एजेंसी (वेब वार्ता न्यूज)

फलों से बनाएं मजेदार ड्रिंक्स

आॅरेंज मॉकटेल पीने में बेहद अच्छा लगता है। इसे बनाने के लिए दो संतरे लेकर उसका रस निकालें। अब एक सर्विंग गिलास लेकर उसमें दो चम्मच संतरे का रस, काला नमक, नींबू का रस, एक बड़ा चम्मच चाशनी, बर्फडालकर मिक्स करें। जब कभी मेहमान घर पर आते हैं तो लोग चाय या कॉफी बनाते हैं, लेकिन जैसे-जैसे गर्मी बढ़ने लगी है, उसे देखते हुए अक्सर लोग कुछ ठंडा पीने की ही इच्छा रखते हैं। ऐसे में हर बार बाजार से कोल्ड ड्रिंक लाना संभव नहीं होता। अगर आपके घर पर मेहमान आ रहे हैं या आपने कोई पार्टी दी है तो आप फलों की मदद से कुछ मजेदार ड्रिंक्स या मॉकटेल तैयार कर सकते हैं। इन्हें बनाने में आपको किसी भी तरह के सिरप आदि की मदद नहीं लेनी पड़ेगी।

सामग्री-

- एक कटोरी चीनी
- एक कटोरी पानी
- 25-3० काले अंगूर के दाने
- दो कीवी
- दो संतरे
- बर्फ
- काला नमक
- नींबू
- भुना जीरा

रेसिपी-सबसे पहले हम एक सिरप बनाएंगे। इसके लिए एक पैन में एक कटोरी चीनी और एक कटोरी पानी डालकर तब तक गर्म करें, जब तक यह पूरी तरह घुल न जाएं। आपका सिरप बनकर तैयार है। अब गैस बंद कर दें और इसे ठंडा होने दें। इस सिरप को आप नींबू पानी, मॉकटेल या अन्य किसी ड्रिंक में बेहद आसानी से स्टोर कर सकते है। यह सिरप एक महीने तक फ्रिज में आसानी से रखकर इस्तेमाल किया जा सकता है। अब बारी आती है अंगूरी सोडो बनाने की। इसके लिए करीबन 25 से 3० अंगूर के दाने मिक्सी में डालकर अच्छे से पीस लें। इसके बाद छलनी की मदद से इसे छान लें। अब इस मिश्रण के दो-तीन चम्मच एक गिलास में डालें। अब गिलास में दो चम्मच तैयार सिरप, एक चुटकी काला नमक, भुना जीरा, नींबू व बर्फडालकर मिक्स करें। इसके बाद इसमें ठंडा सोडा डालें और ठंडा-ठंडा सर्व करें।

कीवी मोहितो बनाने के लिए एक जग में कीवी डालकर इसमें कटा हुआ नींबू, पुदीने के पत्ते डालकर बेलन या किसी अन्य चीज की सहायता से क्रश करें। अब यह मिश्रण का थोड़ा मिश्रण गिलास में डालें। इसके बाद इसमें दो बड़े चम्मच सिरप व चिल्ड सोडा डालें। इसके बाद में थोड़ी सी बर्फडालकर सर्व करें। आॅरेंज मॉकटेल पीने में बेहद अच्छा लगता है। इसे बनाने के लिए दो संतरे लेकर उसका रस निकालें। अब एक सर्विंग गिलास लेकर उसमें दो चम्मच संतरे का रस, काला नमक, नींबू का रस, एक बड़ा चम्मच चाशनी, बर्फडालकर मिक्स करें। अब इसमें सोडा डालें और सर्व करें।

ट्रैवलिंग बैक पैक करते समय इन कपड़ों और फुटवेअर को रखना न भूलें

ट्रैवलिंग के दौरान सबसे बड़ा सिरदर्द यही होता है कि क्या पैक करें और क्या नहीं क्योंकि ट्रैवल करने के दौरान सबसे अहम होता है कंफर्टेबल होना। ऐसे में हम लाएं हैं कुछ बेहद काम के टिप्स जो इस बार आपके समर हॉलिडे ट्रिप को कंफर्टेबल बना देंगे।

टी-शर्ट

अब वह जमाना नहीं है जब टी-शर्ट प्लेन और बोरिंग होती थीं। आज तो टी-शर्ट इतनी स्टाइल्स में आने लगी हैं कि आप उन्हें किसी भी चीज के साथ मैच कर कूल लगने के साथ ही अपना कंफर्ट लेवल बनाए रख सकती हैं। इसलिए मार्केट जाएं और कुछ फंकी और सुपर ट्रेंडी टी-शर्ट खरीदकर लाएं ताकि उन्हें आप ट्रिप के दौरान पहन सकें।

लॉन्ग स्लीव्स शर्ट

टी-शर्ट या टैंक टॉप के साथ लॉन्ग स्लीव्स शर्ट अच्छी लगती है। यह बोरिंग लुक को भी ट्रेंडी बना देती है। इसके साथ ही शर्ट आपके हाथों को टैन होने से भी बचाएगी।

जीन्स

स्कर्ट, शॉर्ट्स, लेगिंग्स जैसे कई ऑप्शन्स लड़कियों के लिए अवेलेबल हैं, लेकिन यकीन मानिए अगर आप कंफर्ट की तलाश में हैं तो जीन्स से बेहतर ऑप्शन कोई नहीं है। आजकल तो जींस भी अलग-अलग स्टाइल में आने लगी है, जो आपको कंफर्ट के साथ ही फैशनेबल लुक भी देंगी।

इनरवेअर

इनरवेअर का कंफर्टेबल होना बेहद जरूरी है, नहीं तो ऐसी परेशानी होगी कि आप बिल्कुल भी इंजॉय नहीं कर पाएंगी। समर हॉलिडे है तो ऐसे में सिंथेटिक मेटरियल से बचें। इसकी जगह कॉटन या समर फ्रेंडली अन्य फैब्रिक के इनरवेअर्स को चुनें।

फुटवेअर

ट्रैवलिंग के लिए स्पोर्टशूज बेस्ट चॉइज होते हैं। इसके साथ आप फ्लोटर्स और बैली भी कैरी कर सकती हैं, जिन्हें आप शॉर्ट्स और ड्रेस के साथ पहनकर फैशनेबल लग सकती हैं।

गर्मियों में स्टाइल के साथ चाहिए कम्फर्ट तो चुनें ये फैब्रिक्स

गर्मियां आते ही वॉरड्रोब अपडेट करने का भी टाइम आ जाता है। ऐसे में कपड़ों के रंग, स्टाइल के साथ इसके फैब्रिक का भी ध्यान रखना चाहिए। यहां जानें, इस बारे में एक्सपर्ट्स का क्या कहना है...

कॉटन: गर्मियों के लिए कॉटन की ड्रेसेज, शर्ट्स, स्कर्ट्स और फ्लेयर्ड स्कर्ट्स को बिना सोचे-समझे चुना जा सकता है क्योंकि ये काफी कम्फर्टेबल होते हैं। यह फैब्रिक हवा को आसानी से सर्कुलेट होने देता है साथ ही मॉइश्चर को भा अब्जॉर्ब करता है। अगर बॉटन वेअर की बात करें तो हवादार, हल्के कॉटन के चिनोज बेस्ट ऑप्शन हैं। लायक्रा भी कम्फर्टेबल होता है। गर्मियों में हल्के कलर्स बेस्ट हैं।

लिनेन: यह काफी आरामदायक फैब्रिक है। इन दिनों आप लिनेन और कॉटन का ब्लेंड भी पा सकते हैं जो कि ज्यादा अफॉर्डेबल है। यह दिखने में तो अच्छा होगा ही साथ ही कम्फर्टेबल भी होगा। लिनने पैंट्स के साथ आप क्रॉप टॉप या टी-शर्ट पहनकर कूल दिख सकती हैं।

खादी: खादी के कपड़े की बात ही अलग होती है। इसमें कोई एंब्रॉयड्री हो या न हो, इसका लुक काफी क्लासी आता है। नेहरू स्टाइल जैकेट, कुर्ता या साड़ी इस फैब्रिक से आप कई लुक पा सकते हैं।

पॉलिस्टर: स्पोर्ट्सविअर के लिए पॉलिस्टर काफी सही रहता है। यह टिकाऊ होने के साथ वाटर रेसिस्टेंस है हालांकि इसकी यही कमी भी है क्योंकि यह पसीना उड़ने नहीं देता। अगर आपको पसीना ज्यादा आता है तो यह आपके लिए प्रॉब्लम कर सकता है। यह कपड़ा ज्यादा महंगा नहीं होता साथ ही इसमें सिकुड़न भी नहीं आती। पॉलिस्टर के कपड़े समर वर्कआउट या स्विमवेअर के तौर पर सही रहते हैं।