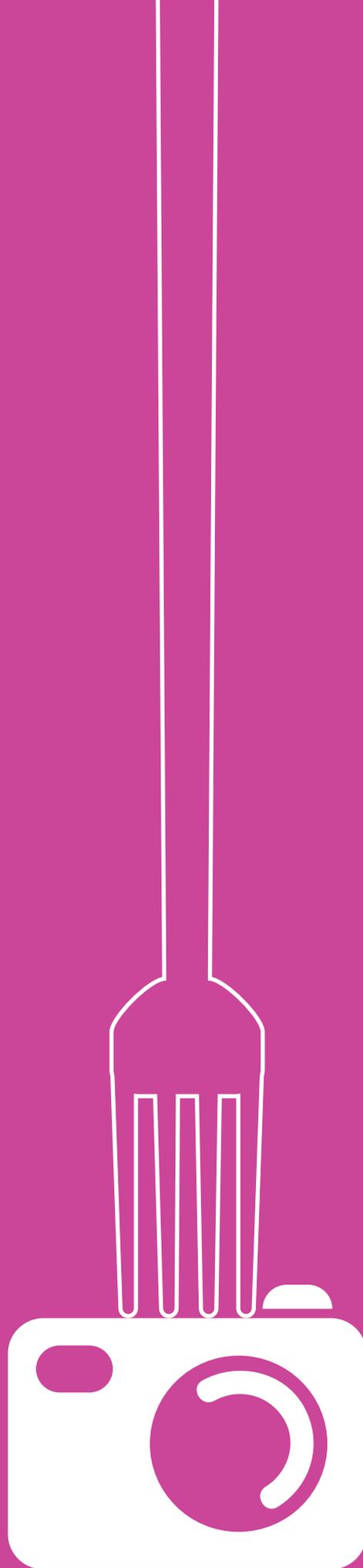


Cucina e
Fotografia





f/2.8
1/250

In questo libro



4 Quando la passione per la fotografia entra in cucina

Come nasce questo libro

5 Fotografia in chiave food

Le regole base della fotografia applicate al food

16 L'aperitivo

Ricette sfiziose per coccolare gli amici

24 Cena x 2

Una romantica cena a lume di candela

32 Party

Come far divertire i vostri bambini con il cibo

38 Cena Elegante

L'elegante presentazione del piatto che stupirà i vostri ospiti

46 Pranzo Vintage

Un tuffo nel passato con le ricette di una volta

52 L'ora del Tea

Una dolce pausa per spettegolare con le amiche

58 In montagna

I piatti dell'amicizia da accompagnare con un buon bicchiere di vino

64 Il Pic Nic

Cosa mettere nel cestino per un pranzo sui prati con gli amici

70 Le feste

Riunirsi a tavola per festeggiare con amici e parenti

76 Cena afrodisiaca

Come conquistare una donna con il cibo

84 Camera chiara

Basi di postproduzione per far rendere al massimo le vostre foto

Quando la passione per la fotografia entra in cucina

Dentro di noi esiste una parte creativa che viene espressa attraverso quello che meglio ci rappresenta.

I ritmi della vita moderna sono frenetici. Trovare il tempo per rilassarci e dedicarci alle nostre passioni sembra impossibile! Eppure, per dare sfogo alla creatività basta poco.

Una pausa per mangiare dobbiamo concedercela, no? Se riusciamo a trasformare la cucina in un momento per noi, in cui rilassarci e divertirci, è fatto! Sempre che vi piaccia stare ai fornelli, tra pentolini, fruste e mestoli. Il mio regno!

Adoro cucinare qualunque tipo di piatto, e mi piace anche sperimentare. Quando al ristorante o a casa di amici assaggio un nuovo piatto, mi diverto poi a ricreare a casa la ricetta, aggiungendo un tocco di creatività negli ingredienti o nella presentazione del piatto.

Ancora più divertente è cucinare per le persone che amiamo. Gustare poi insieme i piatti preparati dà il via a un vivace scambio di opinioni e sensazioni sui sapori e gli odori dei cibi, sulla presentazione del piatto etc.

Ma perché non condividere le nostre creazioni in cucina anche con gli amici lontani?

E' così che do sfogo alla mia seconda passione, la fotografia.

La fotografia mi permette una momentanea evasione dalla realtà quotidiana, in un mondo nel quale esistiamo solo io, la mia macchina fotografica e il soggetto che verrà immortalato.

In Cucina e Fotografia troverete

suggerimenti per presentare la tavola, ricette sfiziose e alcune regole base per immortalare le vostre creazioni in fotografie di qualità da condividere con gli amici.

Perché fotografare il cibo non è così semplice! Ci sono regole e accorgimenti che non si possono ignorare,

se si punta a risultati soddisfacenti.

In questo libro vi propongo alcune ricette gustose e, per ogni piatto realizzato, vi spiego alcuni trucchi di foodstyling e lo schema delle luci per poter realizzare gli scatti da condividere con gli amici.





Fotografia in chiave **food**

Le regole base della

fotografia applicate al

food



f/3.2
1/30

50mm la mia ottica preferita

Ecco gli ingredienti base per "sforare" belle foto:

- reflex digitale
- ottica con una buona apertura di diaframma
- cavalletto
- flash

Due tipi di ottiche particolarmente indicate per il food sono il **50 mm fisso** (es. Canon 50mm f/1.8) ed il **teleobiettivo** (es. Canon 55-250mm EF-S f/4-5.6).

Il **50mm fisso** vi permetterà di scattare a mano libera anche con poca luce e di gestire creativamente lo sfocato grazie alla maggiore apertura di diaframma:

- con apertura f/2.0 avrete solo una piccolissima porzione di soggetto nitida e un bello sfocato intorno;
- con apertura f/3.5 tutto il soggetto sarà nitido, mentre lo sfondo sarà interamente sfocato.

In questo modo potrete decidere di focalizzare l'attenzione solo sul contenuto principale del piatto mentre tutto il contorno risulterà un complemento gradevole che darà vita alla vostra foto.

Il vantaggio del 50mm è anche quello di avere un angolo di campo che più si avvicina a quello dell'occhio umano e di ottenere quindi una rappresentazione del soggetto più vicina alla realtà.

Il **teleobiettivo**, ovvero qualunque ottica con focale uguale o maggiore di 150mm, per le sue caratteristiche fisiche intrinseche, permette invece, anche utilizzando diaframmi medi come f/5.6, di avere una profondità di campo ridottissima e di isolare il soggetto su uno sfondo completamente sfocato. Per le stesse caratteristiche fisiche, la distanza minima di messa a fuoco di queste ottiche è spesso superiore al metro, pertanto dovrete sistemare la macchina fotografica distante dal soggetto (vi servirà di conseguenza una stanza grande) e utilizzare un treppiede per evitare il mosso. Altra caratteristica del teleobiettivo è quella di comprimere i piani prospettici, o, in altre parole, di far sembrare più vicini oggetti in realtà lontani.

Vi ricordo che per ottenere delle belle foto non è sufficiente preparare un bel piatto e allestire il set in modo impeccabile.

"Fotografia" significa letteralmente scrivere con la luce. Sarà proprio la qualità della luce a determinare in buona parte la riuscita delle vostre foto.

Se avete la fortuna di disporre di una stanza con una bella illuminazione naturale, con l'abile utilizzo di piccoli pannelli riflettenti (per eliminare ombre inopportune o illuminare parti del soggetto) avrete scatti più naturali e più belli. Se non siete così fortunati potete aiutarvi con dei flash. Preferendo la luce naturale, quando posso, concentro i miei scatti dalle 10 alle 13.30 della mattina, sfruttando la luce che entra dalla finestra.

Quando devo scattare di sera, utilizzo principalmente due flash: il primo è un softbox che punto verso l'alto in modo da illuminare il piatto con la luce di rimbalzo dal soffitto, l'altro è un piccolo flash portatile che uso per illuminare leggermente un lato del piatto. Utilizzate sempre la luce di rimbalzo e mai un flash diretto sul soggetto, così facendo avrete un'illuminazione più naturale ed eviterete ombre troppo scure e nette.



Nella foto sotto i tre elementi (sfondo-bicchiera-uova) risultano più schiacciati, il bicchiere sembra più grande e lo sfondo (una palazzina che si vede dalla finestra di casa), nella foto con il 50 mm ancora intuibile, non si distingue più.

Elimina le ombre con i pannelli bianchi e argentati

Il corretto utilizzo delle luci cambia completamente il vostro scatto facendo risaltare il vostro piatto. Un corretta illuminazione crea l'atmosfera perfetta per il vostro piatto!



Senza pannello

La fonte di luce proviene da sinistra creando un'ombra sulla parte destra del soggetto



Con pannello

Si possono utilizzare pannelli bianchi per una luce morbida o argentati per una luce decisa



Risultato finale

L'ombra a destra è scomparsa



Senza pannello



Cartoncino bianco

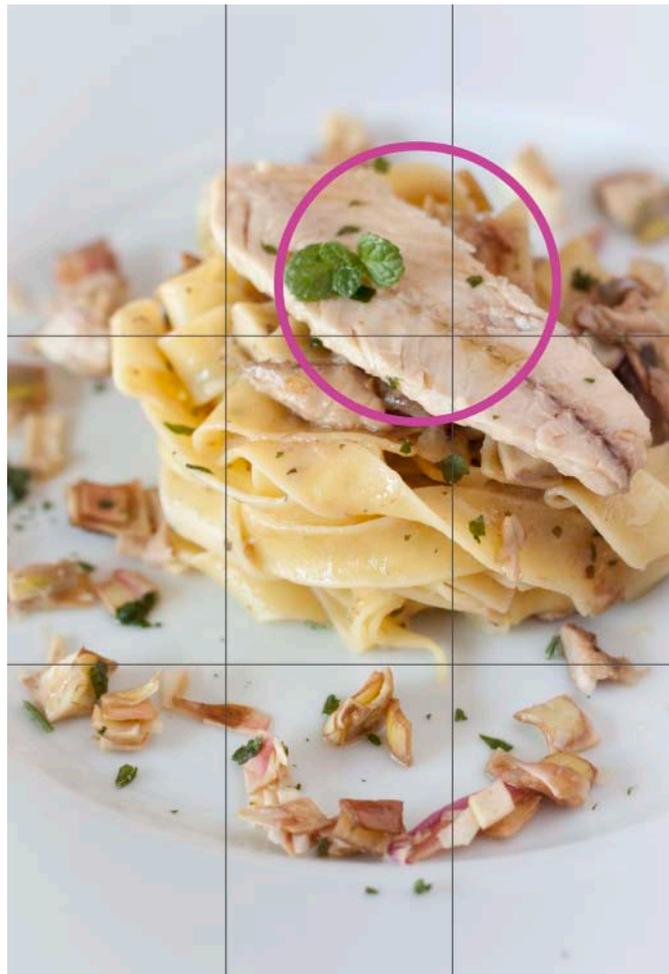


Stagnola argentata



Come Comporre correttamente il set

Bilanciate correttamente gli elementi che compongono la vostra scena.



Mettete a fuoco il punto più interessante del vostro piatto, che deve essere quello più vicino a voi o quello disposto nei 2/3 dello scatto. Immaginate una griglia sulla vostra foto e puntate il fuoco nella prossimità dell'intersezione delle linee. Così facendo potete sfruttare tutto lo spazio rimanente per inserire elementi che ambientino il vostro piatto dandogli vita.



Create movimento seguendo una direzione



Ogni elemento che entra nella vostra inquadratura è importante.

L'occhio di chi guarda la vostra foto cade sul soggetto in primo piano a fuoco, ma poi prosegue sul resto della scena. Cercate di disporre gli elementi in modo da dare un movimento alla foto.



Il piatto giusto al posto giusto

Utilizzando sempre lo stesso soggetto potete creare contesti differenti.

Impiattate i vostri piatti in maniera diversa per creare l'atmosfera giusta, usate piatti differenti e aggiungete dettagli. Inserite alcuni elementi di un colore complementare (es. foglioline verdi) per dare vita al vostro scatto.

Ristorante chic



Siate Creativi!!!



*Stesso soggetto
composizioni
differenti*

Utilizzando sempre lo stesso soggetto potete creare composizioni differenti semplicemente cambiando gli sfondi.

Aggiungendo o sottraendo elementi, cambiando inquadratura.



Come allestire il vostro set

Anche qui come nel cinema si utilizza una controfigura, è tutta una questione di tempo...

Una delle difficoltà nel fotografare il cibo è sicuramente il tempo. Provate a cucinare una qualsiasi cosa e a lasciarla nel piatto 10-15 minuti. Noterete un progressivo cambio di aspetto, l'alterazione dei colori, delle consistenze e poi cadranno pezzi di cibo, le erbe fresche appassiranno. Un disastro! Quindi preparate in anticipo la scena e scattate appena il piatto sarà pronto!



- 1 Costruire il set utilizzando una controfigura per sistemare al meglio gli elementi compositivi e regolare le luci per lo scatto
- 2 Scegliere l'inquadratura più corretta
- 3 Aggiungere il vero soggetto e i dettagli
- 4 Aggiungere un pannello argenteo per eliminare le ombre
- 5 Aggiungere movimento e intensità alla foto



Pronti a mettervi ai Fornelli?

Prima di lanciarsi in cucina assicuratevi di avere sempre tutto il materiale occorrente per realizzare i vostri magnifici piatti.

Scegliete ingredienti sempre freschi e oggetti utili per dare un tocco di colore e contrasto.

Carta, stoffa, legno, plastica, differenti sfondi e texture da scegliere in base all'effetto che volete ottenere.

Piatti, piattini, tazze, ciotole, bicchieri, bicchierini, rendono i vostri scatti sempre diversi.



*Avete in testa un piatto da fotografare e volete che sia perfetto?
Ecco come procedere:*

- 1 Scegliete il vostro piatto (uno stuzzichino, una zuppa, un risotto, un pesce, un dolce, etc...)
- 2 Guardate come lo fotografano gli altri sui seguenti siti di esempio e fatevi ispirare: www.tastepotting.com
www.flickr.com
www.pinterest.com
Blog di cucina
- 3 Quando andate a fare la spesa scegliete gli ingredienti migliori (anche esteticamente).
- 4 Mettetevi ai fornelli e cucinate il vostro piatto.
- 5 Scegliete l'angolo più luminoso della vostra casa, ad esempio vicino alla finestra, per sfruttare la luce migliore.
- 6 Provate a ricostruire il set che più vi è piaciuto tra quelli visti nei siti visitati e aggiungeteci un tocco vostro.
- 7 Scattate, scattate, scattate. La pratica e la conoscenza della vostra macchina fotografica sono gli ingredienti fondamentali per fare un buon piatto.
- 8 Condividete su facebook e flickr i vostri scatti per ricevere commenti costruttivi.



L'Aperitivo



Ricette **sfiziose** per
coccolare gli **amici**



Mini peperonata

Ingredienti x 10 minipiade

2 peperoni	100 gr. di farina
½ cipolla bianca	1 rametto di rosmarino
10 olive nere denocciolate	acqua
250 gr. passata di pomodoro	
olio	
sale	
pepe	

Procedimento

Tagliate la cipolla a julienne, mettetela a scaldare in una casseruola un cucchiaio d'olio extravergine d'oliva a fuoco medio e dopo un paio di minuti versateci le cipolle. Aggiungete i peperoni tagliati a pezzetti e precedentemente puliti togliendo tutti i semi e le coste chiare. Cuocete a fuoco vivace per 5 minuti.

Aggiungete ora la salsa di pomodoro, mezzo bicchiere d'acqua e salate, appena prende il bollore aggiungete le olive nere e abbassate la fiamma al minimo, mettete il coperchio e lasciate cuocere per 15-20 minuti.

Mescolate di tanto in tanto per controllare che la salsa non si asciughi troppo, eventualmente aggiungete acqua.

Togliete il coperchio e cuocete ancora qualche minuto per far rapprendere il sugo, spegnete e pepate a piacere.

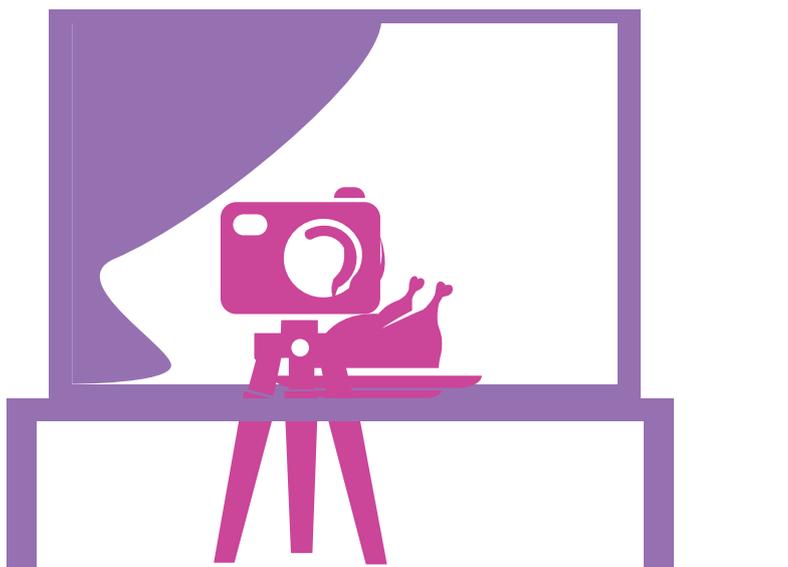
Preparate le mini piadine: tritate grossolanamente il rosmarino che andrete a mescolare con la farina disposta a fontana, versate acqua tiepida e impastate.

Quando l'impasto sarà elastico stendetelo con un mattarello fino a raggiungere uno spessore di 2-4 millimetri, tagliate quindi dei dischi con un coppapasta.

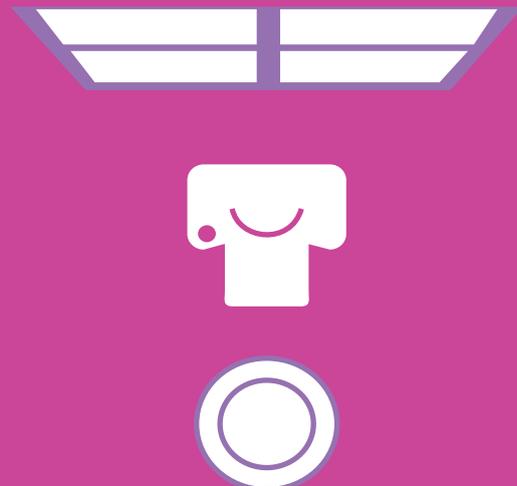
Cuocete i dischi di pasta uno alla volta in un padellino antiaderente a fuoco medio per un paio di minuti per parte.

Servite le mini piade calde con sopra un cucchiaio di peperonata.

1/50 f/2.8



Schema dall'alto



Scatto realizzato con l'illuminazione naturale

Lo schema per questo scatto con illuminazione naturale è il seguente:

1. Finestra esposta a sud che illumina il piatto con la luce diffusa del mattino
2. Macchina fotografica che dà le spalle alla finestra e punta sul piatto
3. La macchina deve essere abbastanza sopra al primo soggetto e molto inclinata in avanti verso il secondo

Consigli di Food Styling

Per fotografare questo piatto seguite i seguenti suggerimenti:

1. Essendo un piatto rustico suggerisco di utilizzare come base la classica carta del pane un po' stropicciata
2. Per far capire che si tratta di una mini porzione inserite più soggetti nello stesso scatto (disponendo una piadina in primo piano e una subito dietro ho dato profondità alla foto)
3. Poiché gli ingredienti hanno colori caldi con tonalità simili tra loro, suggerisco di utilizzare un elemento di colore complementare per vivacizzare il tutto (in questo caso una fogliolina di menta)
4. Abbrustolite per bene le mini piade per creare elementi chieri e scuri sotto la peperonatina per risaltarla ulteriormente



Fish & Chips

Ingredienti x 15 torrette

2 patate medie
1 scalogno
2 cucchiaini di patè di olive nere
1 zucchini
1 scatola di filetti di sgombro sott'olio
paprika forte
sale
peperoncino
olio di semi

Procedimento

Tritate lo scalogno e mettetelo in un pentolino a imbiondire con un cucchiaino d'olio, aggiungete lo zucchini tagliato a cubetti molto piccoli e fate cuocere a fuoco vivo per 5 minuti.

Versate gli zucchini in una tazza e aggiungete la polpa di olive, i filetti di sgombro sminuzzati, salate e aggiungete un po' di peperoncino in polvere.

Tagliate le patate a rondelle sottili e immergetele in acqua fredda per almeno una mezz'ora per fargli perdere l'amido, questo procedimento le renderà più croccanti durante la frittura.

Friggetele in abbondante olio di semi.

Assemblate le torrette di fish&chips alternando strati di patata fritta e strati realizzati con il composto precedentemente preparato (3 fette di patata e 2 strati di ripieno). Infilate uno stuzzicadenti per mantenere unite le torrette.

Terminate con una spruzzata di paprika sopra le vostre torrette.

1/80 f/3.5



Schema dall'alto



Scatto realizzato con l'utilizzo della luce naturale e di un flash portatile

Lo schema per questo scatto con illuminazione naturale è il seguente:

1. Il piatto è sopra una pila di libri ed è stato messo sul davanzale della finestra
2. La luce è quella di mezzogiorno e quindi sopra il soggetto
3. La macchina fotografica è in casa (preciso per chi ha un terrazzino) e punta verso l'esterno
4. Illuminate la parte verso di voi con un piccolo lampo di flash schermato posto alle vostre spalle

Consigli di Food Styling

Per fotografare questo piatto seguite i seguenti suggerimenti:

1. Abbrustolite bene le patate in modo che rimangano ben lucide e non si ammosciano
2. Scattate entro pochi minuti dalla preparazione del piatto altrimenti le patatine assorbiranno i succhi del ripieno e si afflosceranno
3. Inserite sopra ogni torretta un pezzetto di sgombro che conferisce tridimensionalità
4. Disponete più elementi nella stessa scena in modo da aumentare la profondità
5. Spruzzate generosamente con della paprika in modo da aumentare il contrasto colore, fatene scendere anche un pò sul piano di appoggio per renderlo più tridimensionale



Procedimento

Tagliate 4 fettine di anguria che userete per la decorazione del bicchiere, frullate la restante polpa, privata dei semi, e filtratela utilizzando un colino.

Aggiungete il rum e il succo di 2 lime.

Mettete sul fondo di ogni bicchiere un cucchiaino di zucchero di canna, qualche sottile spicchio di lime e del ghiaccio tritato.

Versate il drink, decorate con uno spicchio d'anguria, una fettina di lime e una fila di acini d'uva infilzati in un lungo stuzzicadenti.

Anguria alcolica

Ingredienti x 4 persone

1kg di polpa d'anguria

4 lime

4 cucchiaini di zucchero di canna

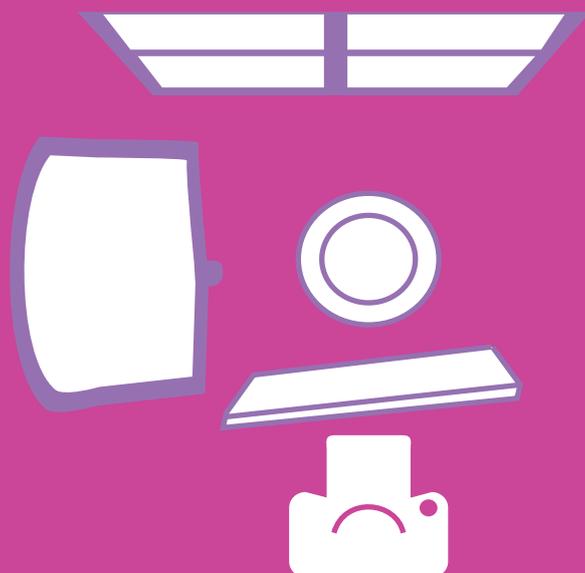
2 dl di rum

30-40 acini d'uva

1/125 f/3.5



Schema dall'alto



Scatto realizzato con l'utilizzo della luce naturale e di un flash

Lo schema per questo scatto con illuminazione artificiale è il seguente:

1. Dietro al soggetto c'è una finestra che brucia lo sfondo e grazie a un cartoncino bianco posto davanti al soggetto si riesce ad eliminare l'ombra del barattolo
2. Per illuminare la parte alta dei soggetti ed eliminare ulteriormente le ombre, ho utilizzato una softbox che indirizza il flash verso il soffitto

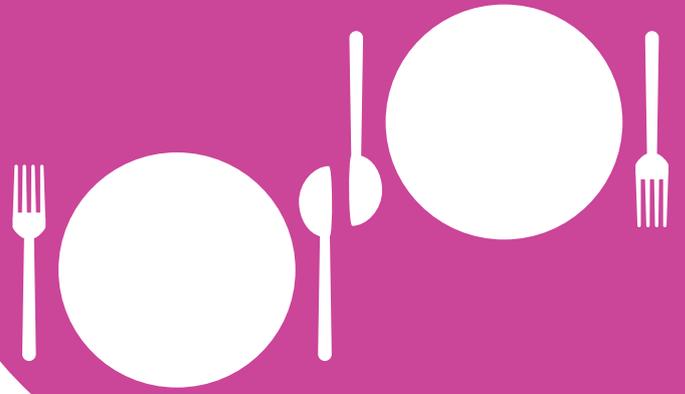
Consigli di Food Styling

Per fotografare questo piatto seguite i seguenti suggerimenti:

1. usate bicchieri differenti per il vostro cocktail, anche un barattolo per la marmellata può essere una soluzione diversa e divertente
2. il piano d'appoggio deve richiamare la convivialità (una tavola di legno è l'ideale)
3. inserite un elemento che richiami l'idea dell'aperitivo, in questo caso delle chips in una ciotola colorata che inserisce un punto di colore in contrasto con il soggetto in primo piano
4. inserite elementi che richiamano gli ingredienti utilizzati, come il lime e l'anguria usati per la decorazione
5. in alternativa alla classica cannuccia, che slancia il soggetto, potete preparare degli spiedini d'uva, se potete giocate con i colori alternando acini bianchi e neri
6. disponete una fetta di lime in primo piano dentro il barattolo per dare profondità alla vostra bevanda
7. evitate sempre di usare flash o luci frontali dirette sul vetro per evitare le classiche macchie di luce



Cena x 2



Una romantica cena a lume di candela



Procedimento

Tagliate a metà l'arancia, spremetene una metà in una padella, grattugiate la buccia e mettetela da parte. Pelate l'altra metà e separate i singoli spicchi.

Rosolate il filetto di salmone nel succo d'arancia a fuoco medio girandolo spesso fino a che il succo non sarà completamente evaporato, quindi salate.

Tagliate il salmone a listarelle e disponetelo in un piatto alternandolo con le fettine d'arancia, aggiungete sopra l'erba cipollina sminuzzata, la scorza d'arancia e alcune gocce di glassa balsamica.

Salmone all'arancia

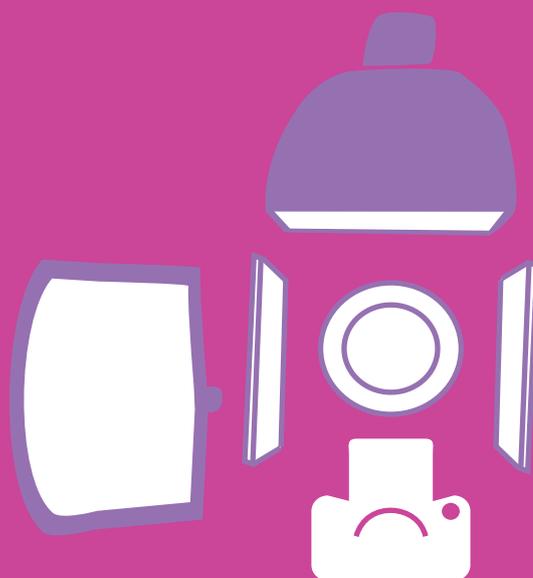
Ingredienti x 2 persone

1 filetto di salmone
1 arancia non trattata
6 fili di erba cipollina fresca
glassa balsamica
sale

1/125 f/3.2



Schema dall'alto



Scatto realizzato con l'utilizzo dei flash

Lo schema per questo scatto con illuminazione artificiale è il seguente:

1. Un flash verso l'alto per illuminare la parte superiore del piatto con la luce di rimbalzo, aumentando la lucentezza del bianco
2. Un flash che spara da dietro il piatto per aumentare lo sfocato e togliere tutte le ombre sotto il cibo
3. Utilizzate 2 cartoncini bianchi per ammorbidire le ombre del bordo del piatto, posizionandoli ai bordi del piatto formando un tunnel di luce

Consigli di Food Styling

Per fotografare questo piatto seguite i seguenti suggerimenti:

1. Tagliate il filetto di salmone a strisce larghe come gli spicchi d'arancia e alternate i pezzi nel piatto in modo da formare elementi geometrici in serie
2. Tagliate la scorza d'arancia a listarelle sottili e posizionatele sopra ogni pezzo di salmone
3. Spolverizzate il tutto con erba cipollina tagliata fresca per un tocco di colore in più
4. Aggiungete la glassa balsamica facendo un rapido zig zag da destra a sinistra per tutto il piatto
5. Inserite qualche goccia di glassa per vivacizzare i bordi
6. Grattugiate un po' di scorza d'arancia per colorare ulteriormente il piatto bianco



Procedimento

Tritare finemente aglio e prezzemolo separatamente, mettete in un salta pasta un cucchiaio d'olio extravergine d'oliva, l'aglio tritato e i gambi del prezzemolo. Incidete gli scampi sull'addome con un coltello e aggiungeteli nel salta pasta, fateli rosolare per un paio di minuti.

Aggiungete il vino bianco e alzate la fiamma per far evaporare l'alcol, quando il vino si è ristretto aggiungete i pomodorini strizzati in precedenza per eliminare i semi interni e abbassate la fiamma.

Prelevate 6 scampi, eliminate il carapace, tagliate la polpa a pezzi e rimettete tutto in padella, aggiungete il peperoncino e il sale e cuocete ancora per un paio di minuti.

Prelevate ora gli scampi interi che metterete poi sui piatti finiti, aggiungete in padella un paio di cucchiai d'acqua di cottura della pasta e fate saltare le linguine appena scolate.

Spegnete il fuoco, aggiungete una manciata di prezzemolo fresco e un filo d'olio extravergine d'oliva a crudo, impiattate posizionando, sopra le linguine, gli scampi interi.

Linguine agli scampi

Ingredienti x 2 persone

200 gr. di linguine
10 pomodorini ciliegini
1 mazzetto di prezzemolo
10 scampi
½ bicchiere di vino bianco
½ spicchio d'aglio
olio
peperoncino
sale

1/125 f/3.5

Schema dall'alto



Scatto realizzato con l'utilizzo della luce naturale e dei flash

Lo schema per questo scatto con illuminazione artificiale è il seguente:

1. A sinistra del piatto c'è un cartoncino bianco che viene colpito dal flash posto sulla destra del soggetto
2. Per illuminare il retro e il fronte ho messo un cartoncino bianco sotto la macchina fotografica e l'ho illuminato con un flash portatile messo a 45° dietro/sopra il soggetto

Consigli di Food Styling

Per fotografare questo piatto seguite i seguenti suggerimenti:

1. il protagonista del piatto deve essere lo scampo; per metterlo in risalto usate un piatto bianco. se poi anche la tovaglia è bianca l'effetto raddoppia!
2. avvolgete su una forchetta un nido di linguine e disponetelo in un terzo del piatto adagiatevi sopra lo scampo in modo che lo abbracci
3. inserite nella parte frontale delle linguine pezzetti di pomodoro e scampi
4. fate scendere a pioggia delle foglioline di prezzemolo fresco tagliato grossolanamente, questo conferirà anche un punto di colore a contrasto con le tonalità rosse del piatto
5. aggiungete qualche goccia d'olio sullo scampo per ravvivarlo ulteriormente



Cestini di bosco

Ingredienti 4x cestini

100 gr. di cioccolato fondente
1 cestino di lamponi
1 cestino di mirtilli
foglioline di menta per decorare
zucchero a velo per decorare

carta da forno
nastri colorati
stuzzicadenti
graffette
2 coppapasta diametro 5cm

Procedimento

Fondete il cioccolato a bagnomaria o nel microonde.

Prendete un foglio di carta da forno e disegnatelo l'ingombro che avrebbe il coppapasta se venisse aperto (un lungo rettangolo), poi girate il foglio dalla parte non scritta.

Con un cucchiaino coprite il vostro disegno con il cioccolato cercando di fare dei bordi il più preciso possibile, con uno spessore di un paio di millimetri e mettete il tutto in freezer. Dopo un paio di minuti togliete il foglio con il cioccolato e molto delicatamente avvolgetelo intorno al vostro coppapasta di metallo lasciando il cioccolato all'esterno. State molto attenti a non rompere il cioccolato.

Usate qualche graffetta per fissare i bordi della carta da forno intorno al coppapasta e rimettete in freezer. Ripetete la procedura per il secondo cestino.

Infilate tutti i vostri frutti di bosco sugli stuzzicadenti e tuffateli nel cioccolato fuso. Piantate gli stuzzicadenti in un pezzo di polistirolo, in modo che i frutti di bosco possano perdere il cioccolato in eccesso e metteteli in frigo.

Tirate fuori i cestini dal freezer, ripassateli delicatamente con il cioccolato avanzato e rimetteteli in freezer per almeno un paio d'ore.

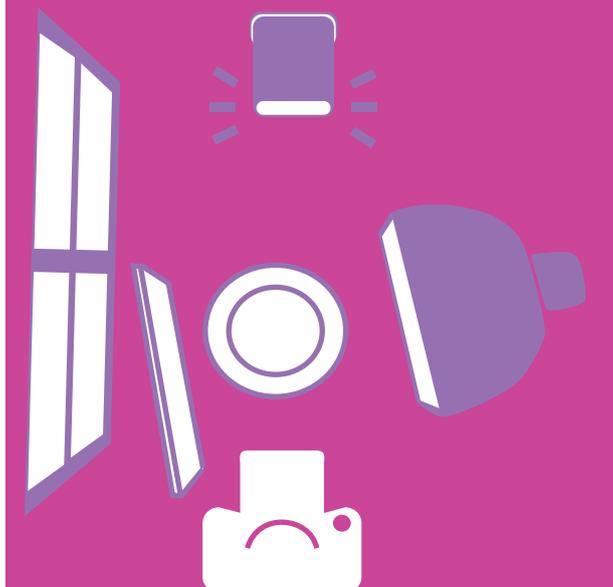
E' arrivato il momento di assemblare il cestino! Prelevate dal freezer il primo cestino, con estrema delicatezza levate il coppapasta e, cercando di evitare che vi esploda in mano, eliminate la carta da forno, dovrebbe rimanervi un anello di cioccolato.

Vi suggerisco di fare queste operazioni con le mani ben fredde. Pogiate il cestino sul piatto che avete scelto, riempitelo con i frutti di bosco. Ripetete le operazioni per il secondo cestino.

1/125 f/3.5



Schema dall'alto



Scatto realizzato con l'utilizzo della luce naturale e dei flash

Lo schema per questo scatto con illuminazione artificiale è il seguente:

1. A sinistra del soggetto c'è una finestra con davanti un cartoncino bianco e a destra una softbox che spara il flash contro il piatto, così la luce rimbalza attraverso il cartoncino eliminando le ombre del lato opposto
2. Dietro il soggetto ho messo un flash portatile

Consigli di Food Styling

Per fotografare questo piatto seguite i seguenti suggerimenti:

1. utilizzate un bel piatto colorato rettangolare per disporre due dei vostri cestini in modo da conferire un movimento diagonale al vostro scatto
2. inserite qualche fogliolina di menta per aggiungere un punto di colore che contrasti con il resto degli ingredienti
3. per evitare che il cestino si allarghi girateci intorno un nastro e chiudetelo con delicatezza, usate due nastri di colori differenti per rendere più vivo lo scatto
4. spolverate il tutto con zucchero a velo per aumentare la tridimensionalità dei frutti e del cioccolato. Vi suggerisco di provare a scattare fino a quando non sarete convinti dell'inquadratura e solo prima dello scatto finale fate scendere lo zucchero a velo da un setaccio, se aspettate più di un minuto sparirà assorbito dal cioccolato e dal calore
5. per questo scatto utilizzate quindi la tecnica della controfigura spiegata nel capitolo 1 in modo da lasciare il dolce il meno tempo possibile nel piatto



Party



Come far divertire i
vostri **bambini**
con il cibo



Procedimento

Bagnate il pane in cassetta con il latte e strizzatelo, unitelo al pollo macinato e aggiungete un uovo. Iniziate a mescolare gli ingredienti, aggiungete del pane grattato finché il composto non diventa lavorabile con le mani senza attaccarsi. Aggiungete qualche goccia di limone e salate.

Prelevate un pezzo del composto un poco più grande di una noce, fate una pallina e schiacciatela tra i palmi delle mani, formando un disco. Passate il disco nell'uovo sbattuto e impanatelo nel pane grattugiato, ripetete fino ad esaurimento del composto.

Friggete le crocchette in olio di semi caldo girando spesso le crocchette per circa 4-6 minuti, servite con maionese e ketchup.

Pollo fritto

Ingredienti per 20 crocchette

200 gr. di pollo macinato
2 uova
2 fette di pane in cassetta
latte
pane grattugiato
sale
limone
olio per friggere

1/125 f/5.6



Scatto realizzato con l'utilizzo dei flash e della luce naturale

Lo schema per questo scatto con più illuminazione è il seguente:

1. Un flash puntato verso il soffitto bianco che fa rimbalzare la luce sulla parte del piatto
2. Un flash posato a sinistra del piatto che punta verso un cartoncino bianco a sinistra della macchina fotografica, questo permetterà alla luce di rimbalzo di colpire il piatto con una sorgente morbida
3. La luce naturale della finestra illumina il bicchiere giallo e le canucce

Consigli di Food Styling

Per fotografare questo piatto seguite i seguenti suggerimenti:

1. Le crocchette hanno una tonalità neutra, questo ci permette di utilizzare molti colori per vivacizzare la scena, ricordatevi che è un piatto per bambini e che quindi necessita di colori vivaci
2. Impiattate le crocchette come se fossero servite in un fast food, prendete quindi una scatola di cartone e rivestitela con un tovagliolo di carta colorato
3. Aggiungete elementi per bambini come il grosso bicchiere di plastica giallo e delle canucce colorate per riempire lo sfondo
4. Non dimenticatevi la ciotolina con la maionese o altra salsa per intingere le crocchette



Gufi cupcake

Ingredienti per 12 cupcake

- | | |
|-----------------------------|-----------------------------|
| 125 g zucchero | 100 gr. panna da montare |
| 100 g farina, | 100 gr. cioccolato fondente |
| 20 g cacao amaro | |
| 125 g burro | |
| 2 uova grandi | |
| ¼ di bustina di lievito | |
| 12 oreo | |
| 24 M&M's marroni o blu | |
| 12 M&M's arancioni o gialle | |

Procedimento

Mettete in una terrina a bordi alti il burro e lo zucchero e montateli insieme, aggiungete, sempre mescolando, le uova, la farina, il cacao e il lievito setacciati precedentemente e mischiati assieme.

Versare l'impasto in 12 pirottini per cupcake riempiendoli per $\frac{3}{4}$ della loro capacità e infornate per 20 minuti a 160°, fate la prova dello stecchino prima di sfornarli e lasciarli raffreddare.

Per preparare la ganache al cioccolato, mettete sul fuoco, in un pentolino, la panna e portatela ad ebollizione, spegnete la fiamma, aggiungete il cioccolato grattugiato e mescolate finché non sarà sciolto. Immergete fino a metà il pentolino con il composto in una bacinella piena di acqua e cubetti di ghiaccio; iniziate a montare con le frusta la panna con il cioccolato, dopo circa 10 minuti (non meno) la panna si sarà raffreddata e montata ed avrà una consistenza spumosa.

Mettete la ganache in una sac à poche e fate delle spirali sui cupcake, dividete a metà i biscotti e metteteli sulla panna in modo da fare gli occhi dei gufi. Con la restante ganache fate le orecchie e le piume intorno al becco.

Decorate infine con gli M&M's le pupille e i becchi dei gufi.

Potete vedere anche il tutorial nel video promozionale sul canale youtube

1/160 f/3.5



Schema dall'alto



Scatto realizzato con l'utilizzo della luce naturale

Lo schema per questo scatto con illuminazione naturale è il seguente:

1. La finestra è a sinistra del soggetto e a destra c'è un cartoncino argentato che elimina le ombre
2. La macchina fotografica è posizionata sopra il soggetto.

Consigli di Food Styling

Per fotografare questo piatto seguite i seguenti suggerimenti:

1. Curate i dettagli delle facce dei due gufi, giocando con la posizione delle pupille (nella foto sembra che un gufo stia guardando l'altro)
2. Ovviamente lo scatto deve essere fatto dall'alto per cogliere le due facce sopra i cupcake
3. Contestualizzate i due gufi nel loro habitat naturale, il bosco. Disegnate delle foglie e ritagliatele, posizionate il tutto sopra delle tavole di legno che ricordano gli alberi.
4. Potete provare anche a fare un gufo nero e un gufo bianco sostituendo al cioccolato fondente il cioccolato bianco o la panna





L'elegante presentazione
del piatto che **stupirà**
i vostri **ospiti**



Procedimento

Tagliate la melanzana a fette per il lato corto e mettetele su un panno da cucina e spolveratele con il sale grosso, lasciatele riposare finché non daranno l'acqua amara, giratele e ripetete il procedimento.

Asciugatele per bene con la carta assorbente, passatele nell'uovo sbattuto e impanatele nel pane grattugiato.

Friggetele in olio di semi ben caldo e asciugatele dall'olio con la carta assorbente.

Nel frattempo mettete in una padella un pò d'olio e fate imbiondire la mezza cipolla tagliata finemente, aggiungete la passata di pomodoro e fate cuocere per 5-8 minuti.

Prendete dei minipirottini di alluminio monoporzione, metteteci un cucchiaino di salsa, aggiungete una fettina di melanzana, altra salsa, una fettina di mozzarella, un cucchiaino di parmigiano. Ripetete l'operazione per altre 2 volte formando delle torrette.

Infornate le vostre miniparmigiane in forno preriscaldato a 180° per 15 minuti.

Sfornate le miniparmigiane in un piatto.

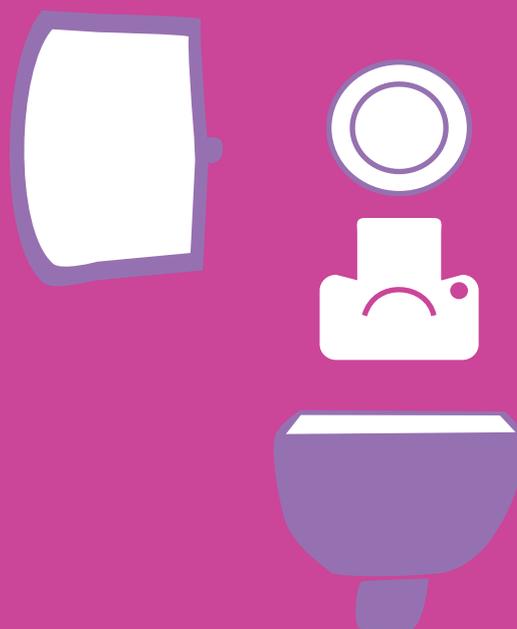
Mini parmigiana

Ingredienti x 4 miniparmigiane

- | | |
|---------------------------------|--------------------------|
| 1 melanzana di quelle lunghe | sale |
| 1 uovo | peperoncino per decorare |
| 250 ml passata pomodoro | menta per decorare |
| 1 mozzarella | |
| parmigiano reggiano grattugiato | |
| mezza cipolla | |
| sale grosso | |
| pane grattato | |
| olio per friggere | |

1/125 f/4.0

Schema dall'alto



Scatto realizzato con l'utilizzo dei flash

Lo schema per questo scatto con illuminazione artificiale è il seguente:

1. Un flash puntato verso il soffitto bianco che fa rimbalzare la luce suò piatto aumentando la lucentezza del bianco ed eliminando tutte le ombre
2. Un flash che spara da dietro la vostra macchina fotografica per illuminare la parte frontale del piatto

Consigli di Food Styling

Per fotografare questo piatto seguite i seguenti suggerimenti:

1. Utilizzare una versione mignon di un piatto lo rende immediatamente chic ed elegante
2. Utilizzate un grande piatto bianco che contrasta con il colore rosso del vostro piatto
3. Per riempire il bianco e non far sembrare troppo minimal la vostra parmigiana, aggiungete una spruzzata di peperoncino tritato che leverete però al momento di servire ai vostri commensali la parmigianina
4. Per ravvivarla ulteriormente inserite un punto di contrasto colore che potrebbero essere 2 foglioline di menta o meglio ancora di basilico



Ravioli zucca e spinaci

Ingredienti x 4 persone

400 gr. di farina di grano tenero
4 uova
500 gr di zucca
400 gr di spinaci
3 amaretti secchi
noce moscata

4 cucchiaini di grana grattugiato
10-15 foglie di maggiorana
una manciata di pinoli
10-15 foglie di salvia
2 noci di burro
sale

Procedimento

Sbucciate la zucca, tagliatela in pezzi grandi, mettetela in una teglia rivestita con carta da forno e infornate a 160° per circa 1 ora, finché la zucca si sarà caramellata. Mettete tutto nel minipimer e tritate per bene. Fate raffreddare la polpa così ottenuta e mettetela in frigo per una notte.

Per preparare la sfoglia, disponete la farina a fontana sul tavolo, rompete le uova al centro e iniziate ad incorporare la farina dai bordi verso il centro.

Lavorate l'impasto finché non sarà liscio e compatto, se fosse troppo asciutto aggiungete 1 o 2 cucchiaini di acqua tiepida. Formate una palla e avvolgetela nella pellicola trasparente, lasciate riposare per 1 ora in luogo asciutto e fresco.

Lessate gli spinaci per 4-5 minuti, lasciateli raffreddare e tritateli con il minipimer. Mescolate gli spinaci con la zucca frullata, aggiungete gli amaretti sbriciolati, il parmigiano grattugiato, la maggiorana sminuzzata, un paio di grattate di noce moscata e aggiustate di sale.

Prendete ora la palla pasta, tagliatene un pezzo e rifasciate subito quello che non usate per non farlo seccare, tirate la sfoglia con il mattarello o, se la avete, con la tirapasta fino ad ottenere lo spessore desiderato. Stendete la striscia di pasta sul tavolo e disponete delle palline di ripieno (usando un cucchiaino) distanziate di circa 3 cm, quindi ripiegate la striscia di pasta in modo da ricoprire il ripieno. Fate aderire bene intorno al ripieno la pasta, se fosse troppo asciutta bagnate con un po' d'acqua. Tagliate i vostri ravioli e procedete fino ad esaurimento ingredienti.

Cuocete i ravioli per 1 paio di minuti e serviteli con burro fuso, salvia, pinoli tostati e una grattata di parmigiano.

1/125 f/2.8

Schema dall'alto



Scatto realizzato con l'utilizzo dei flash

Lo schema per questo scatto con illuminazione artificiale è il seguente:

1. Il punto di forza di questo piatto è il controluce realizzato con un flash posto dietro il soggetto
2. Per illuminare la parte superiore ed eliminare le ombre frontali, basta puntare un flash verso il soffitto che colpirà il piatto di rimbalzo

Consigli di Food Styling

Per fotografare questo piatto seguite i seguenti suggerimenti:

1. per conferire eleganza al piatto utilizzate un piatto bianco e una porzione ridotta di cibo
2. giocate con le forme geometriche e disponete 1 raviolo al centro del piatto e sopra altri 3 disposti a ventaglio; attenzione a non far cuocere troppo i ravioli che altrimenti si potrebbero afflosciare nel piatto
3. decorate con dell'amaretto sbriciolato disposto lungo il perimetro interno del piatto formando un anello
4. inserite un punto di colore a contrasto utilizzando tre foglioline di salvia e dei pinoli tostati posizionati solo sopra ai ravioli
5. aggiungete qualche scaglia di grana per aumentare l'effetto tridimensionale sui ravioli



Calamari ripieni

Ingredienti x 2 persone

4 calamari	200 gr. di mollica di pane
1 scalogno	100 gr di parmigiano grattugiato
1 cipolla bianca piccola	3 cucchiaini di pane grattugiato
vino bianco	peperoncino
prezzemolo	olio
una manciata di pinoli	sale
1 cucchiaino di concentrato di pomodoro	
1 uovo	

Procedimento

Pulite bene i calamari, separate i tentacoli dalla sacca, che sciacquerete bene privandola della pelle e dell'anima trasparente interna.

Togliete le alucce lasciando solo le sacche e mettetele da parte.

Togliete dalla testa (la parte con i tentacoli) gli occhi e il dente e tagliateli grossolanamente, fate la stessa cosa per le alucce.

Mettete in una padella un goccio d'olio e fate soffriggere lo scalogno e la cipolla tritati finemente, aggiungete i pezzetti di calamari, salate e aggiungete un po' di peperoncino, mezzo bicchiere di vino bianco, e il concentrato di pomodoro, cuocete per 10-15 minuti finché il vino non sarà completamente evaporato.

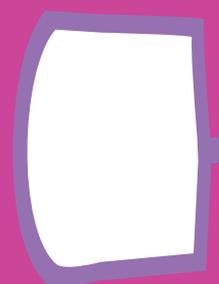
Aggiungete ora il pane grattugiato e amalgamate il tutto a fuoco vivo per un minutino.

In una terrina sbattete un uovo, aggiungete i pinoli, il parmigiano, la mollica di pane ammollata e ben strizzata, un po' di prezzemolo tritato e il trito di calamari. Amalgamate il tutto e riempite le 4 sacche dei calamari per 3/4 chiudendoli con uno stuzzicadenti.

Ungete una teglia, disponete i calamari ripieni e copriteli con il ripieno avanzato, aggiungete ancora qualche goccia d'olio e infornate a 200° per 10 minuti.

1/125 f/3.5

Schema dall'alto



Scatto realizzato con l'utilizzo dei flash

Lo schema per questo scatto con illuminazione artificiale è il seguente:

1. Un flash puntato verso il soffitto bianco che fa rimbalzare la luce sulla parte alta del calamaro e del piatto aumentandone la lucentezza
2. Un flash che spara da dietro il piatto per aumentare lo sfocato e togliere tutte le ombre sotto il cibo

Consigli di Food Styling

Per fotografare questo piatto seguite i seguenti suggerimenti:

1. Aspettate che il calamaro si sia raffreddato prima di tagliarlo, risulterà più compatto e il ripieno non scapperà via
2. Componete il piatto lasciando mezzo calamaro intero per far capire di che si tratta, il restante tagliatelo a rondelle e disponetele a semicerchio davanti alla metà intera
3. Quando cuocete il calamaro tenetevi dei pezzetti di ripieno da parte, aggiungete del pan grattato e cuoceteli qualche minuto in più del resto mettendo il forno in modalità grill in modo da avere elementi decorativi croccanti e dorati
4. Aggiungete qualche goccia d'olio di oliva per lucidare il piatto
5. Spolverate con del prezzemolo fresco tritato che crei un contrasto con i colori dorati del piatto





Un tuffo nel
passato con le
ricette di “una volta”



Procedimento

Tagliate a cubetti la zucca e tritate la cipolla, rosolate entrambe in una casseruola con 30 gr di burro, aggiungete 5 mestoli d'acqua e cuocete a fuoco moderato per 20 minuti a coperchio chiuso. Mescolate di tanto in tanto, aggiungendo, se necessario, un po' d'acqua.

Aggiungete i fagioli e cuocete per altri 10 minuti aggiungendo altri 3 mestoli d'acqua.

Passate tutto nel passaverdure per eliminare completamente le bucce dei fagioli.

Rimettete sul fuoco la zuppa per qualche minuto aggiungendo i restanti 20 gr di burro e il sale.

Servite aggiungendo dei crostini e qualche fogliolina di maggiorana fresca.

Zuppa di zucca

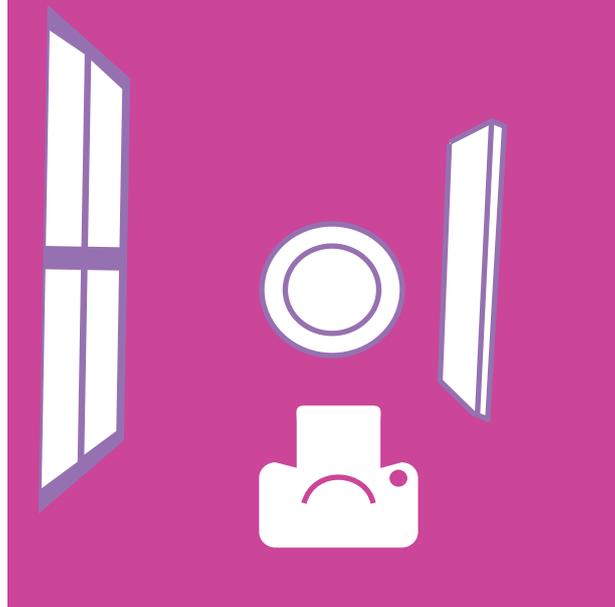
Ingredienti x 2 persone

500gr di zucca
300gr di fagioli cannellini (in scatola)
1/2 cipolla
50gr di burro
sale e pepe q.b.

1/120 f/2.5



Schema dall'alto



Scatto realizzato con l'utilizzo della luce naturale

Lo schema per questo scatto con illuminazione naturale è il seguente:

1. Finestra alla sinistra del piatto
2. Cartoncino bianco a destra per ammorbidire l'ombra della tazza e del bordo sulla zuppa

Consigli di Food Styling

Per fotografare questo piatto seguite i seguenti suggerimenti:

1. per realizzare questo scatto dovete usare un trucchetto: mettete dentro la tazza vuota un'altra tazza più piccola capovolta e versate sopra la zuppa; i due vantaggi di questo accorgimento sono che non dovrete usare grandi quantità di cibo e che eviterete che gli ingredienti che disporrete sulla zuppa (in questo caso i crostini aggiunti al centro della tazza) finiscano sul fondo.
2. usate colori caldi nella scena, il piano di appoggio, il colore della tazza.
3. aggiungete delle foglioline verdi sulla superficie della zuppa per il punto di contrasto cromatico che ravviva il piatto.
4. inserite nello sfondo delle piccole zucchette decorative che richiamano la rusticità del piatto.
5. per ottenere l'effetto vintage dovete lavorare un pochino in post produzione saturando gli aranci e i verdi, desaturando gli altri colori e aumentando i contrasti.



Procedimento

Pelate le mele e tagliatele a fettine, mettetele in un recipiente e mescolatele versandoci sopra qualche goccia di limone per non farle annerire.

In un contenitore sbattete le uova con lo zucchero e un pizzico di sale, aggiungete il burro a temperatura ambiente, il latte e la farina setacciata con la vanillina, il lievito e la cannella.

Quando il vostro impasto sarà bello liscio versateci dentro 1/3 delle mele e mischiate delicatamente con una spatola.

Mettete il composto in una teglia imburrata e infarinata e disponete su tutta la superficie i 2/3 di fettine di mele, se volete potete spargere sopra una manciata di zucchero di canna.

Mettete in forno per 30 minuti a 180°. Prima di sfornare la torta fate la prova dello stecchino (infilate uno stuzzicadenti nella torta, se ne uscirà asciutto e senza residui d'impasto la torta è pronta).

Prima di servire la torta, ancora tiepida, versate sulla superficie dello zucchero a velo.

Torta di mele

Ingredienti

- 2 etti di farina
- 160 gr zucchero
- 100 gr burro
- 2 uova intere
- un pizzico di sale
- 1 cucchiaino di cannella
- 3 mele
- 250 ml latte
- 1 bustina di vanillina
- 1 bustina di lievito
- zucchero a velo
- qualche goccia di succo di limone

1/125 f/3.5

Schema dall'alto



Scatto realizzato con l'utilizzo dei flash

Lo schema per questo scatto con illuminazione artificiale è il seguente:

1. Una softbox con flash verso l'alto per illuminare la parte superiore del piatto con la luce di rimbalzo
2. Un'altra softbox puntata sulla fetta elimina le ombre sul davanti

Consigli di Food Styling

Per fotografare questo piatto seguite i seguenti suggerimenti:

1. cosa c'è di più vintage della torta di mele? per dare uno stile retrò alla foto utilizzate elementi "di una volta" come il piatto decorato a mano, la pirofila di ceramica sullo sfondo con il resto della torta, una vecchia paletta con il manico in plastica, il tutto fotografato su un vecchio tavolino in pietra
2. le luci devono essere molto morbide e devono appiattire un po' lo scatto, il tutto va enfatizzato desaturando in post produzione tutti i colori
3. in primo piano il piatto con una fetta generosa di torta di mele spolverizzata con zucchero a velo



TWININGS
OF LONDON

L'ora del tea



Una dolce pausa per
spettegolare con le amiche



Procedimento

Pelate le mele, tagliatele a fettine, mettetele in una terrina e spruzzatele di limone per non farle annerire. Aggiungete lo zucchero, la marmellata, il cioccolato, le noci, la cannella in polvere e mescolate bene tutti gli ingredienti.

Stendete su una teglia con carta da forno la pasta sfoglia e spennellatela con 10 gr. di burro fuso.

Disponete nella parte centrale il composto di mele per tutta la lunghezza della pasta lasciando un paio di centimetri dal bordo.

Ripiegate sopra le mele i due lati vuoti della pasta in modo da coprirle completamente e richiudete verso l'alto i due bordi estremi del rotolo. Spennellate con gli altri 10 gr. di burro fuso il rotolo, con un coltello fate 6 tagli di circa 4 cm sul rotolo nel senso trasversale.

Cuocete in forno preriscaldato a 160° per 15-20 minuti finché lo strudel non avrà un bel colore dorato. Servite spolverando le fette di strudel con zucchero a velo.

Strudel di mele

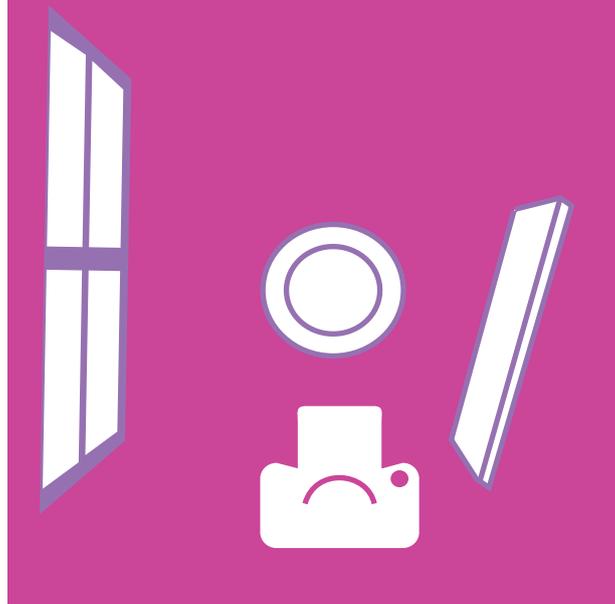
Ingredienti

pasta sfoglia rettangolare già pronta 20 gr. di burro
1 mela e mezza zucchero a velo
limone
cannella in polvere
1 cucchiaio di zucchero di canna
1 cucchiaio di marmellata di arance
1 cucchiaio di cioccolato fondente
gratugiato
6-8 noci sminuzzate

1/100 f/3.5



Schema dall'alto



Scatto realizzato con l'utilizzo della luce naturale

Lo schema per questo scatto con illuminazione naturale è il seguente:

1. Il soggetto è illuminato dalla luce naturale della finestra
2. Un pannellino bianco messo di fronte alla finestra ne ammorbidisce le ombre

Consigli di Food Styling

Per fotografare questo piatto seguite i seguenti suggerimenti:

1. disponete una fetta del vostro strudel in un piattino elegante con un bordo colorato, la fetta dovrà essere di 3/4 in modo che sia visibile anche il ripieno
2. spolverizzate la fetta di strudel con abbondante zucchero a velo e inserite un piccolo bastoncino di cannella per decorare il piatto
3. aggiungete una piccola forchetta di fianco alla fetta. Aprò una parentesi sulle posate inserite nel vostro set fotografico, state sempre attenti a non mettere mai coltelli o forchette con la punta verso di voi, lo scatto deve rappresentare quello che una persona vedrebbe se avesse davanti quel piatto e deve invogliare all'assaggio, e un coltello puntato contro non ci mette di certo a nostro agio
4. per contestualizzare meglio il vostro dolce aggiungete sullo sfondo elementi che ricordano l'ora del tea, una zuccheriera e una tazza di tea saranno perfetti



Macarons

Ingredienti per circa 30 macarons

2 albumi vecchi di un paio di giorni	200 ml di panna da montare
50 gr di zucchero	1/2 cestino di lamponi
80 gr di polvere di mandorle	50gr cioccolato fondente
120 gr di zucchero a velo	
colorante alimentare	

Procedimento

Setacciate lo zucchero a velo e la polvere di mandorle e mischiatele assieme.

Montate le chiare d'uovo con lo zucchero (suggerisco di usare lo zefiro che è molto più fine degli altri) e un pizzico di sale.

Aggiungete con una spatola lo zucchero a velo e la farina di mandorle, dividete il composto in due parti e coloratele con colori alimentari differenti, per la mia versione ho utilizzato il rosso e il verde.

Prendete un foglio di carta da forno e disegnateci sopra dei cerchietti di circa 3cm di diametro, rovescietela al contrario e mettetela in una teglia, mettete il composto in una sac à poche e fate dei dischetti sopra i vostri disegni. Lasciate riposare per circa 30 minuti.

Infornate a 130° per 13-15 minuti, sfornate e fate raffreddare.

Preparate i due ripieni montando la panna e dividendola poi in due parti, nella prima aggiungete i lamponi spezzettati e ben asciugati e nella seconda il cioccolato fuso al microonde.

Guarnite i vostri macarons e rimetteteli per almeno un'oretta in frigo per far rapprendere nuovamente la panna.

1/200 f/2.8



Scatto realizzato con l'utilizzo del flash

Lo schema per questo scatto con illuminazione artificiale è il seguente:

1. Mettete il vostro soggetto tra la finestra e il cavalletto, piegate il braccio del cavalletto in modo da avere la macchina fotografica esattamente sopra al soggetto
2. Mettete il flash sopra la macchina e puntatelo in modo che rimbalzi contro un cartoncino bianco davanti al bordo del piatto (io ho usato un'alzatina) in modo da togliere le ombre tra un macaron e l'altro

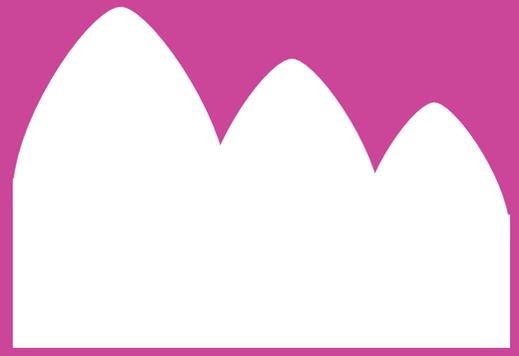
Consigli di Food Styling

Per fotografare questo piatto seguite i seguenti suggerimenti:

1. Immaginate il vostro set ancora prima di preparare il piatto, usate colori contrastanti tra loro per fare i vostri macarons, in questo caso il verde e il rosa
2. Usate anche il cioccolato fuso per movimentare ulteriormente la texture dei vostri macarons
3. Come sfondo usate colori che valorizzino il vostro soggetto, una tovaglia bianca, un centrino di pizzo bianco, un'elegante alzatina di vetro
4. Aggiungete un punto di colore mettendo qualche lampone sul tavolo
5. Disponete i macarons a piramide cercando di alternare i colori e mettendo sopra i più belli



In montagna



I piatti dell'amicizia
da accompagnare con
un buon bicchiere di vino



Crespelle alla Valdostana

Ingredienti x 4 persone

per le crespelle:

100 gr di farina

2 uova

1,5 dl di latte

40gr burro

150 gr di prosciutto cotto, a fette

200 gr di Fontina

per la besciamella:

1,5 litro di latte

150 gr di farina

150 gr di burro

1 pizzico di sale

1 pizzico di noce moscata

50gr di parmigiano

Procedimento

Preparate l'impasto delle crespelle: sbattete le uova con un pizzico di sale, aggiungete la farina continuando a sbattere, il latte e 30 gr di burro fuso.

Lasciate riposare l'impasto per almeno mezz'ora.

Nel frattempo preparate la besciamella mettendo sul fuoco una casseruola dove scioglierete il burro, aggiungete poi la farina setacciata continuando a mescolare per qualche minuto. Togliete dal fuoco e aggiungete pian piano il latte caldo mescolando e stando attenti a non fare grumi. Rimettete sul fuoco basso e fate cuocere per circa 15 minuti finché la besciamella non si addenserà.

Spegnete il fuoco e incorporate il parmigiano, aggiustate di sale e grattate sulla salsa un po' di noce moscata.

Riprendete l'impasto delle crespelle e aggiungeteci un cucchiaino d'acqua, prendete una padella antiaderente dove farete sciogliere un pezzetto del burro avanzato. Con della carta assorbente rimuovetelo dalla padella e versate un mestolino di composto, fate ruotare la padella in modo da distribuire il composto uniformemente sul fondo. Cuocete per 3-4 minuti la crespella girandola a metà cottura, ripetete il procedimento fino a esaurimento dell'impasto.

Prendete delle cocottine da forno, versateci un cucchiaino di besciamella, poi prendete una crespella e farcitela con prosciutto e fontina, piegatela a metà su se stessa e ripiegate a triangolo. Disponetene 3 in ogni cocottina alternando con la besciamella e terminando con una grattata di parmigiano e qualche fiocchetto di burro avanzato. Mettete nel forno preriscaldato a 180° per 15 minuti, accendete poi il grill e cuocete per altri 5 minuti finché non si sarà formata una crosticina dorata.

1/125 f/2.8



Schema dall'alto



Scatto realizzato con l'utilizzo dei flash

Lo schema per questo scatto con illuminazione artificiale è il seguente:

1. Un flash verso l'alto per illuminare la parte superiore del piatto con la luce di rimbalzo eliminando le ombre dei bordi della cocottina
2. Un flash portatile davanti alla fotocamera puntato su un cartoncino bianco posizionato di fronte a voi elimina le ombre della cocottina sul tagliere

Consigli di Food Styling

Per fotografare questo piatto seguite i seguenti suggerimenti:

1. L'allestimento del set per questo piatto è davvero minimalista in modo da rendere come unico protagonista la crespella
2. Non mettete nessuna tovaglia o tovagliolo per aumentare la rusticità usate solo del legno, disponete sopra un tavolo di legno un tagliere sempre di legno ma di un colore più chiaro per aumentare il contrasto cromatico
3. Usate come contenitore una cocottina di terracotta che conferisce rusticità
4. Quando disponete le crespelle cercate di metterle in un modo ordinato e che seguano i contorni di contenitore
5. Cercate di mettere il centro e i bordi più alti del resto in modo che prendano colore a bande e creino un chiaro scuro alternato che dà movimento



Procedimento

Mettete gli stinchi in una casseruola e preparate una marinata con olio, sale, pepe, foglie di alloro, foglie di salvia, bacche di ginepro e aglio tagliato grossolano, massaggiate i due stinchi con l'emulsione, coprite la casseruola con della stagnola e mettetela in frigo per una notte.

Il giorno seguente rosolate gli stinchi per qualche minuto a fuoco vivo in una padella. Rimettete tutto nella casseruola, ricoprite con la stagnola e infornate per 1 ora a 200°.

Sfornate gli stinchi e metteteli in un contenitore che coprirete con della stagnola. Nella casseruola mettete le patate tagliate a tocchetti, aggiungete il rosmarino tritato, un paio di cucchiaini d'olio, il sale e infornate per 10 minuti. Togliete la casseruola dal forno e adagiate sulle patate gli stinchi, bagnate con il vino bianco e rinfornate, ma questa volta senza stagnola.

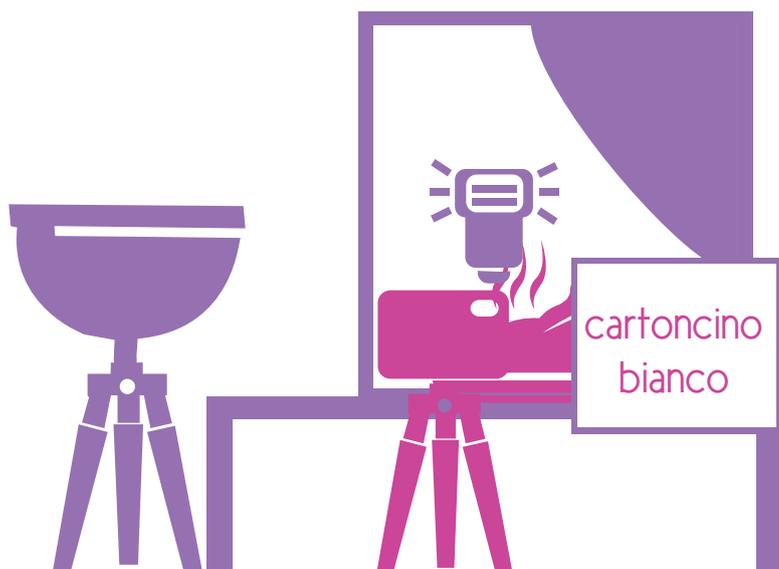
Cuocete ancora per mezz'ora ricordandovi, a metà cottura, di dare una mescolata alle patate e di girare gli stinchi.

Stinco con patate

Ingredienti x 2 persone

2 stinchi di maiale
qualche foglia di salvia e di alloro
qualche bacca di ginepro
un rametto di rosmarino
250 ml di vino bianco
1 spicchio d'aglio
olio extravergine di oliva
sale e pepe
1 kg di patate

1/125 f/3.2



Scatto realizzato con l'utilizzo dei flash

Lo schema per questo scatto con illuminazione artificiale e naturale è il seguente:

1. Un flash verso l'alto per illuminare la parte superiore del piatto con la luce di rimbalzo
2. Una finestra alle spalle vi darà l'effetto del controluce schiarendo e sfocando lo sfondo
3. Per illuminare la parte frontale mettete un cartoncino bianco subito sotto il vostro obiettivo e con un flash portatile sparate la luce di rimbalzo posizionandolo a tre palmi sopra lo stinco

Consigli di Food Styling

Per fotografare questo piatto seguite i seguenti suggerimenti:

1. La scelta degli elementi del set è fondamentale per rendere la rusticità del piatto
2. Una tovaglietta rossa sopra una tavola di legno, un sottopiatto di legno e un piatto rustico rendono subito l'idea del contesto
3. L'aggiunta di un bicchiere di vino rosso riempie armonicamente lo sfondo richiamando anche le tonalità della tovaglietta
4. Disponete lo stinco al centro del piatto con l'osso rivolto verso di voi, è la sua caratteristica principale e deve essere valorizzata
5. Spennellate lo stinco con il sugo di cottura appena prima dello scatto definitivo, questo lo renderà più lucido e appetitoso
6. Disponete le patate ai lati dello stinco in modo da riempire bene il piatto, cercate di mettere quelle più bruciacchiate alternate a quelle meno cotte per movimentare la texture, se avete delle erbe aromatiche secche usatele sulle patate





Cosa mettere nel
cestino per un pranzo
sui **prati** con gli **amici**



Procedimento

Tagliate i peperoni a cubetti e metteteli in una padella con un po' d'olio, dopo 5 minuti aggiungete le carote a cubetti e continuate la cottura, dopo altri 5 minuti aggiungete le zucchine tagliate a cubetti, fatele cuocere altri 5 minuti, devono rimanere croccanti, spegnete e lasciate raffreddare.

Lavate il farro e mettetelo in una pentola con abbondante acqua fredda, portate ad ebollizione e cuocete per 20 minuti, scolatelo e passatelo sotto l'acqua fredda per raffreddarlo. Disponete il farro in una terrina e aggiungete le verdure fredde.

Tagliate i pomodorini, la mozzarella e le olive a cubetti e aggiungeteli al resto.

Condite il tutto con olio extravergine d'oliva e sale.

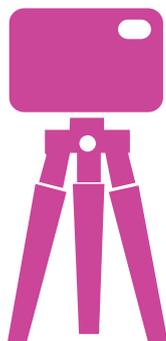
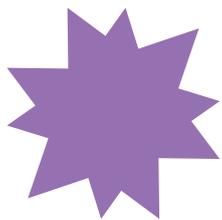
Versate il composto in 4 barattoli da marmellata e metteteli nel vostro cestino.

Farro in barattolo

Ingredienti x 4 barattoli

- 200 gr di farro perlato
- 2 zucchine
- 1 peperone
- 2 carote
- 6 pomodori ciliegini
- 6 ciliege di mozzarella
- 8 olive taggiasche
- olio extravergine d'oliva
- sale

1/125 f/5.6



Schema dall'alto



Scatto realizzato con l'utilizzo della luce naturale

Lo schema per questo scatto con illuminazione naturale è il seguente:

1. Lo scatto è stato realizzato all'aperto durante un picnic e quindi senza ausili di flash
2. Cercate un bell'albero che faccia ombra ai vostri barattoli per evitare luci e ombre dirette o riflessi fastidiosi sul vetro dei barattoli
3. Mettetevi di fronte al sole in modo da creare un controluce sulla foto

Consigli di Food Styling

Per fotografare questo piatto seguite i seguenti suggerimenti:

1. Stendete sul prato una bella tovaglia a quadrettoni lasciando uno spazio di prato nello sfondo per contestualizzare meglio il luogo
2. Disponete due barattoli sulla tovaglia (meglio se di dimensione differente mettendo il più piccolo davanti)
3. Aprite i barattoli e fate intravedere una parte del contenuto avendo cura di rendere visibili tutti gli ingredienti contenuti nel barattolo
4. Immergete in ogni barattolo un cucchiaino di un colore vivace che inviti all'assaggio
5. Posizionate i tappi ai piedi dei barattoli per chiudere il set



Procedimento

Su un tavolo disponete a fontana la farina mescolata con lo zucchero e il lievito, al centro versate i due rossi d'uovo, amalgamate e iniziate a incorporare il burro a temperatura ambiente. Impastate velocemente fino ad ottenere una palla che non si attacca più alle vostre mani.

Stendete in una teglia in silicone o imburata ^{3/4} della pasta frolla lasciando un bel bordo alto, stendete sopra la marmellata e con il restante impasto fate delle striscioline sottili che disporrete sopra per formare il tipico decoro a losanghe.

Infornate a 160° in forno ventilato preriscaldato per circa 20-25 minuti finché la frolla inizierà a dorare.

Crostata di marmellata

Ingredienti

- 300gr. di farina
- 2 tuorli d'uovo
- 180 gr. di burro
- 100 gr. di zucchero
- ½ bustina di lievito
- 1 barattolo di marmellata a piacere

1/125 f/3.5



Schema dall'alto



Scatto realizzato con l'utilizzo del flash

Lo schema per questo scatto con illuminazione artificiale è il seguente:

1. Realizzate lo scatto prima di partire per il vostro picnic illuminando la crostata lateralmente con la luce naturale e morbida della finestra e aggiungete un cartoncino bianco per smorzare l'ombra a destra
2. Illuminate il retro con un flash portatile posato sul tavolo che punta a 45° verso il soffitto

Consigli di Food Styling

Per fotografare questo piatto seguite i seguenti suggerimenti:

1. Allestite il set con elementi semplici che richiamino il pranzo all'aperto. La classica tovaglia a quadretti e gli immancabili tovaglioli di carta (ho scelto un verde acido che contrasta con il colore della marmellata e vivacizza la scena). Disponete due tovaglioli sovrapposti ma ruotati per dare movimento all'immagine
2. In primo piano disponete la vostra fetta di crostata che punta verso di voi e vi invita a mangiarla
3. Come sfondo usate il resto della crostata lasciando intravedere lo spazio vuoto della fetta tagliata



Derivina

Festa



Riunirsi a tavola per
festeggiare
con amici e parenti



Procedimento

Tagliate il panino a metà e passatelo qualche minuto in forno per renderlo croccante, spalmate la parte sotto con il ketchup e quella sopra con la maionese.

Mettete 2 foglie d'insalata sopra il ketchup e delle fette di il pomodoro. Spolverate l'hamburger con le erbe provenzali e cuocetelo sulla piastra da entrambi i lati. Un minuto prima di terminare la cottura disponete sopra l'hamburger tre fette di provola affumicata e fatela sciogliere.

In contemporanea grigliate la cipolla rossa tagliata a fette che disporrete sopra il pomodoro. Posizionate l'hamburger sopra le verdure.

In una padella antiaderente passate il bacon finché non sarà bello croccante, adagiatelo sopra la provola e chiudete con l'altra metà del panino.

Hamburger di ferragosto

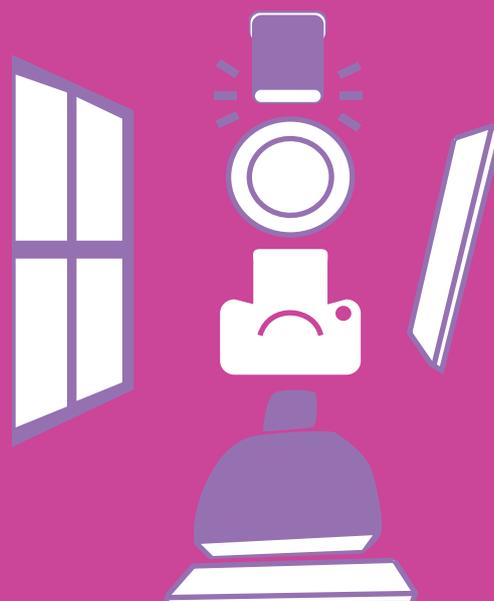
Ingredienti x 1 hamburger

1 hamburger	maionese
1 panino da hamburger	ketchup
erbette provenzali	
sesamo	
3 fette di cipolla rossa di tropea	
3 fette di pomodoro	
2 fette di bacon	
3 fette di provola affumicata	
2 foglie d'insalata	

1/125 f/3.5



Schema dall'alto



Scatto realizzato con l'utilizzo dei flash e della luce naturale

Lo schema per questo scatto con illuminazione artificiale e naturale è il seguente:

1. A sinistra del piatto la finestra e a destra un cartoncino bianco per eliminare le ombre
2. Dietro il piatto un piccolo flash posato sul tavolo e puntato a 45° tra piatto e soffitto
3. Dietro la macchina fotografica un flash diffuso puntato verso il muro bianco e che illumina il piatto con la luce di rimbalzo

Consigli di Food Styling

Per fotografare questo piatto seguite i seguenti suggerimenti:

1. per avere questa resa dovete curare molto ogni singolo ingrediente. Per prima cosa prendete il pane, tagliatelo a metà e spennellate con il bianco d'uovo la calotta superiore e spolverizzatela con il sesamo, mettete in forno finché non prenderà un colore dorato
2. cercate le foglie d'insalata più belle e nebulizzatele con dell'acqua e posizionatele sulla fetta di pane spalmata di ketchup e disponete sopra le fette di pomodoro (solo due in modo da lasciare un buco dietro) tagliate spesse per creare il contrasto cromatico. Aggiungete delle rotelle di cipolla rossa grigliata sempre nella parte davanti
3. prima di mettere l'hamburger sul panino, spennellatelo d'olio in modo da renderlo più lucido, e disponetelo con una lieve inclinazione, in modo che sembri più grande. Il formaggio l'ho passato per 15 secondi nel microonde in modo che fosse più morbido e si adattasse alla carne
4. cuocete il bacon in padella e rendetelo bello croccante e fatene spuntare alcuni pezzi da sotto il pane, dove farete comparire anche ciuffetti di maionese



Procedimento

Mettete in un grande contenitore 400 gr di farina, sciogliete il lievito in mezza tazza di acqua tiepida e mescolatelo alla farina. Impastate energicamente finché non otterrete un composto elastico.

Aggiungete ora tutti gli ingredienti avanzati, prima farina e zucchero, poi l'uovo sbattuto, i pinoli, i canditi tagliati a cubetti e l'uvetta messa ad ammolare per almeno 15 minuti nel marsala. Impastate tutti gli ingredienti e aggiungete infine il burro fuso ma non caldo.

Impastate finché gli ingredienti non si saranno ben amalgamati tra di loro. Prendete 2 teglie e rivestitele di carta forno, fate tante palline grandi come un mandarino, disponetele sulla teglia e schiacciatele leggermente.

Praticate una piccola incisione a "X" sulla parte superiore.

Lasciate riposare per una notte in forno spento.

La mattina dopo infornate a 180° e fate cuocere i pandolcini per 20 minuti circa, controllando di tanto in tanto il colore per evitare di bruciarli.

Pandolce genovese

Ingredienti per 20 pandolcini

750 gr farina

50 gr lievito

250 gr zucchero

1 uovo

250 gr uvetta bagnata nel marsala

200 gr pinoli

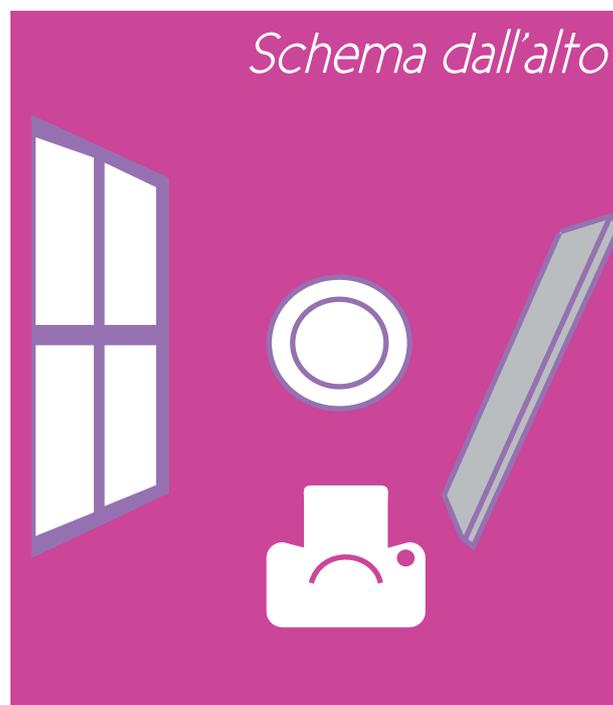
250 gr canditi misti

200 gr burro

Un pizzico di sale

1/2 bicchiere di acqua tiepida

1/125 f/5.6



Scatto realizzato con l'utilizzo della luce naturale

Lo schema per questo scatto con illuminazione naturale è il seguente:

1. La finestra è a sinistra del soggetto che viene illuminato con della carta argentata posizionata di fronte alla finestra e a destra del soggetto

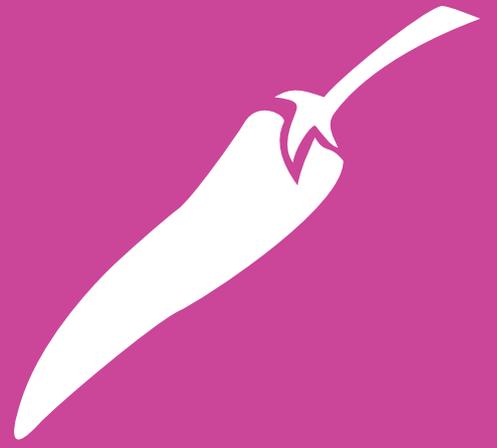
Consigli di Food Styling

Per fotografare questo piatto seguite i seguenti suggerimenti:

1. Per creare movimento nel set vi suggerisco di fare tanti pandolcini e non 2 grandi
2. Disponete i pandolcini vicini sopra la griglia del forno appoggiata su una tavola di legno, così facendo conferite rusticità al set
3. Mettete in primo piano un pandolcino facendo in modo di mostrare sia l'uvetta che i pinoli e i canditi
4. Aggiungete qualche pinolo sul tavolo per riempire i vuoti



Cena afrodisiaca



Come conquistare
una donna con il cibo



Procedimento

Mettete in una tazza un po' d'olio d'oliva, una spruzzata di paprika e di pepe e le mazzancolle, mescolate e lasciate marinare per una decina di minuti.

Cuocete le mazzancolle con la marinatura in padella antiaderente a fuoco vivo per 2-3 minuti.

Sul vostro piatto adagiate uno strato di finocchio tagliato finissimo, sopra di questo uno strato d'insalata tagliata a listarelle, sopra ancora delle fettine di pompelmo rosa tagliate sottili e come ultimo strato una fila di mazzancolle.

Aggiungete qua e là fiocchetti di formaggio spalmabile, condite il tutto con olio extravergine d'oliva, sale e glassa balsamica.

Insalata di gamberi

Ingredienti x 2 persone

6 mazzancolle sgusciati
1/2 finocchio
5-6 foglie d'insalata belga
1/2 pompelmo rosa
formaggio spalmabile
olio extravergine d'oliva
sale
pepe
glassa balsamica
paprica forte

1/125 f/3.2



Scatto realizzato con l'utilizzo dei flash

Lo schema per questo scatto con illuminazione artificiale e naturale è il seguente:

1. Un flash verso l'alto per illuminare la parte superiore del piatto con la luce di rimbalzo togliendo le ombre
2. Dal lato opposto alla finestra un pannellino bianco che eliminerà l'ombra del bordo del piatto

Consigli di Food Styling

Per fotografare questo piatto seguite i seguenti suggerimenti:

1. Per creare questo piatto dovete procedere stratificando il cibo in modo pulito e geometrico
2. Usate un piatto chiaro in modo da far risaltare principalmente le mazzancolle
3. Ricordatevi sempre di usare ingredienti freschi e belli
4. Disponete le mazzancolle con il dorso verso di voi e le code dietro
5. Per creare un elemento di contrasto cromatico usate la glassa balsamica



Scampi ubriachi

Ingredienti x 2 persone

5-6 scampi
1/2 bicchierino di rum
una punta di zafferano zafferano
2 cucchiari di formaggio spalmabile
olio extravergine d'oliva
erba cipollina fresca
timo fresco
sale

Procedimento

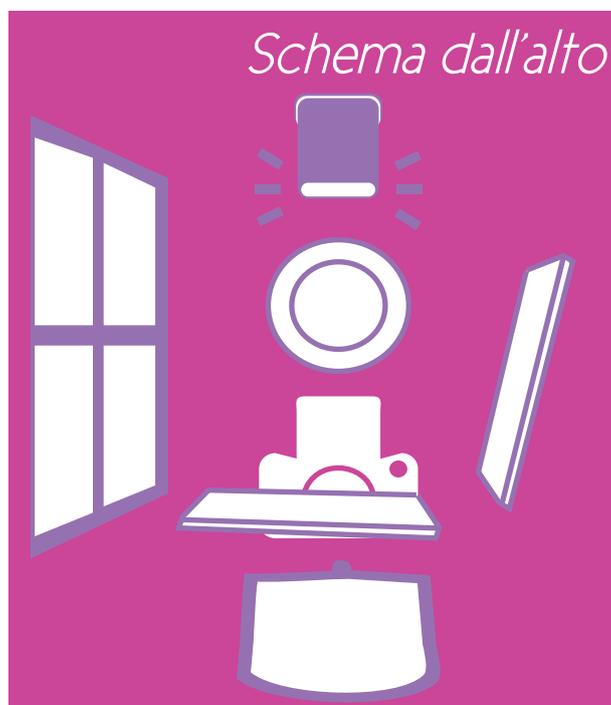
Preparate la salsa allo zafferano: scioglierete lo zafferano in una tazzina da caffè con un cucchiaino d'acqua calda. Aggiungete il formaggio spalmabile e amalgamate fino a ottenere una crema liscia ma non troppo liquida.

Pulite gli scampi, togliete le teste dividendo in due il crostaceo con un movimento dal basso verso l'alto, in questo modo l'intestino dovrebbe rimanere attaccato alla testa. Mettetele da parte (potete riciclarle per un fumetto di crostacei), eliminate il carapace dal corpo delle scampo aiutandovi con delle forbici da cucina e lasciando solo il pezzo finale della coda. Mettete le code di scampo in una marinata con olio, paprika e timo sminuzzato. Fate cuocere a fuoco dolce in una padella antiaderente gli scampi con la marinata, per un minuto circa, girandoli spesso e delicatamente. Aggiungete il rum (non sullo scampo ma a lato) e alzate la fiamma per far evaporare l'alcool.

Realizzate sul vostro piatto delle strisce di crema allo zafferano su cui poserete gli scampi.

Aggiungete a pioggia l'erba cipollina sminuzzata.

1/125 f/3.2



Scatto realizzato con l'utilizzo dei flash

Lo schema per questo scatto con illuminazione artificiale e naturale è il seguente:

1. Per illuminare il piatto da entrambi i lati usate da una parte la luce della finestra e dal lato opposto il pannello bianco che elimina le ombre
2. Indirizzate il flash verso l'alto per illuminare la parte superiore del piatto con la luce di rimbalzo
3. Per illuminare fronte e retro usate un flash portatile appoggiato sul tavolo e puntato verso il piatto a 45°, la luce rimbalzerà su un pannello bianco che posizionerete sopra la vostra macchina fotografica

Consigli di Food Styling

Per fotografare questo piatto seguite i seguenti suggerimenti:

1. Per questo set mi sono servita della crema di zafferano. Per decorare il piatto usate un pennello da cucina, immergetelo nella salsa e spennellate il bordo del piatto
2. Disponete la salsa allo zafferano nel piatto facendo tante strisce quanti sono gli scampi, partite dal centro del piatto e andate verso l'esterno formando dei raggi
3. Mettete la testa di uno scampo al centro del piatto e posate sui raggi di salsa le code
4. Fate scendere a pioggia l'erba cipollina per il colore di contrasto e spolverate il bordo del piatto con un po' di paprika



Hot tiramisù

Ingredienti x 4 persone

3 uova
3 cucchiaini di zucchero
250 gr di mascarpone
8 biscotti secchi
4 cucchiaini di rum
60 gr di cioccolato al peperoncino
cacao amaro in polvere
peperoncino in polvere (facoltativo)

Procedimento

Prendete 4 coppette e sul fondo di ognuna disponete 2 biscotti sbriciolati che bagneretei con un cucchiaino di rum.

Sciogliete 40 g di cioccolato mettendolo nel microonde a massima potenza per 30 secondi, poi mescolatelo e ripetete la procedura fino a che non sarà sciolto, fatelo sempre a intervalli di 30 secondi per evitare di bruciarlo.

Versate il cioccolato sui biscotti aiutandovi con un cucchiaino. Se volete usatene una parte per creare qualche decorazione. Fate riposare in frigo le coppette.

Nel mentre separate i tuorli dagli albumi, montate i tuorli con lo zucchero finché non diventeranno di un giallo molto chiaro, aggiungete il mascarpone e mescolate finché gli ingredienti saranno ben amalgamati.

Tritate a coltello il cioccolato rimasto e aggiungetelo al composto. Montate a neve ben ferma gli albumi aggiungendo un pizzico di sale e incorporateli al composto mescolando delicatamente dal basso verso l'alto.

Versate il composto nelle coppette e fate riposare in frigo per almeno 3 ore.

Prima di servire le vostre coppette, spolverizzatele con il cioccolato amaro in polvere mischiato ad un pizzico di peperoncino. Completate con la vostra decorazione di cioccolato.

1/125 f/3.2



Schema dall'alto



Scatto realizzato con l'utilizzo dei flash

Lo schema per questo scatto con illuminazione artificiale è il seguente:

1. Una softbox a lato del soggetto indirizza un flash sul soffitto che illumina di rimbalzo il set
2. Un piccolo flash portatile posato sul tavolo di fianco alla candela, indirizzato contro il cartoncino bianco posto dietro il soggetto, illumina lo sfondo e lo schiarisce

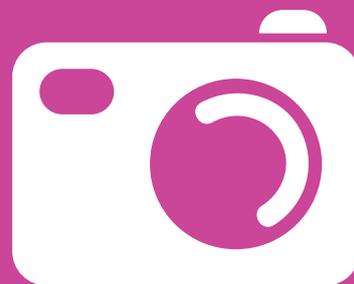
Consigli di Food Styling

Per fotografare questo piatto seguite i seguenti suggerimenti:

1. Lo scatto è ricco di dettagli che contestualizzano il tema della cena "afrodisiaca"
2. Le due coppette devono essere eleganti (il vetro è perfetto e in più permette di mostrare il contenuto goloso delle coppette)
3. Le decorazioni, realizzate con cuoricini di cioccolato, rendono romantico il dessert
4. Per accompagnare il dolce vi suggerisco due bicchierini di rum (che trovate anche nel fondo della coppetta mischiato ai biscotti e al cioccolato) disposti davanti ai due tiramisù
5. Ho inserito un piccolo peperoncino nell'angolo della foto che fa intuire che c'è qualcosa di "piccante" nel piatto
6. Per una nota di colore inserite cuoricini di carta e una candela di color rosso passione
7. Per un tocco di eleganza ho utilizzato un sottopiatto di ardesia e un pizzo ricamato
8. Il cucchiaino invita all'assaggio



Camera chiara



Basi di postproduzione
per far rendere le vostre
foto al massimo

Sei alle prime armi?

Aiutati con la postproduzione

Nell'era del digitale anche una foto mediocre può essere migliorata e soddisfare le vostre aspettative!

Dopo aver sperimentato le ricette di questo libro vi saranno sicuramente capitate alcune di queste situazioni:

- ho allestito il set correttamente vicino alla finestra con il mio piatto pronto per lo scatto, ma è scoppiato un temporale e le luci si sono abbassate, che fare? **Esponi correttamente la tua foto**
- il mio piatto è pronto, i flash sono posizionati, ma le batterie mi si sono scaricate dopo il terzo scatto, e ora? **Esponi correttamente la tua foto**
- ho terminato la carta stagnola e ho finito i cartoncini bianchi, ma me ne sono accorta prima di scattare, corro a comprarli? **Scurisci e schiarisci**
- ho impiegato più tempo del previsto a cucinare il mio piatto e devo accendere la luce di casa per illuminarlo meglio, ma il mio piatto bianco è diventato arancione, lo tingo? **Bilanciamento del bianco**
- ho fatto lo scatto finale del mio piatto e sono soddisfatta, ma prima di controllare la foto a video me lo sono mangiato, solo dopo mi accorgo che c'è una briciola davanti al mio gambero e che il tavolo è macchiato. Devo ricucinare tutto da capo? **Pulizia del set**

In questo capitolo vi spiegherò

come salvare le vostre foto nel caso di "incidenti di percorso", vi suggerisco comunque, prima di disallestire il vostro set di verificare sempre con il monitor del vostro pc gli scatti realizzati; spesso per distrazione non si presta attenzione a dettagli che potrebbero rovinare la vostra foto. Come prima regola vi suggerisco di scattare le vostre foto in formato "RAW" e non "JPG", questo vi permetterà di modificarle, con appositi software, senza perdere la qualità di partenza, mentre se si utilizza il JPG ad ogni vostra modifica la foto perderà di qualità.

Personalmente come software di post produzione utilizzo Camera Raw e Photoshop, ma potete usare anche Lightroom, che è molto più economico.

Nelle prossime pagine vi darò alcuni suggerimenti per "aggiustare" i vostri scatti, migliorando le luci, eliminando le ombre, adattando i colori ed eliminando gli elementi di disturbo.

Ovviamente le inquadrature e gli allestimenti dei set devono avere una buona qualità, le magie non si possono fare.



Esponi correttamente la tua foto



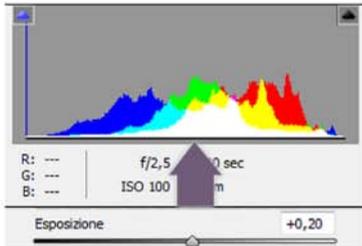
esposizione corretta



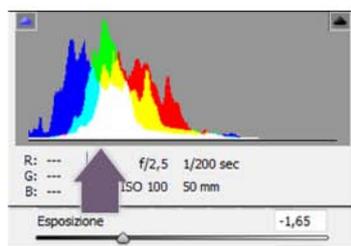
sottoesposta



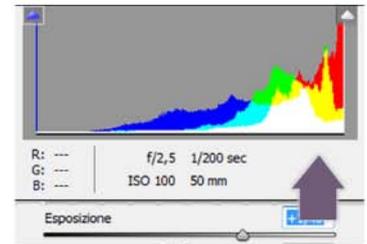
sovraesposta



Luci e ombre sono ben bilanciate al centro dell'istogramma



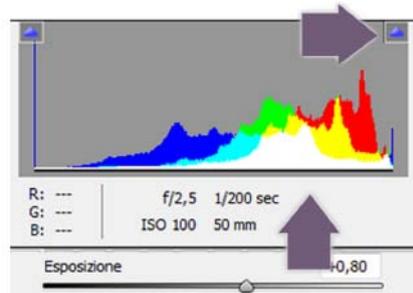
Prevalenza di ombre, l'istogramma è tutto spostato a sinistra



Prevalenza di luci, l'istogramma è tutto spostato a destra



verifica delle eventuali parti bruciate



Cliccando sul triangolo delle alte luci vengono evidenziate sulla foto le zone bruciate

La prima cosa da verificare nel vostro scatto è l'istogramma dell'esposizione che potete vedere anche in anteprima direttamente sulla vostra macchina fotografica.

Aprire lo scatto in raw con il vostro software e andate ad aggiustare l'istogramma spostando il cursore verso destra per aumentare le luci, oppure verso sinistra per diminuirle.

Nella fotografia food è prassi che lo sfondo del soggetto sia molto sovraesposto, ai limiti della bruciatura, soluzione obbligata in caso non abbiate elementi di sfondo.

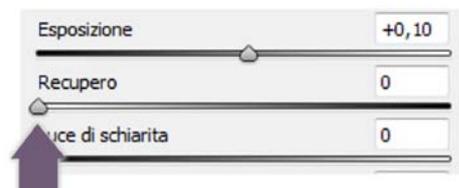
Utilizzate questo accorgimento in mancanza di luce e flash.

Scurisci e Schiarisci



Recupera i dettagli abbassando le luci

Prima



Dopo

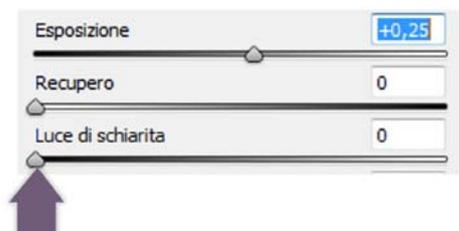


Per recuperare i dettagli del vostro scatto ove le luci sono troppo alte, procedete spostando verso destra il cursore del pannello "RECUPERO"



Elimina le ombre alzando le luci

Prima



Dopo



Per eliminare le ombre del vostro scatto procedete spostando verso destra il cursore del pannello "LUCE SCHIARITA"

Se non riuscite a utilizzare nel modo corretto i pannelli, per mascherare le luci forti o illuminare tutte le parti in ombra, potete utilizzare questi due strumenti.

Il primo vi aiuterà a recuperare i dettagli del vostro soggetto che sono stati illuminati troppo dalla luce.

Il secondo invece vi permetterà di schiarire ulteriormente le ombre sui bordi dei piatti o sotto i soggetti. Questi strumenti vi eviteranno di

usare troppi pannelli e relativi supporti per la gestione di tutte le fonti di luce.

Bilanciamento del bianco



Luce al neon



Lampadina

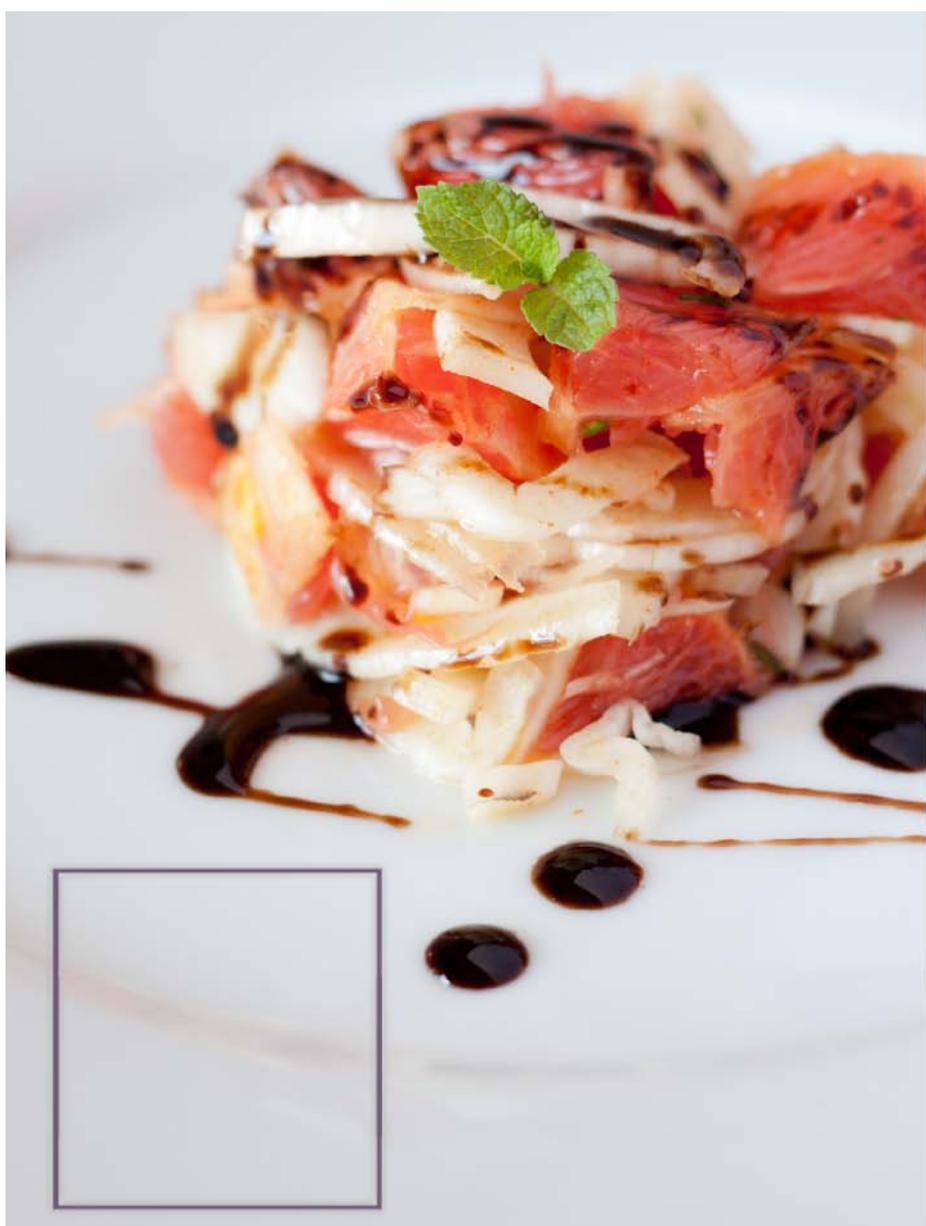
Pannello TEMPERATURA:



Se il vostro bianco tende al "blu" bilanciate verso il bianco spostando il cursore verso destra.



Se il vostro bianco tende al "rosso" bilanciate verso il bianco spostando il cursore verso sinistra



Spesso quando si scatta in casa e si utilizzano piatti o sfondi bianchi, può succedere che le vostre foto assorbano i colori dell'ambiente che le circonda. Questo vi capiterà sicuramente se i muri della vostra stanza sono di colori molto vivaci, o se utilizzate la luce artificiale. Se la vostra lampadina è al neon i bianchi prenderanno tonalità blu, al contrario con una lampadina tradizionale si avrà una dominante rossa.

Ricordatevi sempre di verificare i bianchi dei vostri scatti, il bianco deve essere BIANCO.

Servitevi del pannello "temperatura" per eliminare le dominanti colorate.

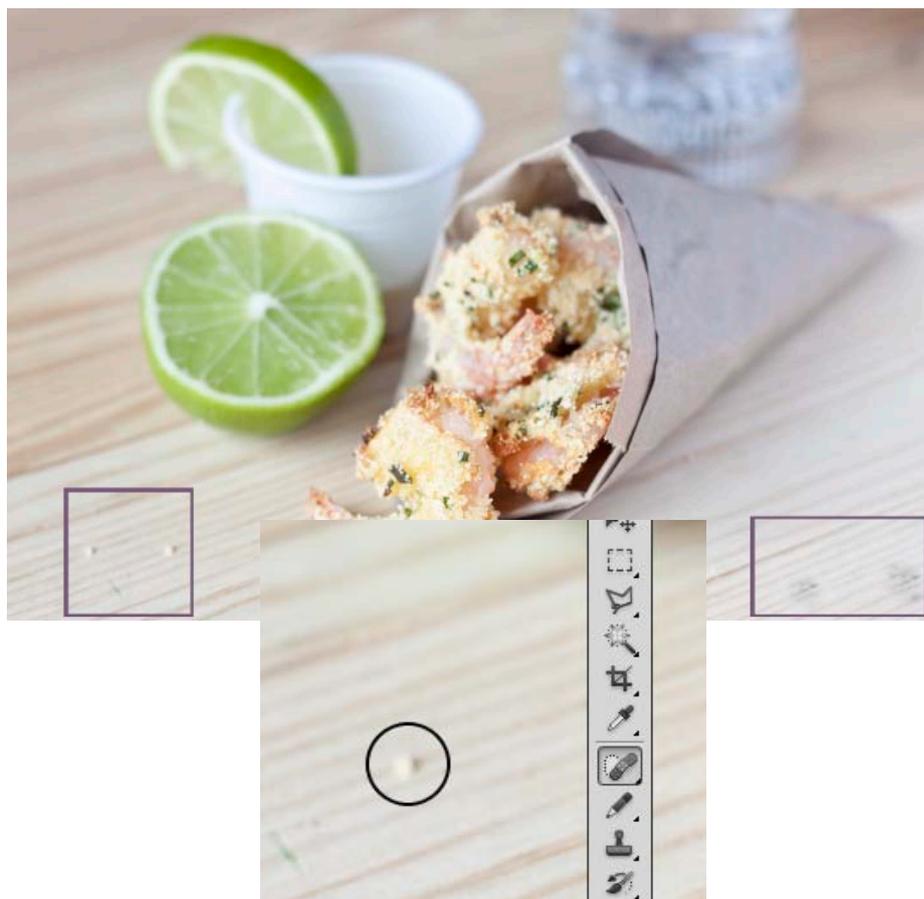
Al contrario, se non avete elementi bianchi e volete scaldare l'atmosfera delle vostre foto, aumentate la temperatura verso i colori caldi.

Pulizia del set

Se vi dovessero sfuggire alcuni elementi come briciole, piccole crepe, gocce di unto o salse, potete usare questo strumento di photoshop davvero utile ed efficace.

Selezionate il "pennello correttivo al volo" e cliccate semplicemente sulla cosa che volete eliminare e il gioco è fatto! Questo strumento è molto utile anche per aggiustare ingredienti non proprio perfetti (verdura o frutta macchiate etc.)

In alcuni casi è possibile inserire elementi di apparente "disordine", ma devono essere fatti con cura e metodo (ad esempio una goccia che sta colando da un dolce al cucchiaino lo rende "vivo").



La fine o l'inizio?

Siamo giunti alla fine di questo libro, ma siamo appena all'inizio del progetto...

Questo progetto inizia da questo primo libricino, ma è in costante evoluzione.

Essendo indirizzato ad amatori e non professionisti, mi piacerebbe seguirvi anche nella fase del vostro apprendimento e continuare a consigliarvi per raggiungere dei buoni risultati.

Metterò a disposizione sul sito www.cucinaefotografia.it un'area dove caricare le vostre foto, che verranno condivise sulla fanpage di facebook e commentate da me e da chi vorrà dare suggerimenti costruttivi.

L'idea è di mettere a disposizione uno spazio dove scambiarsi consigli sulle tecniche di foto-food e nuove ricette da provare tutti insieme.

Non escludo l'uscita di nuovi capitoli integrativi o anche di nuovi libri tematici.

Seguitemi su tutti i vari canali sociali per far crescere insieme il progetto.

E ora tutti ai fornelli!!!



www.facebook.com/cucinaefotografia



www.youtube.com/user/cucinaefotografia



www.pinterest.com/gyps75/cucina-e-fotografia/



plus.google.com/+Cucinaefotografia

Ringraziamenti

I ringraziamenti sono davvero tanti e li estendo a tutti gli amici che mi hanno dato suggerimenti e pareri sulle bozze del progetto ed in particolare:

Francesca e Alberto che hanno fatto un super lavorone per la correzione di tutti i contenuti

Chef per Caso per cui ho tenuto un corso di foto-food da cui è nata l'idea di questo progetto

Marco per l'ispirazione dei temi dei capitoli

Marcella e Andrea per il video promozionale

Lucia per la preparazione di alcuni piatti

ULTIME NOTE:

Le ricette di questo libro sono in parte inventate, in parte fornite da amici, altre prese in rete e rielaborate.

Gli eventuali brand inseriti NON sono per fini commerciali.

Tutte le foto di questo libro e il materiale testuale sono coperti da copyright di proprietà di Giorgia Calvi e pixeljuice snc, è vietata la vendita e la riproduzione commerciale.

Cucina e
Fotografia

