

Anregungen zur Food Fotografie

Gerichte perfekt in Szene setzen



Das Fotografieren der eigenen Gerichte muss keine schwierige Angelegenheit sein. Für Kochbücher werden Food-Stylisten eingesetzt, um das Bild appetitanregend aussehen zu lassen. Aber auch ohne Haarspray und andere künstliche Hilfsmittel kann das liebevoll gezauberte Gericht ins richtige Licht gerückt werden.

Gerichte und Lebensmittel ansprechend zu fotografieren, ist für viele eine kleine Herausforderung. Wir haben praktische Fotografie-Tipps für Sie zusammengestellt, mit denen Sie Ihre Ergebnisse perfekt in Szene setzen können.

Der erste Schritt, um ein gutes kulinarisches Foto zu machen, hat nicht nur etwas mit Gestaltung oder ausgefallenen Requisiten zu tun. Das Wichtigste ist, den Umgang mit der Kamera zu lernen und wie man Licht und Lichtsituationen nutzen kann, um das perfekte Bild festzuhalten.

Wichtige, verwendete Basis-Unterlagen:

Die folgende Ausführungen basieren vor allem auf folgenden Informationsquellen:

<http://www.webkoch.de/ratgeber/469/foto-schule-die-eigenen-gerichte-perfekt-in-szene-setzen>

<http://foto-podcast.de/ipod/blende8-21/>

<http://www.daskochrezept.de/magazin/tipps-und-tricks/food-fotografie>

<http://kwerfeldein.de/2011/11/23/kulinarische-fotografie-gestaltung-und-requisiten/>

<http://fotopraxis.net/workshops-2/food-food-food-i/>

Inhaltsverzeichnis

Anregungen zur Food Fotografie Gerichte perfekt in Szene setzen	1
Planungen	3
Erste Empfehlungen für die Vorgehensweise.....	3
10 Grundregeln für Food-Fotografie.....	3
Bildgestaltung - möglichst viel vorarbeiten	4
Vorbereitungen	5
Farbgebung - Umgebung.....	5
Unterstützende Gegenstände für das richtige Feeling.....	5
Abbildung: Vollflächig oder Teilabbildung?.....	9
Drittelteilung - Der goldene Schnitt	10
Aufnahmewinkel.....	10
Allgemeine Regel - Bildverlauf.....	10
Anrichten des Essen	11
Fotografieren	14
Beleuchtung und Weißabgleich.....	14
Blitzen - mach Dein eigenes Licht	16
Schärfentiefe, Bokeh und die richtige Wahl der Blende.....	20
Kamera-Modus	22
Nachbearbeitung	23
Option Profilkorrekturen.....	23
Erster Schritt (Lightroom): Weißabgleich und die Einstellungen zur Belichtung	23
Zweiter Schritt: Gradationskurve.....	24
Dritter Schritt: Klarheit und Dynamik.....	24
Vierter Schritt: Bildretusche und -optimierung	24
Fünfter Schritt: Subtile Farbauffrischung	25
Präsentation (noch keine Ausarbeitung)	25

Planungen

Erste Empfehlungen für die Vorgehensweise

Was will ich aussagen?

Während man das Gericht plant, sollte man in Gedanken die Atmosphäre erkunden, die man schaffen, die Stimmung, die man erzeugen und die Geschichte, die man erzählen möchte.

Dabei sollte man sich fragen:

- Ist das Gericht, der Kuchen, das Rezept sommerlich, ländlich, herbstlich ... ?
- Aus welchem Anlass macht man es – Geburtstag, Valentinstag, Picknick ... ?
- Welche Erinnerungen verknüpft man damit?

Sorgfalt

Achten Sie darauf, das Essen sorgfältig anzurichten. Denn ein schön garniertes Essen ist die Grundvoraussetzung für ein gelungenes Bild. Fotografieren Sie lieber kleine Portionen und gehen Sie mit Soßen und Cremes sparsam um. Garnieren Sie das Gericht mit frischen Kräutern, Schokoraspeln oder Beeren. Kleckern und Bröseln kann einem Bild Charakter verleihen, dies jedoch bitte nur in Maßen. Hier ist weniger mehr.

Abstand halten

Fotografiert man Gerichte im Makromodus, lenkt man den Blick direkt auf jeden kleinen Schönheitsfehler. Halten Sie lieber etwas Abstand und berücksichtigen Sie auch die Umgebung. Diverse Geschirrtücher, Tischdecken und schönes Besteck werten das Bild auf und verleihen ihm das gewisse Etwas. Legen Sie außerdem bei der Zubereitung ein paar Zutaten des Gerichtes beiseite und platzieren Sie diese später im Hintergrund. Haben Sie mehrere Portionen gebacken, dann nehmen Sie diese mit aufs Bild. Beispielsweise bewirkt auch eine Auflaufform hinter einem gefüllten Teller Wunder!

Tageslicht

Fotografieren Sie soweit möglich bei Tageslicht, jedoch nicht in der direkten Sonne und achten Sie darauf, dass Ihr eigener Schatten nicht ins Bild fällt. Vermeiden Sie so einen gelblichen Farbstich und zu starke Schatten. Falls die Möglichkeit besteht, die Bilder auf dem Balkon oder im Garten zu machen, nutzen Sie diese, da hier deutlich bessere Lichtverhältnisse herrschen. Ist genug Licht vorhanden, können Sie problemlos auf den Automatikblitz der Kamera verzichten und somit eine merkbare Qualitätsverbesserung erzielen. Denn durch das Einsetzen des internen Kamerablitzes verliert das Bild an Tiefe, wirkt platt und das Essen meist matschig – greifen Sie also lieber auf natürliche Lichtquellen zurück.

10 Grundregeln für Food-Fotografie

Sie haben ein tolles Gericht gezaubert/gekauft und möchten die Köstlichkeit gerne auf einem schönen Foto verewigen? Dann finden Sie hier zehn einfache Grundregeln für Food-Fotografie, die auch Fotografie-Laien anwenden können, um ihr Gericht besonders schön darzustellen.

Unser Grillexperte utakurt ist ambitionierter Hobbyfotograf und hat uns seine ganz persönlichen Regeln und Tipps für Food-Fotografie verraten. Mit diesen Tipps können Sie auch ohne künstliche Effekte, wie Haarspray

für mehr Glanz oder Rasierschaum an Stelle von Sahne, tolle Food-Fotos machen. Schließlich möchten Sie Ihr leckeres Ergebnis danach ja noch genießen...

Die 10 Grundregeln:

- 1) Bildgestaltung - möglichst viel vorarbeiten
- 2) Farbgebung - Umgebung
- 3) Unterstützende Gegenstände
- 4) Abbildung: Vollflächig oder Teilabbildung?
- 5) Drittelteilung - Der goldene Schnitt
- 6) Aufnahmewinkel
- 7) Allgemeine Regel - Bildverlauf
- 8) Beleuchtung
- 9) Weißabgleich
- 10) Schärfentiefe und Bokeh

Bildgestaltung - möglichst viel vorarbeiten

Eine überlegte Bildgestaltung ist der einfachste, schnellste und effizienteste Weg zu besseren Bildern.

Wie diese Bildgestaltung auszusehen hat, ist für jedes Bild individuell. Es gibt keine Regel, die vorschreibt, wie ein Bild genau auszusehen hat oder welche Regeln befolgt werden müssen. Wichtig ist jedoch, dass man sich schon im Vorhinein Gedanken über die Bildgestaltung machen sollte. Alles, was Sie vorbereiten oder vorher testen können, kostet Sie danach keine Zeit mehr. Schließlich möchten Sie die Speisen ja auch warm servieren.

Daher sollten Sie die Dekoration (Tischdecke, Geschirr, Besteck etc.) bereits komplett aufbauen. Verwenden Sie z.B. eine Kaffeetasse als Objekt und schießen Sie ein paar Probefotos. Wie wirkt der Hintergrund im Bild, wie wirken die Lichtverhältnisse, braucht man Zusatzbeleuchtung, genügt das Blitzlicht?

Vorbereitungen

Farbgebung - Umgebung

Stimmige Farben der Dekoration

Die Farben der Dekoration sollten soweit wie möglich auf das Essen abgestimmt werden.

Beispiel: Eine rote Tomatensuppe in einem weißen Teller auf einem roten Tischtuch mit roten Servietten wird alleine durch die Farbgebung das Auge des Betrachters auf sich ziehen.

Generell und gerade bei sehr bunten Speisen sollte man aber auf einen einfachen und wenn möglich eher einfarbigen, gleichmäßigen Hintergrund gehen – ein schlichter weißer Hintergrund ist nie verkehrt.

Hintergrund

Dieser sollte farblich und thematisch auf das Gericht abgestimmt sein. Je nach Essen können bestimmte Highlights im Hintergrund das Essen optisch aufwerten.

- Farben aufeinander abstimmen und auf Komplementärfarben setzen.
- Rustikales, romantisches oder stylisches Ambiente zaubern.



Unterstützende Gegenstände für das richtige Feeling

Allgemeine Überlegungen

Es ist immer wichtig daran zu denken, dass das Essen der wahre Star ist und die Requisiten nur helfen, das Erscheinungsbild der Szene aufzuwerten.

Dieser Faktor wird oft unterschätzt. Mit Gegenständen, die nichts mit dem Gericht selbst zu tun haben, kann man die Aussagekraft eines Bildes häufig ungemein erhöhen. Aber bedenken Sie: Weniger ist oft mehr.

Auf den Bildern sollte für das richtige Feeling gesorgt werden. So kann das Foto mit dezenten Zusatzdetails wie passende Gewürze oder frische Zutaten aufgewertet werden.

Zum Beispiel "rote Tomatensuppe": Legen Sie rechts, leicht abgesetzt vom Teller, einige kleine Strauchtomaten hin. Die Wirkung auf den Betrachter wird dadurch deutlich erhöht und der Blick förmlich in Richtung Tomaten-

suppe gelenkt. Es wird ganz klar symbolisiert, dass es sich um eine Tomatensuppe und keine Gulaschsuppe handelt.

Zum Beispiel "Asiatisches Gericht": Bei asiatischen Gerichten bietet es sich an, anstelle des Bestecks einfach Esstäbchen mit ins Bild zu nehmen. Bei Fotos von Ihrer selbst gemachten Erdbeerkonfitüre können Sie ein paar frische Erdbeeren neben Ihren süßen Schatz legen.

Ein besonders appetitanregendes Bild entsteht dann, wenn nicht nur auf das Gericht selbst wert gelegt wird. **Vorsicht:** Zusatzdetails dürfen nicht im Vordergrund stehen.

Dekorations-elemente

Sind die Lebensmittel sehr farbenfroh, können die Dekorationen schlichter ausfallen. Gleichzeitig können Gerichte durch farbliche Akzente aufgewertet werden. Und

- Besteck oder Esstäbchen können geordnet oder verteilt neben dem Essen liegen.
- Zutaten und frisches Gemüse regen den Appetit an.
- Gegenstände, die man mit dem Gericht verbindet, runden das Foto ab.

Auch Gerichte, die weniger ansprechend oder nicht abwechslungsreich aussehen, können mit kleinen Highlights verziert / aufgewertet werden.

- Grüne Kräuter auf einer **Tomatensuppe**
- Etwas Parmesan auf **Spaghetti Bolognese**
- Eine Zitronenscheibe zu **Fisch**
- Einzelne Himbeeren neben einer **Schokoladentorte**
- Granatapfelkerne im **Risotto**

Natürliche Gegenstände sind eine gute und einfache Möglichkeit, dem Bild subtile Highlights zu geben. Alles von Kräutern, Gewürzen, Früchten, Nüssen und Gemüse bis hin zu Zucker, Pfefferkörnern und anderem kann man nutzen, um die Szene zu komponieren.

Vor dem Zubereiten sollte man sich einige der bestaussehenden Zutaten des Gerichtes beiseite legen. Auch wenn man sich vielleicht nicht entschließt, sie für die finale Bildkomposition zu verwenden, nützt es immer sie zu haben, nur für den Fall, dass man sie vielleicht doch verwendet.



Tipp: Am besten spätestens vor oder während des Kochens die Vorbereitungen für Dekoration und Hintergrund treffen. Das frisch gezauberte Gericht soll schließlich noch warm genossen werden.



Mit wenig anfangen

Man sollte das Bild einfach und sauber gestalten, anstatt es mit extravaganten Requisiten zu überladen. Man fängt mit einigen wenigen Stücken an und wertet dann die Szene erstmals aus. Anschließend baut man sie weiter aus – allerdings nur, wenn notwendig.

Man sollte Geschirr mit einfachen Farben verwenden: Weiß und pastellfarben wirken am besten und heben das Essen mehr hervor. Farbenfrohe Servietten, Accessoires, Tücher und Hintergründe benutzen, um gezielte Farben zu setzen, wo es erforderlich ist.

Durchdenkt die Stimmung und Atmosphäre, die Ihr herstellen möchtet: Sich an tiefe, warme, braune und erdene Töne halten, um eine intensive, reiche oder dramatische Anmutung zu erzielen oder hübsche Pastelltöne verwenden für ein schickes, feminines oder witziges Erscheinungsbild.



Allen, die das Gestalten mit Requisiten gerade erst für sich entdecken, genügen einige wenige Grundrequisiten, die sich miteinander vermischen und kombinieren lassen und einen schon weiter bringen. Beginnt man mit knappem Budget, kann man nicht in viele Dinge auf einmal investieren.

Die Grundausrüstung für den Anfang

Einfache Teller, Schüsseln, Tassen und Gläser, bevorzugt mit hellen Farben; ich persönlich finde weiß und pastellfarben in sehr einfachem Design großartig. Sie sehen elegant und sauber aus und lassen mich sie mit kühner farbigen Accessoires wie beispielsweise Servietten kombinieren.

Einige wenige einfache Besteckteile und etwas klassisches Tafelsilber; daran denken, dass man nicht nach sechs- oder achteiligen Sets schaut, sondern nur nach einem Teil von jedem und vielleicht ein paar Kuchengabeln und Teelöffeln.

Servietten, Stoff, Geschirrtücher oder Papierservietten sind mitunter witzige Accessoires, die das Bild leben lassen; ich steuere meist den Stoffladen meines Vertrauens oder ein großes schwedisches Möbelhaus an und besorge mir einen oder zwei Meter farbigen und gemusterten Stoff, der gut als Serviette oder Hintergrund funktioniert.



Farbe und Textur

Es ist wichtig, nicht bloß Farbe und Textur des Essens zu untersuchen, sondern auch die der gesamten Szene. Farbe und Textur sind zwei wichtige Aspekte der Fotografie, weil beide auf mehreren Ebenen eine lebhaftere Rolle spielen.



Zum Beispiel hat die Textur der verwendeten Zutaten und die Art wie man sie positioniert, Auswirkung darauf, wie das Licht auftrifft und reflektiert wird. Genauso verhält es sich mit dem Licht auch bei den verwendeten Requisiten. Glänzendes Geschirr und ein leuchtender Hintergrund werden eher Glanzlichter aufweisen, wohingegen vergleichsweise matte, farbige Teile eher eine dezente Anmutung haben.

Es gilt, Farben mit Bedacht und eher zurückhaltend zu verwenden. Zu viel Farbe wird das Bild überladen, schnell kitschig wirken lassen und vom eigentlichen Motiv ablenken – dem Essen. Oft werden es die Farbtöne des Essens sein, die ein Farbschema für das Foto vorgeben.

Farbkombinationen des Gerichtes

Man beginne zuerst mit einer Analyse der Farben und Farbkombinationen des Gerichtes und wähle danach die Kulisse aus, dann passend dazu das Geschirr und die Servietten. Hier gibt es einen großen Spielraum für Kreativität, da man mit Komplementärfarben spielen oder alles Ton in Ton halten kann.

Für das Farbschema ziehe ich manchmal den [Color Scheme Designer](#) zu Rate, der eigentlich fürs Webdesign entwickelt wurde, aber ich finde er funktioniert auch wunderbar für die Farbgestaltung meiner Szenen. Wichtig ist, sich die Szene durch den Sucher der Kamera anzuschauen. Man sollte den Hintergrund als Leinwand begreifen und anfangen zu malen.



Mein wichtigster Rat ist jedoch: Während man experimentiert und nach dem richtigen Erscheinungsbild für sein kulinarisches Foto sucht, sollte man sich vergewissern, seinem Stil treu zu bleiben und bei der Erforschung der eigenen Vielseitigkeit Spaß zu haben.

Es ist nicht wichtig, gleich von Anfang an perfekt gestaltete Bilder zu machen. Wichtiger ist, sich Zeit zu nehmen, um die Technik zu lernen und herauszufinden, was für einen gut funktioniert.

Abbildung: Vollflächig oder Teilabbildung?

Eine Frage des Gerichts

Die Art der Abbildung ist eine Frage des Gerichts und des persönlichen Geschmacks: Eine vollflächige Abbildung kommt besonders bei Fingerfood sehr gut an. Speisen, die portioniert angerichtet werden, sollten auch nur zum Teil (dafür aber sehr aussagekräftig) auf dem Foto abgebildet werden.

Raum für Motiv

Lassen Sie dem Gericht auch auf dem Bild Raum um sich zu entfalten. Weniger ist hier also oft mehr!

Für den Fall, dass Sie keine Zeit haben, eine entsprechende Dekoration aufzubauen, macht es Sinn, die oben genannten Punkte über Bord zu werfen und gezielt eine Detailaufnahme aus dem Gericht abzuknipsen.

Drittelteilung - Der goldene Schnitt

Der goldene Schnitt

Der „goldene Schnitt“ besagt nichts anderes, als dass das Hauptmotiv nicht in die Mitte des Bildes platziert wird, sondern leicht aus der Mitte versetzt. Der goldene Schnitt kann rechnerisch exakt ermittelt und überall da eingesetzt werden, wo man Bildproportionen in die richtigen Verhältnisse bringen will – also auch beim Fotografieren.

Drittelteilung

Aber da wollen wir es uns einfacher machen, dafür gibt die Drittelteilung: Dabei wird das Bild in drei gleich große Teile eingeteilt (siehe gelbe Linien) und hervorstechende Bildteile werden NICHT exakt mittig platziert. Das Bild wirkt dadurch meist ausgewogener. Im Vergleich zum goldenen Schnitt liegt das Hauptmotiv bei der Drittelteilung weiter am Rand. Die Drittelteilung gilt übrigens horizontal als auch vertikal – auch in der Landschaftsfotografie soll der Horizont nie in der Bildmitte liegen.

Aufnahmewinkel

Der optimale Winkel einer Aufnahme lässt sich kaum im Vorhinein feststellen – die „von oben drauf“-Fotografie gibt aber nur selten ein optimales Ergebnis, da die Bilder dadurch eher flach und einfallslos wirken.

Der richtige Winkel ist abhängig vom Detailgrad der Aufnahme (was wird vom Umfeld mit abgebildet) und von den Lichtverhältnissen (es sollte auf dem Bild so wenig Schatten wie möglich entstehen).

Für den Aufnahmewinkel gibt es allerdings eine wirklich unumstößliche Regel: Flüssigkeiten (z.B. Wein im Glas) müssen immer gerade abgebildet werden. Dies gilt übrigens auch für Landschaftsaufnahmen, wenn Sie Seen oder das Meer fotografieren.

Auch wenn keine Flüssigkeit mit abgebildet wird, sollte man versuchen, das Bild an zumindest einer geraden Linie auszurichten (vertikal oder horizontal verlaufend).

Allgemeine Regel - Bildverlauf

Von links nach rechts

In der Regel betrachtet man ein Bild fast grundsätzlich von links nach rechts. Das kommt durch unsere Lesegewohnheit. Wenn Sie aber ein besonders hervorstechendes Objekt im Bild haben, z.B. eine rote Tomate im Hintergrund, dann geht das Auge meist sofort auf diesen „Eyecatcher“. Daher sollten Sie dies bei der Bildgestaltung beachten.

Allgemein gilt: Linien in jeglicher Form, auch angedeutete Linien, werden als angenehm empfunden, wenn diese von links unten nach rechts oben verlaufen. Diese Linien führen den Betrachter je nach „Offenheit“ und Stärke der Andeutung durch das Bild.

Wohin soll der Blick des Betrachters geführt werden ?

Betrachten Sie ein Bild: Ihr Gehirn hat Sie unbewusst genau dorthin geführt, wohin der Fotograf Sie führen wollte. Sie sind letztendlich beim Essen gelandet, aber nicht ohne z.B. vorher gesehen zu haben, dass das Essen frisch auf der Gusseisenplatte zubereitet wurde und dass es ein Bier dazu gibt!

Anrichten des Essen

Teller

Das Essen sollte auf dem Teller nicht zu überladen wirken. Weniger ist mehr und sieht schöner aus. Je mehr Platz zwischen den Beilagen ist, umso besser ist auf dem Foto auch zu erkennen, um welche Zutaten es sich handelt:

- Beilagen auf dem Teller gleichmäßig verteilen.
- Kleinere Portionen sind ansehnlicher.

Tipp: Spritzer von Soßen sollten mit einem Papiertuch vom Teller entfernt werden. Dadurch ergibt sich eine schönere Optik.



Platzieren des Tellers / Gerichts

Das Gericht kann ja vollständig oder teilweise abgebildet sein. Abhängig von persönlichem Geschmack und Gericht können daher Dekorationselemente im Hintergrund eingebaut oder auf sie verzichtet werden. Der Betrachter wird angeregt, über den Bildrand hinaus weiterzudenken:

- Portionierte Speisen sollten nur teilweise dargestellt werden, um aussagekräftiger zu wirken.
- Fingerfood bietet sich für ein vollflächiges Foto an.
- Gericht nicht genau mittig platzieren.
Das Teilungsverhältnis / die Einteilung des Bildes bewirkt seinen Abwechslungsreichtum und lässt es nicht statisch oder langweilig wirken.
- Markante Motive an den äußeren Bereich des Fotos setzen.

Tipp: Bei neuen Kameras ist die Bildeinteilung schon auf dem Monitor sichtbar.

Feinjustierung der Perspektive

Je nach Gericht sollte die Perspektive angepasst werden. Eine komplette Draufsicht bietet sich nicht bei jedem Essen an. Wichtig ist, dass auf dem Foto die Beilagen gut erkennbar sind:

- Gläser oder Flaschen müssen immer gerade dargestellt werden.
- Bei der „Ess-Perspektive“ wird schräg nach unten fotografiert.
- Je mehr vom **Hintergrund** mit aufs Bild soll, umso mehr muss die Perspektive angepasst werden. Auch die **Lichtverhältnisse** spielen eine große Rolle.
- Gerichte, die aus verschiedenen Schichten bestehen, sollten seitlich fotografiert werden. Damit hat der Betrachter einen guten Blick auf Sandwiches, Torten oder Spieße.

Tip: Eine Nahaufnahme bietet sich bei Gerichten an, die sich durch eine Komponente definieren. Reis, Pasta, Risotto und Salat wirken in der Nahaufnahme appetitanregend.

Optimierung des Bildverlaufes

Angedeutete Linien führen den Betrachter durch das Bild und wirken so angenehmer. Farblich kann hier auch außerhalb des eigentlichen Bildverlaufes ein Eye Catcher gesetzt werden.

- Gewünschte Details können hervorgehoben werden.
- Betrachter wird so zum Hauptmotiv geleitet und nimmt die Stimmung wahr.

Optimierung Bildeindruck des Gerichts

- Malen
In den meisten Fällen werden die benötigten Farbtöne aus einer Mischung von Lebensmittelfarbe und Speiseöl oder Lebensmittelfarbe und Wasser hergestellt.

Die Kanten der Kartoffelspalten werden nachgepinselt bzw. brauner gepinselt, damit sie krosser aussehen.

Gerade Kanten, denen es an Deutlichkeit fehlt (sei es bei Fleisch, Gratins oder Fritten usw.), werden bei nicht ausreichender oder fehlender Bräunung nachgezeichnet. Das verstärkt das knusprige Aussehen. Beliebte Einsatzbereiche sind die Teigkanten von Pizzen, zerlaufener Käse. Nach dem vorsichtigen Garen erhalten sie den gewünschten Farbauftrag.

Aber beim Anpinseln von Lebensmitteln geht es auch großflächiger. Vor allem Geflügel sind beliebte Malobjekte der Foodstylisten.

- Geflügel
hat den Nachteil, dass die Haut während des Garens und danach schnell unansehnlich bzw. unappetitlich aussehen kann. Bei einem Hähnchen wird z.B. die Haut sehr schnell schrumpelig und bei einer Ente oder Gans wird die Haut beim Garen durch austretenden Fleischsaft fleckig. Um diesen Problemen vorzubeugen und eine gleichmäßige, aber dennoch natürlich wirkende Bräunung zu erhalten, empfehle ich (nachdem das Geflügel ordentlich mit Küchenpapier oder Knödelmasse ausgestopft wurde), im ersten Schritt das rohe Geflügel mit einer Mischung aus Gewürzen und Öl zu bepinseln. Im zweiten Schritt wird es bei etwas niedrigerer Temperatur (als im Rezept angegeben) für kurze Zeit gegart. Die Garzeit muss hierbei optisch ermittelt werden.

Die Haut sollte sich durch das Garen straffen, aber nicht schrumpelig und fleckig werden.

- Mit dem Heißluftföhn nachbräunen:
So kann man z.B. den Käse auf einer Pizza nicht nur nachträglich verlaufen lassen, sondern auch nachbräunen. Freilich benötigt man für diese Technik ein wenig Übung und Fingerspitzengefühl, denn schnell wird aus den dezenten braunen Kanten ein verbranntes Schwarz.
- Grillen:
Wirklich »gegrillt« werden die Lebensmittel so gut wie nie. In der Regel wird der Foodstylist das Produkt, wie z. B. ein Steak, in einer Pfanne bis zur gewünschten Bräunung braten. Anschließend werden auf dem Gasherd Metallspieße bis zum Glühen erhitzt. Hiermit werden zügig die Grillstreifen (auf regelmäßige Abstände achten!) ins Grillgut gebrannt. Eventuelle farbliche Unregelmäßigkeiten werden im Anschluss mit einem Pinsel nachgemalt.
- Soßen:
Soßen exakt zu positionieren, sei es auf Tellern oder direkt am Foodobjekt, erfordert hohe Genauigkeit und eine äußerst ruhige Hand. Für das Feintuning hilft es, die Soße (oder Majo, Ketchup, usw.) in eine kleine Plastikflasche mit Spritztülle (oder entsprechend große Spritze) zu füllen, um sie auf diese Art punktgenau zu platzieren. Bei Dessertsoßen empfehle ich, den Teller vor dem Anrichten im Kühlschrank herunterzukühlen, so verlaufen die Soßen nicht so schnell.
- Dampf:
Dampf lässt sich auf verschiedene Art herstellen oder besser gesagt sichtbar machen. Grundsätzlich gilt: Heller Dampf hebt sich am besten vor dunklem Hintergrund ab. Je dunkler der Hintergrund, desto leichter hat man es beim Fotografieren. Zusätzlich verwende ich ein hartes Gegenlicht, am besten einen fokussierbaren Spot, der gezielt auf die dampfende Stelle gerichtet wird, und eine kurze Verschlusszeit.

Bei Dauerlicht und langer Verschlusszeit wird der Dampf unscharf und die Konturen verwischen.

Kochdunst bzw. Dampf kann mit Hilfe von Wasserdampf, Zigarettenqualm, Steam Chips (metallisches Kristall), Trockeneis, einer ausgepusteten Kerze, eines Ultraschallneblers, einer Mini-Nebelmaschine, Photoshop usw. künstlich erzeugt werden.

In der Regel versuche ich immer, den Originaldampf zu zeigen.

- Fisch:
Fisch ist ein sehr empfindliches Lebensmittel. Bereits zu Beginn des Garvorgangs verliert er seine Farbe und je nach Fischart kann er sehr schnell zerfallen.

Fischfilets können auf folgende Art schonend gegart werden:
Variante 1: Das Fischfilet nur kurz, bis es die gewünschte appetitliche Farbe bekommen hat, in leicht köchelndem Wasser (oder Wasserdampf) garen.
Variante 2: Beim Braten unbedingt eine beschichtete Pfanne verwenden und mit wenig Hitze bis zur gewünschten Bräunung langsam und vorsichtig braten.

Fisch verliert nach dem Garen oft noch Flüssigkeit. Daher ist es wichtig, ihn beim Anrichten nicht direkt auf den Teller, sondern erst auf eine doppelte zurechtgeschnittene Schicht Küchenpapier legen. Bei Lachssteaks darauf achten, dass sie aus der Mitte herausgeschnitten werden. So hat das Steak i.d.R. schöne Proportionen.

Sollen ganze Fische abgebildet werden, so ist es ratsam, die Augen (z.B. mit Kräutern) abzudecken.

Wer möchte sich schon von einem toten Fisch anstarren lassen? Beim Kochen von Shrimps und Garnelen empfehle ich, einen kleinen Schuss Essig mit ins Wasser zu geben. Auf diese Art erhält die Schale ein kräftigeres Rot.

Ach ja – und nicht vergessen: Den Fisch immer gut feucht halten

- Fleisch:
Man benötigt eine ganze Portion Übung und Erfahrung, um einen Braten oder ein Steak so auf den richtigen Punkt zu garen, dass der Fleischanschnitt genau die gewünschte Farbe hat. Gerade Rind- und Lammfleisch sollte einen rosa Kern haben. (Grundsätzlich ist aber immer der Kundenwunsch zu berücksichtigen.) Wurde das Fleischstück zu lange gegart, ist es »zu weit durch« und die Schnittfläche grau, kann man nichts mehr retten. Gerade deswegen ist es wichtig, immer ein Reservestück zu haben. Wenn z.B. der Anschnitt eines Steaks nach dem Garen zu rot (»blutig«) ist, so kann man die Schnittfläche über heißen Wasserdampf halten und auf diese Weise die Farbe nachziehen lassen.

Fotografieren

Alles ist vorbereitet, die Motive in Szene gesetzt und das Foto geplant. Bevor jetzt der Auslöser gedrückt wird, müssen nur noch wenige Schritte beachtet werden.



Das Wichtigste beim Fotografieren sollte der Spaß sein. Durch gute Vorbereitungen wird das Gericht direkt nach dem Kochen fotografiert und dann sofort gegessen. Schließlich kommt es darauf an, dass das gezauberte Essen nicht nur schön auf dem Foto aussieht, sondern auch gut schmeckt.

Beleuchtung und Weißabgleich

Die Beleuchtung beispielsweise hat den größten sichtbaren Einfluss auf das Bild und Fakt ist: Wenn die Beleuchtung nicht stimmt, wird auch das Bild nicht gut; da hilft dann auch keine ausgefallene Gestaltung mehr.

Available Light

Besonders empfehlenswert ist Tageslicht. Ich selbst bin ein absoluter Fan von „available light“, d.h. ich arbeite kaum mit zusätzlichen Lichtquellen und versuche so oft es nur geht, mit Tageslicht zu arbeiten.

Stativ

Wird kein Blitz verwendet, verwackeln Fotos schnell. Ein Stativ bietet sich daher an. Mit einem Stativ können Sie die Belichtungszeit verlängern, ohne dass Ihre Bilder verwackelt werden. Außerdem ist der Einsatz eines Fernauslösers oder des Selbstauslösers zu empfehlen, damit nicht der Druck auf den Auslöser das Bild verwackelt.

Auch kann mit einem Stativ die Bildkomposition Schritt für Schritt verbessert werden, da nicht immer das Motiv neu anvisiert wird.

Ein Tipp: Fotografieren Sie nur in Ausnahmesituationen mit voll geöffneter Blende, da das Bild dadurch flau wird. Bereits mit dem Abblenden um eine Blendenstufe erreichen Sie kräftigere Farben.

Blitz - künstliches Licht

Bei Verwendung von Blitzlicht sollte man beachten, dass direkt angeblitzte Gerichte häufig sehr kalt und flach wirken. Besser ist es oft, die angerichteten Speisen mit sonstigen Lichtquellen gut auszuleuchten: Ich verwende dazu einfach die vorhandene eingebaute Neonröhre unter dem Küchenoberbau. Ein gutes und billiges Hilfsmittel ist aber auch eine einfache Schreibtischlampe mit einer Tageslichtbirne. Tageslichtbirnen gibt es ab ca. 10 Euro im Fotohandel.

siehe nächsten Abschnitt

Weißabgleich

Beim Einsatz von Kunstlicht muss man auf jeden Fall den Weißabgleich der Kamera justieren. Da der Weißabgleich bei jeder Kamera anders funktioniert, sollten Sie diesen Schritt direkt im Benutzerhandbuch Ihrer Kamera nachlesen.

Ganz kurz erklärt: Der Weißabgleich (White Balance WB) passt die Farbtemperatur des Bildes an die jeweiligen Lichtverhältnisse an. Um Farbstiche (Glühlampen haben meist Gelbstich usw.) zu vermeiden, ist für jede Beleuchtungssituation ein Weißabgleich erforderlich. Die Auswirkung ist ganz einfach die, dass die tatsächlich vorhandenen Farbtöne an das menschliche Empfinden angepasst werden.

Weiches Licht

Die Lichtverhältnisse bestimmen auch bei der Food Fotografie wesentlich das Ergebnis. Wie bei allen Bildern sollte hier auch auf weiches Licht gesetzt werden, das einen unauffälligen Übergang zwischen Schatten und Licht schafft.

- Keinen Blitz verwenden, Tageslicht bietet die beste Beleuchtung.
- Für zusätzliche Beleuchtung künstliche Lichtquellen verwenden.

Indirektes Licht

Es zählt zur besten Ausgangssituation für ein perfektes Food Foto. Damit wird vermieden, dass das Gericht plastisch und unappetitlich wirkt. Tageslichtlampen unterstützen den gewünschten Effekt.



Auf den Winkel kommt es an

Im Prinzip ist es ganz einfach: Ein schön angerichteter Teller (nicht gerade Gulasch oder Haggis, eher französische Patisserie), das richtige Licht (Tageslicht, Nordfenster), der richtige Winkel, ein Reflektor, fertig.

Und tatsächlich: Es läuft wirklich fast immer auf diese einfachen Schritte hinaus, nur manchmal ist der Teller ein Backblech oder der Tisch eines Kindergeburtstags. Und das Licht kommt nicht vom Nordfenster, sondern vom Südfenster, durch einen Diffusor, oder von einer Softbox oder einem Umbrella.

Und der Winkel, eigentlich die Winkel, sind nicht zu unterschätzen. Der Winkel zwischen einfallendem Licht und Objekt, der Winkel zwischen einfallendem Licht und Kamera. Der Einsatz des Reflektors (oder Spiegels) ist dann wieder relativ einfach: Er wird üblicherweise so verwendet, dass er die Schatten auf der der Lichteinstrahlung gegenüberliegenden Seite aufhellt.

Blitzen - mach Dein eigenes Licht

Wiederholbar gutes Licht

Alles steht und fällt mit dem richtigen Licht. Gutes Tageslicht ist am schönsten, am natürlichsten, aber auch problematisch hinsichtlich der Wiederholbarkeit (die Sonne wandert, Wolken ziehen vors Fenster) und hinsichtlich der Verfügbarkeit (abends im Restaurant scheint keine Sonne). Dennoch kann man hiervon ausgehend einiges verallgemeinern:

- Bei der Food-Fotografie wird meist ein Hauptlicht verwendet, welches die Schatten bestimmt. Meistens ist es ein diffuses Licht: Tageslicht vom Nordfenster, Sonnenlicht durch Diffusor, Softbox, Umbrella, angeblitzte Wand, angeblitzter Reflektor (zur Vergrößerung der Lichtquelle).
- Ein Aufhell-Licht – ein simpler Reflektor oder auch eine schwächere zusätzliche Lichtquelle – kann gegenüber der Hauptlichtquelle eingesetzt werden, um die Tiefen der Schatten zu mildern, sollte aber keine neuen Schatten erzeugen.
- Akzentlichter können durch kleine Spiegel und weitere Reflektoren (passive Lichtquellen) gesetzt werden. Auch möglich ist ein zusätzlicher Blitz (aktive Lichtquelle) mit bündelnden Lichtformern wie Snoots oder Projektionsoptiken.
- Eine vierte Lichtquelle kann erforderlich werden, falls der Hintergrund – bspw. für Freisteller – als reinweiß weggebrannt werden soll (zwei Blitze schräg von links und rechts gegen den Hintergrund richten) oder auch, wenn man einen in der Tiefe heller werdenden Helligkeitsverlauf wünscht. Für verschiedenfarbige Hintergründe könnte man diese Lichtquellen auch mit Farbfiltren (Gels) bestücken.

Das Hauptlicht

Für das Hauptlicht sind Nordfenster und Softbox oder Umbrella fast austauschbar. Man könnte fast die Behauptung wagen, dass bei optimaler Einstellung selbst der Profi nicht mehr mit Sicherheit sagen kann, ob die Fotos mit Tageslicht aufgenommen wurden.

Nicht-diffuses, gerichtetes Sonnenlicht ist übrigens fast immer kritisch. Die Schatten sind zu hart (zu scharf umrissen und zu dunkel) und die Intensität des Lichts bleicht die Farben aus bzw. verhindert die Auflösung feiner Nuancen und Übergänge. Weiterhin ist auch oft der Winkel ungünstig. Was aber manchmal gut funktioniert ist, ein Gericht im Schatten zu fotografieren und mithilfe von kleinen Spiegeln das direkte Sonnenlicht punktuell für ein paar interessante Highlights darauf zu lenken.

Möglich ist es auch, mit bspw. einer Taschenlampe interessante Highlights zu setzen, Vorsicht generell bei Mischlicht (Blitz und Sonnenlicht: um die 5500 Kelvin, Glühwendellampe: um die 3000 Kelvin Farbtemperatur). Das ergibt schwierig zu handhabende und unecht wirkende Szenen. Was übrigens auch nicht gut funktioniert, ist die Verwendung der verfügbaren Raumbelichtung. Die meist zu warme Farbtemperatur könnte man mit einem Weißabgleich noch einigermaßen kompensieren, aber auch der Einfallwinkel ist meist ungünstig, und weiterhin sind die Lichtquellen nicht ausreichend diffus.

Der richtige Winkel der Beleuchtung

Schwierig wird es nun, die richtigen Winkel zu finden. Hier kann wohl niemand eine perfekte Gebrauchsanweisung geben, aber ein paar Tricks der Profis kann man schon abschauen:

- So sollte das Licht nicht im gleichen Winkel wie die Kamera gerichtet sein (keine oder nur kurze Schatten, unschöner flacher Look wie vom internen Blitz).
- Für bestimmte Nahrungsmittel sollte das Licht von hinten oder schräg hinten kommen, um sie richtig leuchten zu lassen (Kiwischeiben, Zitronenscheiben, Fischrogen, ...), für andere Gerichte wiederum eignet sich ein Licht von links, etwas von oben kommend.
- Und auch von vorne rechts oder zentral von oben sind sinnvolle Möglichkeiten.
- Weiterhin sollten Anschnittflächen von Wurst, Brot, Obst oder Kuchen nicht im Schatten liegen, sondern gut beleuchtet sein.
- Das sollte man alles testen, am besten im Livebild-Modus oder per Tethered Shooting mit der Kamera am PC oder am TV.

Übrigens: Wenn das Setup eingerichtet ist, das Gericht schön arrangiert, die Lichtquelle positioniert (oder das Gericht im Winkel zum Fenster perfekt eingedreht), so kann auch eine geringe Veränderung des Kamerawinkels, bspw. um eine schönere Ansicht vom Teller zu bekommen, die Lichtwirkung verändern. Hier ist immer relevant: 1.) der Winkel des Lichts zum Objekt und 2.) der Winkel der Kamera zum Licht.

Beispiele eines Lichtaufbaus

Eine gute Übung ist es, einmal zu versuchen, ein paar Fotos von guten Food-Fotografen und -Stylisten nachzustellen. Hierbei lernt man auch rasch, aus dem Foto auf die verwendeten Lichter zu schließen. Hinweise geben bspw. die Schatten und die Glanzlichter.

Es folgt ein kommentiertes Beispiel, wie man einen brauchbaren Lichtaufbau mit überschaubarem Aufwand realisieren kann (Mausklick auf die Bilder lädt eine größere Darstellung):



Bild: Das Setup für den Frucht-Cocktail: Ein Tisch mit schöner Deko vor einem Tageslichtfenster. Links ein weißer Durchlichtschirm, rechts ein zweiter Blitz mit Snoot, um den zweiten Fruchtcocktail aufzuhellen. Rechts vorne ein Spiegel. In den Cocktailgläsern, in welche später der Fruchtsalat kommt, befinden sich im Moment "Lichtstatisten": ein paar Bonbons, eine Kerze. Im Hintergrund stehen noch ein paar Gläser und eine Pflanze für ein schönes Bokeh. Beide Blitze: Yongnuo YN-460, RF-getriggert via Yongnuo RF-602.



Bild: Ein erster Test des Licht-Setups. Von links nach rechts:

Nur Tageslicht

Tageslicht + Durchlichtschirm

Tageslicht + Durchlichtschirm + Snoot-Blitz.

Es folgen noch zwei Beispiele: Zuerst eine gedeckte Tafel im Tageslicht (im Gegenlicht), dann eine Gegenüberstellung: ein Wienerschnitzel im Tageslicht, einmal mit dem Licht, einmal im Gegenlicht.



Bild: Gedeckter Esstisch im Gegenlicht (Tageslicht), mit etwas Photoshop-Zutun.



Bild: Wiener Schnitzel, Gegenüberstellung mit / ohne Gegenlicht.

Strobist-Information

Der Profi verwendet professionelle High-Power-Studioblitze mit Lichtformern wie Softboxen, Grids oder Snoots. Der Amateur oder Semi-Profi kann sich aber auch mit den kleinen portablen Blitzern (Speedlights) und preiswerten Umbrellas und Styroporplatten als Lichtformern behelfen.

Wichtig ist aber, die Blitze losgelöst bzw. entfesselt betreiben zu können – bei Einsatz des Blitzes auf der Kamera werden die Fotos flach und unansehnlich. Eine Möglichkeit ist ein Spiralkabel, eine weitere, nicht mal unbedingt teurere ist der Einsatz von Funkmodulen. Ein guter Start gelingt mit folgender Ausrüstung:

- 2..3 preiswerte Speedlights von eBay (z.B. Yongnuo, um die 40 Eur / St.)
- Funksteuerung dazu (z.B. Yongnuo, 1x Sender, 3x Receiver, um die 50 Eur)
- Preiswerte Licht-Stativ: zweckentfremdete Kamerastative (z.B. von Hama, ca. 15 Eur / St.)
- Zwei weiße Umbrellas, um die 20 Eur / St., bspw. bei eBay, „Durchlichtschirm“
- Zwei Schirmhalter, idealerweise jene von Manfrotto (MA 026 Lite-Tite, um die 30 Eur / St.)
- Auswahl an Styroporplatten verschiedener Größe, um die 1 Eur / St im Baumarkt

Schärfentiefe, Bokeh und die richtige Wahl der Blende

Gestalten mit der Schärfentiefe

Damit sind wir jetzt mitten in der tiefsten Fotografie-Spezialität. Bei dieser Gestaltungsmöglichkeit schränkt der Fotograf die Schärfentiefe so eng wie möglich um die Ebene ein, auf der sich das Hauptmotiv befindet.

Je nach Wunsch können besonders bei Gerichten mit Hintergrundmotiven die Schärfe unterschiedlich eingestellt werden. So kann das Gericht im Mittelpunkt stehen und scharf fotografiert werden, während zusätzliche Stimmungselemente (Vorder- und Hintergrund unscharf abgebildet) unscharf verschwimmen.

Dadurch wird der Blick auf das Gericht gelenkt, der Hintergrund aber trotzdem noch wahrgenommen – das bietet Abwechslung.

- Der Schärfegrad ist abhängig von der Größe des Bildsensors
- Hintergrund erscheint schärfer, je kleiner die Blendenöffnung ist.

Die Blendenöffnung bewirkt, dass es zu einer längeren Belichtungszeit und daher eines größeren Bereichs des Bildes kommt, der scharf dargestellt wird; je kleiner die Blendenöffnung (= je größer die Blendenzahl), desto schärfer ist auch der Hintergrund!

Die gewollte Unschärfe kann die Aussage eines Bildes dramatisch unterstützen.

Objektive

Eigentlich taugt fast jede Linse und jede Kamera für die Food-Fotografie. In den letzten Jahren hat aber der Trend hin zu Close-Ups mit sehr geringer Schärfentiefe zugenommen (früher war der Fotograf weiter weg, und der Winkel mehr von oben), und dies funktioniert am besten mit größeren Kamerasensoren!

Gute Ergebnisse erzielt man aber auch mit einer APS-C-Kamera und dem oft mitgelieferten 18-55-Kit-Objektiv: Hierzu stellt man es möglichst auf Tele (55 mm, Kleinbildäquivalent rund 90 mm), öffnet die Blende so weit wie möglich und geht möglichst nah ran an das Objekt.



Bild: Thainudelsalat.

Auffällig ist die besonders geringe Schärfentiefe. Die schönen Bokeh-Unschärfekreise werden durch eine Taschenlampe in dem Mosaikgläschen erzeugt. Ansonsten ist die Aufnahme unter Tageslicht entstanden

Ein schöneres Bokeh produzieren Festbrennweiten, gute Werte für Food liegen für APS-C-Sensoren im Bereich 50 ..120 mm. Canon bspw. bietet für Kleinbild- und für APS-C-Kameras 50-mm-Objektive in den Lichtstärken f/1.8 (100 Euro), f/1.4 (400 Euro) und f/1.2 (ca. 1.600 Euro) an. Bereits das preiswerte eignet sich gut für Food und kann auch, gerade an einer APS-C-Kamera durch die gefühlte Brennweite von 80 mm gut für Portraits eingesetzt werden.



Bild: Zwetschkuchen. Das (Tages-)Licht kommt dieses Mal fast frontal von vorne. Gegenlicht ließe die Früchte dunkel erscheinen, statt glänzend.

Manche Fotografen setzen für Food auch gerne Makroobjektive ein, bspw. um die 50..100 mm.

Die Versuchung liegt nahe, die lichtstarken Objektive auch wirklich mit Offenblende zu verwenden, und das kann auch tatsächlich schöne Ergebnisse produzieren. Es ist aber zu bedenken, dass selbst hochwertige Objektive bei Offenblende auch im Schärfebereich leicht unscharf sind. Auf der sicheren Seite ist man, wenn man auf $f/2.5$ oder $f/2.8$ abblendet bzw. hierzu auch einmal eine Blendenreihe aufnimmt.

Bokeh

Wie bereits angesprochen, so leben moderne Food-Fotos oft vom Bokeh, bzw. von der Qualität des Unschärfeverlaufes. Hierzu zählen auch die begehrten möglichst kreisrunden Unschärfescheibchen im Hintergrund. Schönes Bokeh ist zum einen natürlich von der Linse abhängig (Art der Lamellen der Blende, Aufbau der Optik), zum anderen aber auch von der Struktur des Hintergrundes.

Nur wenn sich im Hintergrund kleine Licht'chen zeigen, bspw. Reflexionen in Gläsern, nur dann entstehen auch die begehrten Bokeh-Kreise. Hierfür kann man einige Gläser oder Bestecke im Hintergrund platzieren und, wenn nötig, mit einem zusätzlichen Blitz oder auch einer Taschenlampe dezent anleuchten.



Bild: Algensalat.
Im Hintergrund stehen einige Gläser, deren Reflexionen schöne Unschärfekreise produzieren.

Scharfer Vordergrund

Bei dem Gestaltungsmittel der Unschärfe ist übrigens Vorsicht geboten, wenn man den kleinen Schärfbereich in die Mitte oder ans Ende der Tiefenausdehnung legt: Manchmal funktioniert das, aber generell ist zu sagen, dass der menschliche Betrachter entsprechend der Wahrnehmung seines Sehannes einen scharfen Vordergrund vorzieht, bzw. dass ein unscharfer Vordergrund immer Gefahr läuft, unbewusst etwas störend zu wirken.



Bild: Zwetschkuchen auf dem Backblech.
Ein Beispiel für einen unscharfen Vordergrund. Hier scheint es noch zu funktionieren bzw. zumindest nicht allzu zu störend zu wirken.

Kamera-Modus

Ein guter Start gelingt mit: ISO 100, Av-Modus (Vorgabe der Blende, automatische Berechnung der Belichtungszeit), Blende auf f/2.8, Dateiformat Raw.

Wenn die Kamera weiterhin das Feature "Liveview" anbietet, so sollte man dies auf jeden Fall einmal testen. Gerade in Verbindung mit einem Stativ bietet Liveview einen guten Eindruck von der Szene, eine gute Schärfentiefenvorschau und vor allem auch gezoomt eine gute Unterstützung für das präzise manuelle Fokussieren!

Noch ein Wort zum Weißabgleich: Beim Einsatz von Tageslicht um die Mittagszeit oder auch von Blitzlicht kann man mit ca. 5500 Kelvin Farbtemperatur rechnen. Hier funktioniert der Automatikmodus oder auch die Voreinstellung der Kamera auf Tageslicht normalerweise gut.

Für problematischere Lichtverhältnisse und auch für Gerichte mit einem dominanten Farbton ist ein manueller Weißabgleich zu empfehlen. Im einfachsten Fall ist dies ein ins Bild gehaltenes Tempotaschentuch + Grauwert-Pipette im Raw-Konverter. Bessere Ergebnisse erzielt man mit einem speziellen Tool wie bspw. dem SpyderCube.

Nachbearbeitung

Die Ausführungen zur Bildbearbeitung liefern Anregungen auf Basis von Adobe Lightroom und Photoshop. Der allgemeine Workflow wird über Lightroom abgewickelt: es geht um Fragen wie:

- Wie bereite ich die Food-Bildbearbeitung vor?
- Wie erkenne ich Fehler in einem Food-Foto?
- Wie analysiere ich Fehlfarben und wie nehme ich Farbkorrekturen vor?
- Wie korrigiere ich Farben bestimmter Zutaten?
- Wie lasse ich Speisen frischer aussehen?
- Wie mache ich Details besser sichtbar?
- Wie optimiere ich Detailkontrast und Schärfe?
- Wie optimiere ich den Bildhintergrund?
- Wie ergänze ich fehlende Bilddetails?
- Wie lasse ich künstliche Applikate natürlich aussehen?
- Wie mache ich eine Korrektur nachträglich selektiv?
- Wie lege ich künstliche Reflexe und Glanzlichter an?
- Wie kontrolliere ich den Fortschritt meiner Arbeit am schnellsten und effektivsten?

Option Profilkorrekturen

Meine ersten beiden Schritte bei fast jeder Bildentwicklung mit Lightroom sind, dass ich im Feld Objektivkorrekturen die Option Profilkorrekturen aktiviere auswähle und mir weiter unten im Abschnitt Kamerakalibrierung ein Profil heraussuche, das mir gefällt. Meist lande ich bei Camera Standard.

Erster Schritt (Lightroom): Weißabgleich und die Einstellungen zur Belichtung

Histogramm zur Tonwert-Kontrolle

Als Nächstes wende ich mich dem Weißabgleich und den Einstellungen zur Belichtung zu. Beides findet sich oben im Abschnitt Grundeinstellungen. Wobei ich auch immer das Histogramm im Auge behalte, um zu vermeiden, dass Tiefen oder Lichter beschnitten werden. Außerdem gibt mir das Histogramm auch einen Überblick, ob überhaupt alle Tonwerte im Bild vertreten sind, damit dieses möglichst frisch aussieht. Das ist übrigens schon Geschmackssache und natürlich nichts Verpflichtendes!

Bild abdunkeln / aufhellen

Entwickeln Sie Ihr Bild in Lightroom. Für nachfolgenden Anpassungen reduzieren oder erhöhen Sie als erstes ggf. die Belichtung.

Schatten aufhellen

Nach einem Abdunkeln können Sie mit dem Regler Tiefen deutlich mehr erreichen: Ziehen Sie ihn nach rechts bis die Struktur in den Schattenbereichen besser zur Geltung kommt. Zusätzlich erhöhen sie dann den Kontrast.

Zweiter Schritt: Gradationskurve

Freundlicher Bildeindruck

Speziell bei Obst und Gemüse, das vor einem hellen Hintergrund fotografiert wurde, ist es wichtig, dass das Arrangement freundlich wirkt. Hellen Sie Ihr Bild am besten so weit auf, dass der Hintergrund fast weiß (aber nicht überbelichtet) wirkt. Hierfür kommt die Gradationskurve in Frage.

Dritter Schritt: Klarheit und Dynamik

Strukturen verstärken

Damit z.B. das Fruchtfleisch einer halbierten Frucht frisch und saftig wirkt, intensivieren Sie die Struktur, indem sie den Wert für Klarheit erhöhen. Auch die Struktur der anderen Bildteile wird so intensiviert.

Optimale Schärfe und Kontrast

Richtig ist aber, dass sowohl Beauty- als auch Food-Fotos erst durch die nötige Schärfe und gezielt gesteigerte Kontraste zum Hingucker werden.

Selektiver Kontrast

Um eine Kontrastkorrektur, etwa z.B. nur auf den Bereich des Fruchtfleisches zu beschränken, malen Sie in der Sie mit dem Korrektur-Pinsel Kontraste partiell ins Bild.

Vierter Schritt: Bildretusche und -optimierung

Feinkorrekturen mit Photoshop

Neben Sensorflecken finde ich meist auch das eine oder andere sprichwörtliche "Haar in der Suppe" und anderes, wie nicht gewünschte Staubkörnchen. Daher öffne ich für die Retuscharbeiten das Bild aus Lightroom heraus in Photoshop. Kleinere Retuscharbeiten, wie z.B. das Entfernen von Sensorflecken, lassen sich übrigens auch problemlos mit Lightroom durchführen. In Photoshop lege ich mir eine zusätzliche Ebene an, auf der ich dann meist mit dem Bereichsreparatur-Pinsel-Werkzeug sämtliche "Reinigungsarbeiten" in 100%iger Ansicht durchführe.

Glatte Oberflächen

Um kleine Unebenheiten zu kaschieren, müssen evtl. Flächen weichgezeichnet werden. Glatte Flächen sehen ästhetischer aus. Wählen Sie dazu als erstes den Innenbereich (Kanten meiden!) jedes Objektes mit dem Lasso-Werkzeug aus. Den ausgewählten Bereich kopieren Sie dann per Strg+J auf eine neue Ebene.

Weichzeichnen

Um die Übersicht nicht zu verlieren, reduzieren Sie alle kopierten Ebenen auf eine einzige Ebene. Zum Glätten der kopierten Innenbereiche rufen Sie den Filter > Weichzeichnungsfiler > Gaußscher Weichzeichner auf. Abhängig von der Bildgröße wenden Sie den Filter mit einem Radius zwischen 10 und 15 px an.

Fünfter Schritt: Subtile Farbauffrischung

Zum Abschluss der Bildbearbeitung bei Food-Fotografien gibt es dann noch einen kleinen “Frischekick” durch eine sehr subtile Farbauffrischung.

Selektive Farbsteuerung

Wechseln Sie in Lightroom zur HSL/Graustufen, und wählen Sie den Reiter Luminanz. Hier können Sie die Helligkeit einzelner Farben steuern.

Präsentation (noch keine Ausarbeitung)