

ఇంట్లో చికెన్ ఉంటే.. దాంతో పులుసు పెట్టాలా లేదా వేపుడు చేయాలా అని అలోచిస్తాం లేదా గబగబా బిర్యానీ వండేస్తాం. కానీ చికెన్తో అవే కాదు మరికొన్ని రుచులూ చేసుకోవచ్చు.

కావలసినవి : చికెన్ : అరకేజీ, ఎండుమిర్చి:
 నాలుగు, దరియనాలు: రెండు

టేబుల్స్పూను, పసుపు: పావుచెంచా, కారం: ఒకటిన్నర చెంచా, చక్కెర:

పాపకృషు, అల్లం తరుగు-చెండా.
అతూక విధానం : ఎందుమిల్లి ధనియాలు,
 తూకాలు, జీలకర్ర, మెంతలు, నానల్లు నూనె లేకుండా వేయించి
 తీసుకోవాలి. చల్లారా ఉమ్మిక్లో పొడి చేసుకోవాలి. స్టామెన్ బాణలి పెట్టి
 నూనె వేసి, వేడయ్యక ఉల్లిమియాలు అల్లంపెల్లెల్లి ముద్ద, ముందుగా
 చేసుకున్న పొడి చేయాలి. రెండు నిమిషాలయ్యకటో వాడకండి గట్టె.
 కారం, పసుపు, తగినంత ఉప్పు, చక్కెర వేసి బాగా కలిపాలి. అన్నీ
 తాగితే గిలకొట్టిన పెరుగు, దాని తరువాత ఇవ్వండి ముక్కులు, అరకముల్లు
 వేసికొట్టే ధూయిలి, విరికెన చూచిగా ఉడికతే చక్కెర ను గూజిన

తరుగు

రుచులు.

కావలసినవి : చిక్నెస్, కెజి, పసుపు-పావుచెంచా, కారం: పావు చెంచా, ధనియాలపొడి: పావుచెంచా, వెల్లుల్లి ఎంబ్బలు అయిదు, పచ్చిమర్రి : అయిదు, ఉప్పు: తగినంత, ఉల్లిపాయలు: మూడు, టమాటో :

చికెన్ రోస్ట్

పసుపు-పావుచెంచా, కారం: పావు చెంచా, పసుపు-పావుచెంచా, కారం: పావు చెంచా, వెల్లుల్లి ఎంబ్బలు అయిదు, పచ్చిమర్రి పండ్ల నీరు, ఉప్పు: మూడు, టొమాటో :

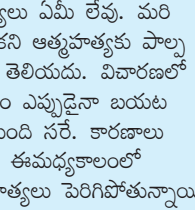
నిలసనిలో సందడికి ప్యాక్స్ వాడటం వల్ల ఎన్ని సమస్యల్లో... ఆ థాడులు ప్రత్యక్షంగా అనుభవించిన **శీత హింస**కి అవగతమే. అందుకే వీటికి ప్రత్యామ్నాయాలు వెతకడం మొదలు పెట్టింది. ఆ కారణంగా తనకు దొరికిన పరిష్కారమే “యుపావ్యాక్స్” సందృష్ట ప్రాంతానికి కారణమైంది. ప్రపంచవ్యాప్తంగా విస్తృతం తెచ్చిపెట్టింది. ఆమె ప్రయాణంలో వీరేపాలెం...

శివయోగింబడం వల్ల
ఇన్నెక్షన్ పెరిగేది. గీత
సమన్వయ ఆర్థం
చేసుకున్న ఆమె తల్లి
పాతకాలపు పద్ధతిలో

తయారీ గురించి ఆవహానం తెచ్చుకుంది. కానీ, ఎలాంటి ఆసంభవం లేని గ్రామీణ మహిళలతోనే వీటిని తయారుచేయాలి. కాబట్టి వాళ్ళకి ఆశ్రయమ్యూరగా కల్పించేందుకు ఎక్కువ నమందు వచ్చింది. ఎన్నో బ్రదుక్కో, టెస్టుగులు తర్వాత 2018లో మార్చిలోకి యూపిఎస్ఎల్సీ తీసుకొచ్చింది. గ్రామీణ మహిళలకు వీటిని కట్టడంలో శిక్షణ ఇవ్వనీ, వాడకుంపు ఆవగాహనం కల్పించే నడపును ఎంపిలుచేస్తుంది గీత. ఆ స్ఫూర్తితోనే, యూపిఎస్ఎల్సీ మొత్తం ప్రదర్శనాన్ని ఒక డాక్యుమెంటరీగా రూపొందించే శిక్షణ ఇవ్వనీ, తీర్చేనీ క్రియేటివిటీ లింగర్ గ్లాస్ లయనీ ఆవార్డును గెలుచుకుంది. ఆ స్ఫూర్తితోనే నన్నూర్ మైల్స్ పెరుతో గుజరాత్, రాజస్థాన్లో 1000 మంది స్కూలు వాడకులకు వార్షిక్, రేయూజుబులో వార్షిక్, నమ్మ, వాడవాలర్ వార్షిక్, లోయనాలో కూడనీ ఒక కిలును ఆంధ్రాలో, పీరియట్ల ఆవగాహనం కల్పిస్తుంది. దింతోపాటు కాలేజీ, స్కూల్లో ఆంధ్రలో నమిమనా ఆవగాహనం నడపును ఎంపిలుచేస్తుంది గీత. □

జిహ్వల ఆత్మహత్యలు ఆధింకం అవుతున్నాయి. వారం	అంతవర
రోజుల క్రితం హైదరాబాద్ లో ఓ తల్లి తన ఇద్దరు	ఎలాంటి
టీనేజ్ పిల్లలతో ఆత్మహత్యకు పాల్పడింది. ఆమె ఓ	ప్రవృత్తి ఉ
సాఫ్ట్ వేర్ ఉద్యోగిణి, పిల్లలు ఇంటర్ చదువుతున్నారు.	ప్రవరించి

విస్తాం. కానీ మన దేహానికి మనం తలపెట్టకూడదు. బైబిల్లో యోనా అనే పుస్తకం ఉంది. దేవుడికి అవిధేయంగా ఉన్నప్పుడు దేవుడు సముద్రంలో తుఫానును



అతికపరమైన, కరుణబహుమైన
సమస్తము ఏమీ లేవు. మరి
నిందనకి అత్తువత్తకు పాల్పా
డిందో తెలియదు. వివారణలో
పాప్రపం ఎప్పుడైనా బరుకు
పడుతుంది నరే. కాణడాల
విన్నెనా ఈమధ్యకాలంలో
అత్తువత్తలు పెరిగిపోతున్నాయి.
జిన్నపిల్లలు వంటి వుద్ధులు వరకు
సమస్తకు పరిపూర్ణం కావడంకంటలున్నారు. సమస్త
ఉంటే దానికి పరిపూర్ణం ఉంటుంది. పరిపూర్ణం లేని
సమస్తం అంటూ ఏదీ లేదు. నం జైబిలే 'అత్తువత్త'
ను ఏపూర్వం నంపించదు. 'అధికముగా దర్శ్యావస్థ
పనులు చేయకుండు, బుద్ధివేదనముగా తిరుగవద్దు' నీ
కాలమునకు ముందుగా నీ వేల చనిపోదువు?' (ప్రసంగి
7:17). దేవుడు ప్రతివారికి ఒక కచ్చితమైన ఆయుష్షును
జ్ఞాపాదు. ఎంతవరకు ఒకకాలాని

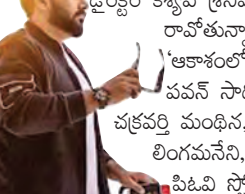
[illegible]

అంతర్వాణి

‘నాగబంధం’ పవర్ ఫుల్ ఫన్స్ లుక్

దయారూపం, దేవాలయాల దోపిడీ, ఆపార సంపద కోసం అతడు చేసిన క్రూర ప్రయత్నాలను అపింపబోతున్నాడు. ఫస్ట్ లుక్ పోస్టర్ పవన్ పుల్ గా వుంది. మంచుతో కప్పబడిన బుద్ధధామిలో తపానో వాతావరణం మధ్య, భారీ రక్తంతో మప్పలపద్ద గడ్డలిన చేతబబ్బి ముద్దానినీ దూసుకెళ్తున్న ఆట్లాంటి రిపబ్లిక్ కనీపిస్తాడు. అతని వెనుక నాగ్ సైన్సుని, 'నాగబంధం'ల ఆకాశం, ఈ క్రూరకృత్యాల సందేహ మృత్యుగా కనీపించుచున్నాడు. బాహుళ్యాలతో దాగి కాస్త మిథికా కలగంధాన్ని స్వాధీనం చేసుకోవడానికీ, బ్రాహ్మణులు, పిల్లలు సహా ఎందరి ప్రాణాలనైనా బలి పంచడానికీ వెనుకాడని మృత్యుగా ఈ పాత్ర ఉండబోతోంది. రిపబ్లిక్ నలుగురు దర్శకుడు అలివేట్ నామ సంసలు కురిపించాడు. 'రిపబ్లిక్ చేసిన నలున చూస్తే, ఆట్లాంటి తెరపై జీవించినట్లుగా నీనిపిస్తుంది.' ఈ కేసువేసు పాత్రలో అతడు అయ్యారాక నడించాడు.

‘గాయపడ సింహం’ టీజర్ 9న రిలీజ్



డిఫరెంట్ ఎంటర్ప్రైస్లో తో అలవిస్తున్న తరుణ్ భాస్కర్, రైల్వే డైరెక్టర్ కళ్ళపై శ్రీనివాసాచే కలిసి మరో యూనిట్ మూపిస్తో రూపొందిస్తారు. ప్రస్తుతం చులాగర్ సల్మాన్ నటిస్తున్న 'అకాశంలే ఒక ఠాల్' చిత్రానికి పరకతరం పూరిస్తున్న పవన్ సాదినే సమర్థిస్తున్న ఈ చిత్రాన్ని కళ్యాణి వకర్లు మంధిని, భాను కిరణ్ ప్రతాప, విజయ్ కృష్ణ లింగమనేని, శివమేష్ బన్నర్ సప్తస్వ మీడియా వర్గ్స్, పీపీఐ స్టోర్స్ , జీ స్టూడియోస్ డ్యాన్స్ట్వల్ల సీనియర్స్. గాయపడ్డ సాంపాం ఆనె టైటిల్తో వస్తున్న ఈ చిత్రం అకట్టకనే హోర్స్ డ్వారా సీనియర్ మూడ్ , నేపథ్యాన్ని ప్రజాచే నేపాంది. రివాల్యూర్, దోనాల్డ్ బ్రువెన్ మోటివేషన్ క్యారికేటర్, సుబరాజు కాంపస్ డాక్ట్ ఇవన్నీ ఆకట్కిరగా వున్నాయి. ఈ అంశాలు పొలిచిందే సైబెర్, క్రైమ్, హాస్యం కలిగిఉన్న ఎంటర్టైన్ సీ సూచిస్తున్నాయి. "నవ్వకండి! ఎది చాలా సీరియస్ మేటర్!" అనే టాగ్ లైన్

అమరావతికి ఆహ్వానం

‘అమరావతికి ఆహ్వానం’ పాట విడుదల

‘ఇటు అరున’ స్పెషల్ పోసర్ రిలీజ్

౧ దైత్యర్థ వెంటే కుదుముల శిఖట్టు అర్జునశితో
 వ్యాధిలో అడుగుపెడుచున్నాడు, వాణే నక్క
 బట్టెపైట్టి వ్యాధుని పై అది అతని మొదటి
 నష్టం. "నూర్పు ఇన దానో" అనివీ హేళిగా
 పాపాడి కప్పల దర్శకత్వంలో, అనన్యర రాజుని
 తోయేనా ఈ సనిమా రూపపాదంలోంది.
 గ్రేనేనీ నాగార్జున దానిని జపవో ఇచ్చిన బైటిలో
 పైతో ఈ చిత్రం ఇప్పటికీ సంపదల
 ప్రియింది. అనివీ పుట్టిన నందర్భంగా ఒక
 శ్లోక పోషర్, వీడియో విడుదల
 అవు.హోషర్లో అనివీ కూలీ అండ్ వార్జుంగ్గా
 పించారు. కొత్తగా విడుదలైన వీడియోతో
 హోర్ల అ పాత్ర వెనుక ఉన్న యుక్తర్ పై భోజో
 అవు. పైంటో అర్జున వాల్యూమ్ 1 వీడియో
 క్యాట్యర్లను పరిపదం చేయవలె కాదు ఆ
 దర్శకర్లో వెళ్ళదానో అనివీ హుసంపద
 దర్శకర్లో మైండినోను అవిపర్జునంది.
 వీడియో అర్జున వాల్యూమ్ 1 అనివీను ములో డె
 రాయిఅనివీ, నటన ద్వారానే తనను తాను నిరూ
 ణాని చేసిన అర్జున సగోత్రం అందిపర్జునం, అని
 వీడియో కేవలం తనవీ పాత్రలో నటించలేదు, సు
 తుకునూడవ అర్జున వాల్యూమ్ 1 వీడియో నట

