

टमाटर

लाल लाल गोल गोल
धसा हुआ है एक ओर,
उसमे लगा रहता है
डंठल बेजोर।।

जिसको खाते है
सारे लोग।

विटामिल सी का है भंडार
बड़ा है इनका बाजार।।

कच्चे खाओ या
सब्जी बनाओ।

सौस मे डालकर
स्वाद बढ़ाओ।।

कोई तो इनका
नाम बताओ।

ऐ टोमैटो है भाई
खाओ और खिलाओ।

अपने और औरो का
भला कर जाओ।।

लेखक एवं प्रेषक:- अमर नाथ साहु