियों में कारगर है। प्रदूषण के विकाराल स्तर पर पहुंचने और जीवन शैली के (खास करके नई पीढ़ी को) पश्चिमी देशों के गुलाम बन जाने से हम कम उम्र में ही गंभीर बीमारियों की चपेट में आ रहे हैं। ऐसे में जरूरत है कि हम अपने ऋषि मुनियों की शिक्षा को अपनाएं जिन्होंने योग और उच्च जीवन शैली के माध्यम से सौ साल से भी अधिक समय तक निरोगी रहकर 'जीवन साधना' की।

योग विश्व को भारत की ही देन है लेकिन पश्चिम इसे जब 'योग' कहता है तो हम उनकी हर बात को आंखें बंद कर विश्वास करने लगते हैं। हम अपनी अच्छाइयों से दूर होते जा रहे हैं और सुंदर पैर पर मिलते 'बाहर' से आ रहे 'विष' को गले गला रहे हैं। खाने-पीने से लेकर उठने-बैठने यहां तक की चलने में भी हम सब भेड़ चाल अपना रहे हैं

और द्विशाक्यत करते हैं कि वर्तमान में सब कुछ प्रदूषित हो गया है।

अफसोस की बात है कि हम अपनी तरफ नहीं देखते। स्वस्थ और 'स्लिम ट्रिम' बनने के लिए हजारों रुपये लाकर जिमखानों के चक्कर लगाते हैं और जीवन के लिए बेहद आवश्यक और वैज्ञानिक जीवन शैली 'योग' को दरकिनार करते हैं।



वास्तु के अनुरूप सजाएँ कलाकृतियाँ

कलाकृतियाँ सिर्फ कला दीर्घाओं की ही शोभा नहीं बढ़ाती बल्कि घर को इनसे एक अलग पहचान मिलती है। लोग इन्हें वास्तु के हिसाब से भी सजाते हैं। पेंटिंग आपके घर के इंटीरियर में चार चोंद तो लगाती ही है, लेकिन अगर आप सही पेंटिंग का चयन करें तो यह घर में खुशी और समृद्धि भी लाती है। वास्तुशास्त्री आनंद मारदाज मानते हैं कि इससे घर में सकारात्मक ऊर्जा का संचार होता है। अगर पेंटिंग के चयन में सावधानी बरती जाए तो यह काफी लाभदायक सिद्ध होती है।

कैसा हो कलर कोड पेंटिंग में रंगों का एक अलग स्थान होता है। हरियाली से युक्त, सूर्य की चमकती रोशनी और साफ नीले आसमान वाली पेंटिंग लिविंग रूम के लिए अच्छी मानी जाती है। ऐसी कलात्मक चीजें दक्षिण-पूर्व दिशाओं के लिए बेहतर हैं। गौर करने वाली बात है कि पेंटिंग ऐसी हो, जो ऊर्जा प्रदायिनी तथा प्रसन्नता देने वाली हो।

नीले रंग की पेंटिंग उत्तर दिशा की दीवार पर बेहतर मानी जाती है। हरे या उससे मिलते-जुलते रंग पूर्व दिशा की दीवार पर लगाने से घर में खुशहाली आती है। लाल या सतरी रंग दक्षिण दिशा में हो तो बेहतर रहता है। बच्चों के कमरे में पेंटिंग लगाते समय गुलाबी, जामुनी या नीले रंग का प्रयोग करना चाहिए। हल्का तथा सफेद रंग का प्रयोग कहीं भी किया जा सकता है।

गुलाबी रंग की पेंटिंग - नवविवाहित जोड़े के कमरे में गुलाबी रंग की पेंटिंग बेहतर होगी। घर में रॉजिंग वॉकर जैसे फाउंटेन और समुद्र की पेंटिंग ड्रैग रूम या लॉबी में कहीं भी लगाई जा सकती है, लेकिन बेडरूम में इस तरह की पेंटिंग का प्रयोग करने से बचना चाहिए।

दिशाओं का महत्व - घर में सकारात्मक ऊर्जा के संचार में दिशाओं का महत्वपूर्ण योगदान होता है, इसीलिए पेंटिंग लगाते समय दिशाओं का भी खास खयाल रखना चाहिए। पूर्व की दिशा में



उत्ते हुए सूरज की पेंटिंग लगाने से घर में सकारात्मक ऊर्जा का संचार होता है। इसी तरह धार्मिक चिह्न जैसे ओम या स्वस्तिक उत्तर-पूर्व कमरे की पूर्व दीवार पर हो तो काफी अच्छा रहता है। इससे घर में सुख और शान्ति आती है।

परिवार के सदस्यों की तस्वीर या पेंटिंग दक्षिण दिशा में होनी चाहिए। बच्चों की तस्वीर, लैंडस्केप या हरे जंगल पश्चिम दिशा में हो, तो इसका घर में सकारात्मक असर पड़ता है। नवविवाहित जोड़े की पेंटिंग कमरे की दक्षिण दिशा में लगानी चाहिए।

समृद्धि व बेहतर स्वास्थ्य कारक - पेंटिंग न केवल घर में सकारात्मक परिवेश और ऊर्जा प्रदान करती है, बल्कि यह समृद्धि का कारक भी है। घर में सही पेंटिंग लगाने से व्यापार को बढ़ावा मिलता है। कमरे की दक्षिण दीवार पर मैप लगाने से व्यापार में वृद्धि होती है। अगर कोई व्यक्ति भारत में व्यापार करता है तो उसे भारत का मैप लगाना चाहिए। अगर किसी का व्यापार विदेशों तक फैला है, तो उसे विश्व का मैप लगाना चाहिए।

उड़ते हुए पक्षियों की तस्वीर आपके आर्थिक पक्ष को सुदृढ़ करती है। उपाता हुआ सूरज सौभाग्य लेकर आता है, लेकिन पेंटिंग का गलत चयन आपके स्वास्थ्य पर प्रतिकूल प्रभाव भी डाल सकता है। घर में किसी को दिल संबंधी बीमारी है या कोई व्यक्ति डिप्रेशन का मरीज है, तो घर में लाल रंग की पेंटिंग नहीं लगानी चाहिए। हरा रंग आपके स्वास्थ्य को बेहतर बनाता है।

ऐसी पेंटिंग से करें परहेज - घर में ऐसी पेंटिंग का इस्तेमाल नहीं करना चाहिए, जिसे देखने से दुःख का आभास होता हो। ऐसी पेंटिंग घर में नकारात्मक ऊर्जा का संचार करती है। पेंटिंग के फायदे हैं लेकिन इस संबंध में कुछ बातों का ध्यान रखना जरूरी है। भूतहा मकान, खंडहर, तालाब, कुएँ, हथियार, अस्त्र-शस्त्र, रुके हुए पानी, गहरे कछकाकर क, आँखों को चुभने वाले रंगों की पेंटिंग, पशुओं या लड़ाई की तस्वीरें घर में कभी भी नहीं लगानी चाहिए।

तीखा खाने के शौकीन घर पर बनाएं लाल मिर्च अचार

- 2 टेबलस्पून मेथी
- 2 टेबलस्पून जीरा
- 2 टेबलस्पून सौंफ
- 2 टेबलस्पून जीरा
- 2 टेबलस्पून नमक
- 50 ग्राम नमक
- 2 टेबलस्पून अमचूर पाउडर
- 1 टेबलस्पून चिली फ्लेक्स
- 2 टेबलस्पून तेल
- 250 ग्राम लाल मिर्च
- अचार में डालने के लिए 100 मि.ली तेल



विधि

1. सबसे पहले मेथी, जीरा, सौंफ, अजवाइन, सरसों के बीज मिलाकर इनका मिक्सी में इनका पाउडर बना लें। 2. इस मिक्सचर को 1 बाउल में डालकर इसमें नमक, हल्दी, आमचूर पाउडर, चिली फ्लेक्स डालकर मिक्स कर लें।
3. इस मिश्रण में अब 2 टेबलस्पून तेल डालकर अच्छे से मिक्स कर लें।
4. अब लाल मिर्च को ऊपर से काट कर इसके बीज निकाल लें और अब इसमें तैयार करके रखा हुआ मिश्रण भर दें। 5. भरवाले मिर्च को एक एयर टाइट जार में डाल दें और इसके ऊपर से 100 मि.ली तेल डाल दें। 6. इस अचार को 3-4 दिन तक स्टोर करके रखें। जब मिर्च का छिलका साँपट हो जाए तो इसे खा सकते हैं।
7. इसे खाने के साथ सर्व करें।