

TikTok

Teen Chefs



OSIJEK, PROSINAC 2025

UDRUGA ZA UNAPREĐENJE KVALITETE ŽIVOTA "DIVINUS"



PROJEKT TIKTOK TEEN CHEFS: MLADI OSJEČANI ODUŠEVILI KREATIVNIM KULINARSKIM VIDEIMA

Udruga za unapređenje kvalitete života „DIVINUS“ u suradnji s Ugostiteljsko-turističkom školom Osijek provela je u periodu listopad-prosinac 2025. godine edukativni projekt TikTok Teen Chefs, namijenjen učenicima 7. i 8. razreda osnovnih škola grada Osijeka. Tijekom četiri subotnje radionice 27 učenika uz stručno vodstvo nastavnika kuharstva, slastičarstva i nutricionistice iz udruge Centar zdravlja VAGA, usvajali su osnovne kulinarske vještine, učili o zdravoj prehrani, odabiru i nabavi namirnica te pripremali raznovrsna jela i slastice.

Poseban naglasak projekta bio je usmjeren na razvijanje životnih vještina i digitalne pismenosti – fotografije i video sadržaji snimljeni tijekom radionica objavljeni su na društvenoj mreži TikTok, gdje je publika svojim glasovima (likeovima) birala najkreativnije i najuspješnije timove, a koji su po završetku projekta nagrađeni košaricama zdrave hrane.



**"SVIDJELO MI SE ŠTO SMO MOGLI
PRAKTIČNO SUDJELOVATI U
PRIPREMI HRANE I NAUČITI NOVE
KULINARSKE TEHNIKE. BILO JE
ZANIMLJIVO, ZABAVNO I KORISNO!"**

- učenica 8a razreda

Kuharske radionice održavale su se u moderno opremljenim praktikumima Ugostiteljsko-turističke škole Osijek, gdje su učenici pokazali kreativnost, suradnički duh i izniman interes za kulinarstvo te medijsko izražavanje.

👉 <https://www.tiktok.com/@osijek.teen.chefs>

PILEĆA PRSA PUNJENA PEČENOM PAPRIKOM U OMOTAČU OD SLANINE - KAŠICA OD GRAŠKA; SOTIRANI ŠAMPINJONI

15/11/2025

*"PILETINA PRIPREMLJENA NA
OVAJ NAČIN JE ODLIČNA!"*



Sastojci:

- Pileći file
- Paprika roga crvena
- Slanina tanko sječena
- Grašak
- Krumpir
- Maslac
- Šampinjoni
- Ulje
- Sol
- Papar





FRAPE OD DOMAĆEG SLADOLEDA

15/11/2025



**"TAKO JEDNOSTAVNO, A TAKO
UKUSNO!
PRAVIT ĆU TO I KOD KUĆE..."**

Sastojci:

- Mlijeko (za izradu sladoleda)
- Mlijeko (za pripremu frapea)
- Šećer
- Čokoladni preljev
- Bijela Linolada (čokoladni namaz za izradu sladoleda)
- Čokoladni keksi
- Lješnjaci mljeveni
- Šlag profesional u boci



RIŽOTO S GLJIVAMA I PILETIKOM

22/11/2025

**"RIŽOTO MI JE JEDAN OD
NAJDRAŽIH JELA, A SADA VIDIM
DA MOŽE BITI JOŠ ZANIMLJIVIJI..."**

Sastojci:

- Riža arborio
- Luk
- Šampinjoni
- Pileći file
- Bijelo vino
- Peršin list
- Maslac
- Sir Grana padano
- Vrhnje za kuhanje
- Češnjak
- Mikro bilje (klice graška, klice češnjaka i sl.)





SMOOTHIE S BANANOM, SMRZNUTIM VOĆEM I MEDOM

22/11/2025



Sastojci:

- Mlijeko
- Banane
- Smrznuto šumsko voće (ili po želji)
- Med
- Slatko vrhnje
- Čokoladne mrvice
- Granola (za crunchy efekt)
- Cornflakes (kukuruzni ili čokoladni)
- PVC čašice s poklopcem za smoothie
- Slamke za konzumaciju

**"OVO JE TAKO FINO!
NE ZNAM KOJI MI JE OKUS
BOLJI... ;)"**



LAZANJE S MESNIM RAGUOM

29/11/2025

**"LAZANJE MI JE NAJDRAŽE JELO...
UŽIVALA SAM U KUHANJU I
DRUŽENJU."**

Sastojci:

- Lazanje tjestenina (500 g.)
- Mlijeko
- Brašno
- Maslac
- Miješano mljeveno meso
- Ukuhana rajčica
- Luk
- Češnjak
- Muškatni oraščić
- Sir Gouda
- Sir parmezan

MOUSSE OD TAMNE I BIJELE ČOKOLADE S VOĆNIM UMAKOM U ČAŠICAMA

29/11/2025



Sastojci:

- Slatko vrhnje
- Mlijeko
- Želatina (prah ili listići)
- Mljeveni keksi
- Margarin
- Mascarpone sir
- Smrznuto voće (jagode, borovnice ili po želji)
- Bijela čokolada
- Tamna čokolada
- Gustin
- Limun svježi
- Jaja
- Šećer
- Vanilin šećer
- Svježa menta – listići- teglica
- Četvrtaste čašice s poklopcem (120 ml) za catering
- Žličice za konzumaciju



**"PREFINO!
DESERT ZA SVAKU PRILIKU..."**



WOK S PILETIKOM

06/12/2025

*"VOLIM WOK JER TU KREATIVNOST
DOLAZI DO IZRAŽAJA...
S MALIM DODACIMA KAO ŠTO SU
ZAČINI I UMACI MOŽEMO DOBITI
RAZLIČITE OKUSE..."*

Sastojci:

- Pileći file
- Tikvica
- Šampinjoni
- Mrkva
- Celer stabljika
- Poriluk
- Paprika crvena zelena žuta
- Sezamovo ulje
- Sjemenke sezama
- Kukuruz konzerva
- Kikiriki
- Soja sauce





MODERNI TIRAMISU U POLUKUGLI OD KARAMELE

06/12/2025



**"SVIDJELA MI SE OVA MODERNA
VARIJANTA TIRAMISUA...
ZANIMLJIVO JE I SLASNO!"**



Sastojci:

- Slatko vrhnje
- Mascarpone sir
- Instant kava
- Šećer u prahu
- Piškote
- Jaja
- Šećer kristal
- Tamna čokolada (za dekoraciju)
- Bijela čokolada (za kremu)
- Aroma ruma
- Kakao u prahu
- Limun
- Nar (ili svježe borovnice, maline, ribizle – za dekoraciju)
- Svježa menta – listići



O.Š. ANTUNA MIHANOVIĆA, OSIJEK
O.Š. IVANA FILIPOVIĆA, OSIJEK
O.Š. FRANJE KREŽME, OSIJEK
O.Š. CVJETNO, OSIJEK
O.Š. VIJENAC, OSIJEK

UGOSTITELJSKO-TURISTIČKA ŠKOLA
OSIJEK

UDRUGA CENTAR ZDRAVLJA VAGA
OSIJEK

SUDIONICI PROJEKTA





**Udruga za unapređenje kvalitete života
“DIVINUS”**

Županijska ulica 33, 31000 Osijek
oib: 20640675705

IBAN: HR24 2360000 1103114396
divinus.osijek@gmail.com



Projekt “TikTok Teen Chefs” provodi se pod pokroviteljstvom
Grada Osijeka

