

समाचार वाणी

खबर जो करें असर !

नाशिक | Saturday, 19 September 2026

सलमान खान : ग्रीन टी है सलमान खान की पसंदीदा ड्रिंक, जानिए इसकी कीमत और फायदे

Sanket Morankar

Published on 03 Aug 2026



बॉलीवुड के सुपरस्टार **सलमान खान** अपनी दमदार फिटनेस और अनुशासित लाइफस्टाइल के लिए जाने जाते हैं। करोड़ों फैंस उनकी स्टाइल, फिटनेस और खानपान की आदतों को फॉलो करते हैं। ऐसे में उनकी पसंदीदा ड्रिंक को लेकर भी लोगों में काफी उत्सुकता रहती है।

सलमान खान की पसंदीदा ड्रिंक

रिपोर्ट्स के मुताबिक, सलमान खान की पसंदीदा ड्रिंक **ग्रीन टी** है। शूटिंग के दौरान भी वह अक्सर ग्रीन टी पीते हैं। फिटनेस बनाए रखने के लिए वह नियमित व्यायाम के साथ संतुलित और हेल्दी डाइट पर विशेष ध्यान देते हैं।

क्या है ग्रीन टी की कीमत ?

ग्रीन टी की कीमत ब्रांड और गुणवत्ता के अनुसार अलग-अलग होती है। सामान्य तौर पर इसकी कीमत इस प्रकार है:

- **टी बैग पैक (25-50 बैग):** ₹150 से ₹600
- **प्रीमियम ग्रीन टी :** ₹700 से ₹2,000 या उससे अधिक

यानी यह एक ऐसी हेल्दी ड्रिंक है, जिसे आम लोग भी आसानी से खरीद सकते हैं।

ग्रीन टी के संभावित फायदे

- एंटीऑक्सीडेंट से भरपूर होती है।
- मेटाबॉलिज्म बेहतर बनाने में मदद कर सकती है।

- वजन नियंत्रित रखने में सहायक मानी जाती है ।
- पाचन और ऊर्जा स्तर को बेहतर बनाने में मदद मिल सकती है ।
- नियमित व्यायाम और संतुलित आहार के साथ फिटनेस बनाए रखने में सहयोगी हो सकती है ।

नोट : ग्रीन टी के स्वास्थ्य लाभ व्यक्ति की जीवनशैली और स्वास्थ्य स्थिति पर निर्भर करते हैं । इसे किसी बीमारी के उपचार का विकल्प नहीं माना जाना चाहिए ।

सलमान खान अपनी फिटनेस के लिए सिर्फ ग्रीन टी पर निर्भर नहीं रहते, बल्कि नियमित वर्कआउट, संतुलित आहार और अनुशासित दिनचर्या को भी उतना ही महत्व देते हैं ।

DISCLAIMER: the views/contents expressed/presented herein, within this advertorial and promotional feature are the sole and exclusive responsibility of individual clients/expert/their authorised representative/Sanket Morankar, to which effect, publication house/its representative/affiliates are not responsible/liable whatsoever.