

Fotografía Gastronómica

@ l a c o c i n a d e l s r g u i l l e

Comencemos	5
Sin miedos ni complejos...esta es mi cámara!	5
- La foto me sale movida o con mucho ruido	5
- No me sale enfocada	6
- No hay manera de desenfocar el fondo	6
- Sale más amarilla o más azul de lo que estaba	6
- Parece un plato mucho más grande de lo que era!	6
Toda imagen necesita su iluminación	7
- La fuerza de la luz.	7
- Iluminación indirecta.	7
- Iluminación directa.	7
- Luz directa difusa.	7
- La dirección de la luz.	7
No solo componen los músicos	8
- En un restaurante:	8
- En tu casa:	8
Tu foto no necesita tanto maquillaje...	8

COMENCEMOS

Si abres alguna red social... fotos de comida de gente que a veces ni conoces. Si abres un grupo de whatsapp, tus primos los de Alcalá mandan una foto de la mariscada que se están pegando en sus vacaciones. Tu madre reclama una visita tuya con las fotos de sus croquetas y tus amigos te mandan fotos de cervezas para darte envidia el día que te quedaste en casa... La comida siempre ha formado parte de nuestra cultura... y la conexión de hoy en día hace que **la fotografía gastronómica** esté por todas partes! Y no siempre es buena.

Tampoco es plan de engañar al personal y hacer esas fotos de hamburguesas deliciosas que resultan ser un trozo de cartón con aditivos... pero una cosita intermedia podremos hacer... ¡Digo yo!.

SIN MIEDOS NI COMPLEJOS...ESTA ES MI CÁMARA!

No sé si te pasa a ti también... pero cuando me flipo con algún tema... empiezo a ver todo el equipo que hace falta, qué es lo que necesito y cuanto me costaría conseguirlo todo. Normalmente es una pasta y la mayoría de las ocasiones termino pasando del tema en cuestión.

Es cierto que hay una amplia variedad de objetivos, cámaras, flashes, difusores y un largo etcétera con el que aumentar nuestro equipo, pero, como dice mucha gente "**la mejor cámara es la que llevas contigo**", así que empieza por el móvil o dale uso a la cámara que te trajeron los reyes.

Sea como sea, estos son los **principales problemas técnicos** que puedes tener al hacer una foto;

- La foto me sale movida o con mucho ruido

Cuando pasa una de estas dos cosas (o las dos) significa que hay muy poca luz en el espacio donde estás haciendo la foto. Hay varias soluciones:

- Intenta mantener la cámara o móvil más estable durante la fotografía.
- Colócala en un trípode
- Trata de acercar el plato a una zona más iluminada.

Si tienes una cámara, y sólo te sale movida pero no te sale ruido, puedes tratar de aumentar el ISO, que es la sensibilidad del sensor de tu cámara. Eso si, si te pasas, te saldrá ruido.

Si por el contrario, te sale mucho ruido, pero la imagen no está movida, trata de reducir el ISO, y aumentar la velocidad de obturación, que es el tiempo que tarda la cámara en tomar la foto.

- No me sale enfocada

Tanto el móvil como el objetivo de tu cámara **necesita su espacio**. Si acercas demasiado el plato que quieres sacar, probablemente te salga desenfocado. Prueba a alejarte un poco y así tomarás una foto totalmente enfocada. Si después hay zonas que no te gustan, recórtala hasta que sólo quede lo que realmente quieres.

Los objetivos que consiguen enfocar desde muy cerca son los llamados "macro", y se suelen subir de precio... aunque la diferencia es brutal!

- No hay manera de desenfocar el fondo

Aunque parezca mentira, desenfocar **es más complicado** que enfocar. Quiero decir, esos fondos desenfocados que hacen que te fijes solamente en el primer plano sólo se consiguen con cámaras digitales de nivel medio-alto. Por lo general, los móviles enfocan toda la toma, y en muchas ocasiones tienen algunos filtros de desenfoco con los que hay que tener cuidado, que no siempre funcionan bien.

Si aún así quieres intentar desenfocar, te aconsejo que te acerques todo lo que te deje tu equipo al primer plano, y que alejes el fondo lo máximo que te deje el espacio donde estás trabajando.

- Sale más amarilla o más azul de lo que estaba

Eso se debe al **balance de blancos** de la cámara o móvil. Es muy común en la iluminación artificial que encontremos luces muy amarillas o luces muy azules. Esto "tiñe" toda la escena de ese color, pero nuestro ojo está acostumbrado a esos tonos y transforma lo que sabe que es blanco en el color que realmente tiene, y no en el que le da la luz.

Las cámaras hacen eso con el balance de blancos. Normalmente tiene una variedad de balances preestablecidos (luz diurna, sombra, tungsteno...). Si no os convence el color que tiene la foto, os aconsejo que vayáis variando esto hasta que encontréis el tono más realista.

De todos modos, estas tonalidades tienen solución una vez hecha la foto, porque cualquier programa de edición te lo retoca más o menos bien, incluso aplicaciones móviles.

- Parece un plato mucho más grande de lo que era!

Cada objetivo tiene una función. Evidentemente los móviles sólo tienen uno (o dos, los más avanzados) y suelen ser un poco "todoterreno". Por eso, suelen ser grandes angulares, de forma que nos sea posible hacer fotos tipo selphie.

El problema es que esto para los platos no nos viene del todo bien. En muchas ocasiones nos va a costar centrarnos en el plato, van a salir cosas que no queremos, y si jugamos con la perspectiva para evitar que haya fondo, suele dar la sensación de que el plato es mayor de lo que realmente es.

La solución a esto, suele ser hacer zoom. Si tienes una cámara réflex, los objetivos que mejor funcionan para la fotografía gastronómica son, por lo general, desde el 50mm hasta el 100mm.

TODA IMAGEN NECESITA SU ILUMINACIÓN

La luz es el punto más importante en la fotografía, y pocas veces le damos la atención que necesita, así que vamos a darle un vistazo rápido a algunos parámetros importantes...

- La fuerza de la luz.

A medida que vayas observando, te darás cuenta de que hay muchos tipos de iluminación. Ya sea natural o artificial, la luz para las fotografías trata de imitar una iluminación natural... y vamos a ver qué podemos encontrarlos:

- Iluminación indirecta.

La típica que te encuentras en una casa donde hay luz, pero no entra un rayo de sol por la ventana.

La iluminación indirecta es fácil de usar, las sombras de los objetos no son muy marcadas y todo lo que incluyas en la fotografía se verá correctamente. El problema, es que suelen dar como resultado fotografías demasiado planas, en las que es difícil diferenciar los volúmenes de los objetos.

- Iluminación directa.

En este caso sí que entra ese sol directo por la ventana. Es una iluminación más difícil, pues suele tener sombras muy pronunciadas en las que se pierde todo el detalle del objeto. Sin embargo, esta iluminación nos da una idea muy precisa del volumen y de la textura de lo que fotografiemos.

- Luz directa difusa.

Si le pones la cortina a ese sol directo, nos encontramos con este tipo de iluminación. Vamos a conseguir que tenga sombras, pero éstas van a ser más suaves. Es una luz especialmente buena para trabajar, pues tendremos lo mejor de cada una de las dos iluminaciones anteriores.

- La dirección de la luz.

La dirección de la luz es el siguiente paso fundamental. La luz artificial que nos encontramos en la mayoría de espacios suele ser cenital (vamos, que está arriba). Y esto nos dificulta por muchos motivos la toma de la fotografía. Por un lado, si queremos hacer la fotografía desde arriba, proyectaremos una sombra al plato, que queda horrorosa. Y después, suele ser muy directa, por lo que nos encontraríamos ante la iluminación que vimos en el punto anterior que ya comentábamos que era complicada por el tema de las sombras demasiado oscuras.

La otra dirección de luz que podemos encontrarlos es lateral. Ya sea por que venga de una ventana o porque la iluminación del local sea de pared. Esta nos va a permitir jugar mucho más, y, si no la tenemos, deberíamos intentar generarla con iluminación artificial. Según el ángulo del que tomemos la foto, podemos convertirla en lateral o frontal (ventana al lado o ventana

frente a nosotros). Por lo general, la forma más fácil de hacer fotos es la lateral...pero lo mejor es ir probando y ver qué te gusta a ti.

NO SOLO COMPONEN LOS MÚSICOS

Cuando vayas a hacer una foto, no te fijes sólo en lo que tú quieres que vea la gente, sino en todo lo que sale en la foto. Quiero decir... si, te han salido muy bien los buñuelos... pero en esa esquina tienes el rollo de papel de cocina, y el plato tiene en el borde manchurroneos de grasa... Si a eso le sumas el lamparón que tiene el mantel... ya pueden haberte quedado muy bien los buñuelos, que la foto no va a conseguir su propósito.

Y parece tonto, pero estamos muy acostumbrados a ver, todo el tiempo vemos fotografías, y somos muy exigente con lo que nos llega... pero no tanto con lo que producimos. La manera que yo encuentro más fácil de trabajar esto (al menos al principio) es hacer una primera foto, y observarla por zonas. Así evito mirar sólo lo que quiero y me doy cuenta de si al fondo sale un cubo de basura o de si en alguna esquina se ha colado algo que prefiero no incluir. Una vez corregido, vuelvo a tomar la foto y a ver si en esta ocasión he tenido más suerte.

En la realidad, podemos partir de dos casos muy distintos: estoy en un bar y me ha gustado la presentación del plato, o estoy en mi casa y quiero hacer una elaboración para fotografiarla. En unos casos vamos a poder modificar mucho el escenario y en otro no. Yo procedo de la siguiente manera:

- En un restaurante:

la prioridad es comer el plato bien, no retrasarse mucho y hacer una toma decente. Es recomendable retirar los cubiertos que están sucios y las copas que estén medio llenas. Haces una foto rápida, ves si está decente...y a comer!. Eso si, intenta aprovechar todos los conocimientos de iluminación de más arriba!

- En tu casa:

Lo mejor es tener un espacio para la foto. Yo suelo escoger el salón. Ahí decido qué luz va a tener el espacio y dónde voy a hacer la toma. Después incluyo el elemento principal (la elaboración, los ingredientes, el proceso de elaboración...depende de cada momento). Y lo coloco en el plano imaginando ya la foto. Finalmente voy componiendo la escena con los pequeños detalles. Por ejemplo, si hacemos un bizcocho, podemos incluir un poco de harina al lado. Si la receta lleva miel, podemos dejarla por ahí para que se perciba... o si es algo para desayuno, también podemos dejar una tetera al fondo.

TU FOTO NO NECESITA TANTO MAQUILLAJE...

Este último punto también es importante. Y es que nos flipamos. Empezamos a ver filtros, aumentos de saturación y cambios de tono, y al final nuestro corte de solomillo pasa de tener un ligero tono rojizo en el centro a un rojo radiactivo que parece desangrarse mientras lo ves.

Es cierto que a la mayoría de fotografías les viene bien un toquecito de contraste y quizá un poco de saturación. Pero ojo! Muchas veces el móvil ya viene con los parámetros modificados para que tú veas una foto directamente más saturada y más nítida.

Al hacer la foto, lo más útil es comparar con lo que tenemos delante. ¿Se parece? ¿Está más saturado de lo que estoy viendo en la mesa? ¿Está más amarillo o más azul de la cuenta?

Si todas estas preguntas tienen la respuesta adecuada, guardamos la foto y más adelante la retocaremos (cuando dejemos el restaurante o cuando terminemos con todas las fotos en casa). Después, editamos la foto teniendo en cuenta en todo momento la realidad como punto al que queremos llegar, mejorarla un poco tiene sentido... pero... como el maquillaje! No hay que pasarse. Cuando termines de retocarla, compárala con la original, y decide si te gusta más o no, o si te has pasado con algo en concreto o no.

Y... ¡Esto (no) es todo! Pero es una buena manera de comenzar. Te aseguro que si controlas estos parámetros, tus fotos van a mejorar enormemente, ¡Y cada vez más con el tiempo! Si tienes cualquier duda...pregúntame. Y si haces fotos y quieres una crítica constructiva... estoy dispuesto! Sólo tienes que contactar conmigo por Instagram [@lacocinadelsrguille](https://www.instagram.com/lacocinadelsrguille) o por mi correo del blog toctoc@lacocinadelsrguille.es.

Aunque hasta ahora mi blog sólo se ha especializado en recetas, incluiré un apartado de fotografía gastronómica e iré desarrollando estos puntos en entradas más detalladas y con ejemplos donde se vean claramente las iluminaciones de cada caso.

Espero que esto te haya servido y que no te hayas agobiado con tanta información!
Dale caña, carga la batería... y a fotografiar!

Guillermo Perea Piñero
PTFP Cocina y Pastelería