

16 FÉVRIER, 2019

**Nikon** | LEARN &  
EXPLORE

INTERMÉDIAIRE

# Conseils pour des photos gourmandes



**Macaron à la noix de coco** – D700, AF-S VR Micro-NIKKOR 105mm f/2.8G IF-ED, 1/1 250 seconde, f/3.5, ISO 200, exposition automatique programmée, mesure matricielle.

Une photographe pénètre dans un restaurant et demande une table près de la fenêtre. Ce qui se passe par la suite va inspirer les gourmands du monde entier... les gourmands amateurs de photos, en tout cas.

La photographe dont nous parlons est Alison Lyons. Bien qu'elle se considère plus comme une gourmande occasionnelle que comme un gourmet à part entière,

ses visites dans les restaurants et cafés s'apparentent autant à des expériences culinaires qu'à des opportunités de prendre des photos.

Ce sont aussi des occasions de développer et de peaufiner ses compétences, puisque trouver l'équilibre entre le résultat souhaité et la plus grande discrétion possible, peut être considéré comme l'ingrédient de base de sa recette pour une photographie culinaire sur place.

« On me jette parfois des regards curieux », confie Alison, « mais les gens sont généralement plus amusés qu'autre chose ». Bien sûr, j'essaie toujours de travailler aussi vite que possible par égard pour le restaurant et les autres clients, mais également pour que la nourriture reste fraîche et appétissante. Et comme j'ai hâte de manger, j'ai tout intérêt à photographier le plus vite possible ».

Alison attire parfois l'attention des propriétaires de restaurant. « J'étais dans un café l'autre matin et j'ai pris quelques photos », raconte-t-elle, « et la propriétaire est venue, préoccupée parce qu'elle pensait que quelque chose n'allait pas avec la nourriture ». Mais quand je lui ai dit que j'étais photographe, elle s'est détendue et il n'y a eu aucun problème. » Une autre fois, le propriétaire d'un restaurant s'est non seulement intéressé à ce que faisait Alison, mais également à la photographie. « J'ai passé un certain temps à discuter avec lui, et il m'a dit qu'il avait employé un photographe dans le passé, mais n'était pas très satisfait des photos. J'ai fini par lui donner des copies des photos que j'avais prises en suggérant qu'il communique avec moi la prochaine fois qu'il aurait besoin de photos. » En général, chaque fois que les propriétaires ou gérants lui témoignent de l'intérêt, Alison leur donne des tirages.

## Conseils et astuces pour de magnifiques photos culinaires

Les restaurants ne sont pas les seuls endroits où elle photographie des aliments. Plusieurs des photos présentées ici ont été prises chez elle. « Chez moi, je dispose évidemment d'un contrôle créatif beaucoup plus important », déclare-t-elle, « ainsi que de quelques endroits offrant une très belle lumière ». Il y a une lucarne dans la cuisine qui agit comme une grande boîte à lumière (elle propage agréablement la lumière) et j'ai une petite cour qui me permet de prendre des photos à l'extérieur. » L'un des avantages majeurs de la photographie culinaire à la maison, c'est de pouvoir se concentrer sur la photographie plutôt que sur le fait de manger. Peut-être plus important encore pour les photographes culinaires en herbe, Alison suggère qu'une séance de photographie culinaire à la maison est un « excellent entraînement pour une expérience en restaurant ».

De temps en temps, elle fait des photos dans d'autres endroits. Les thés (photo 5 illustrant cette histoire) ont été pris dans son bureau (Alison est la directrice

artistique d'une agence de publicité et de conception). Quant à la photo de fromage et de craquelins, elle a été prise chez un ami. « Le fromage était fait maison et était plutôt spécial pour elle », raconte Alison, « et je lui ai offert un tirage de cette photo ».

Pour les prises de vue en restaurant, l'éclairage est un élément important à prendre en compte.

« Je vais délibérément m'asseoir près d'une fenêtre », confie Alison, « et je me mets même parfois à une autre table ou je déplace les plats sur une autre table. Pour la photo de la meringue à la pistache [numéro 4], j'ai acheté plusieurs gâteaux dans un café, parce qu'ils étaient vraiment photogéniques, et j'ai [changé] de table trois fois pour trouver une position qui permettait de créer ce joli bokeh en arrière plan. Tout dépend si le personnel du café ou du restaurant est serviable. » Bien sûr, parler de photographie avec le propriétaire et lui donner des tirages, sans parler de se montrer fidèle à la boutique, peut grandement contribuer à le rendre « serviable ».

Souvent, la photographie exige des décisions très spontanées. Il est possible qu'Alison voit une illustration sur un menu ou un plat servi à une table voisine, décide que c'est un bon sujet, commande la même chose et prene des photos. « Récemment, un restaurant avait des pâtisseries particulièrement jolies, et j'en ai commandé pour les photographier, pas pour en manger. »

Quant au matériel, elle s'en tient à l'essentiel : un reflex numérique, un ou deux objectifs et une grande aisance pour effectuer des réglages rapides sur l'appareil.

Chez elle et dans les restaurants, elle opère comme sa propre styliste culinaire, en s'appuyant sur son expérience dans le domaine artistique et sur la compétence qui entre en jeu dans ce qu'elle se plaît à appeler « le travail du jour ». Être styliste culinaire peut impliquer simplement de déplacer des plats : « La nourriture peut être un peu trop près, donc je dois mettre le plat de l'autre côté de la table ». Cela peut également impliquer de créer une composition dans une composition en réorganisant les aliments dans l'assiette pour qu'ils apparaissent sous leur meilleur jour, puis en positionnant l'assiette pour un bon cadrage.

---

“ [Une prise de vue d'aliments dans une petite assiette est] mieux équilibrée, plus attrayante et plus appétissante lorsque la nourriture remplit bien l'assiette. À mes yeux, les entrées ont toujours meilleur aspect que le plat principal. ”

---



**Thé chai au lait de soja** – D3S, AF-S NIKKOR 28-300mm f/3.5-5.6G ED VR, 1/250 seconde, f/5, ISO 200, exposition automatique programmée, mesure matricielle.

Dans le cas de la photo du thé chai au lait de soja (à gauche), le repositionnement a nécessité de retirer le plat de la table. « La tasse n'avait pas de anse et faisait l'effet d'un cercle inscrit dans le cercle de la sous-tasse, alors j'ai pensé qu'une prise de vue aérienne serait parfaite. J'ai posé la sous-tasse et la tasse sur une chaise près de moi pour obtenir la hauteur nécessaire à la prise de vue. »

Isoler son sujet est presque toujours une bonne idée. « Je pense qu'avec la photographie culinaire, les images les moins encombrées fonctionnent mieux. Une de mes amis, professionnelle en photographie culinaire, suggère de retirer tout ce qui se trouve en arrière-plan. Elle m'a aussi donné une astuce intéressante : les verres à vin semblent toujours trop hauts sur les photos, raison pour laquelle les professionnels utilisent souvent des verres plus courts, comme les verres à sherry ou des verres avec un pied plus court. »

Elle a aussi appris qu'il est presque toujours préférable de retirer les couverts de la zone d'image, d'une part pour éviter les reflets, mais aussi parce qu'elle estime que cela peut constituer une distraction. « Souvent, dans les restaurants, les couverts sont assez rayés. Mais si vous prenez des photos chez vous et que vous possédez quelque chose de spécial (une cuillère de service ancienne, par exemple), c'est différent. »

Puisqu'Alison photographie des aliments déjà servis, aucune des méthodes de préparation de photographie culinaire professionnelle n'entre en jeu. Une séance de prise de vue professionnelle d'un hamburger, par exemple, peut nécessiter d'examiner littéralement des centaines de petits pains à la recherche de l'article parfait. L'objectif des images culinaires professionnelles est que les aliments paraissent délicieux sur les photos, pas nécessairement qu'ils ressemblent à ce que vous auriez dans l'assiette si vous alliez le manger. « Certains aliments sont plus esthétiques crus que cuits », dit Alison.

« Le saumon fumé, par exemple. Alors, les photographes culinaires demandent souvent à ce que le plat soit préparé sans cuire le poisson, pour qu'il paraisse plus brillant, plus frais et plus appétissant. »

Alison est tellement impliquée dans ses photos culinaires qu'elle n'hésite pas à retourner dans un restaurant pour obtenir une meilleure photo. « Je suis allé une fois dans un café et j'ai commandé un gâteau particulier. J'ai aimé les photos du gâteau, mais je pensais pouvoir mieux faire, alors je l'ai commandé à nouveau la semaine d'après. »

Dans la plupart des cas, Alison favorise la faible profondeur de champ que son objectif AF-S VR 105mm Micro-NIKKOR f/2.8G IF-ED offre lorsqu'il est utilisé près du sujet. Le flou qui détourne l'attention de l'arrière-plan est l'une des raisons, mais « Il s'agit également d'un processus de décision pour connaître le meilleur point de mire pour présenter le plat. J'apprécie une courte profondeur de champ, mais je modifie ce réglage lorsque j'ai besoin de mettre au point une plus grande partie de l'image. Souvent, je fais la mise au point sur différentes zones de l'aliment pour voir laquelle a le meilleur aspect. Je sais que quelle que soit l'image, vos yeux se poseront sur la zone la plus contrastée. Alors, j'essaie également de faire de cette zone la partie la plus nette de la photo. Je ne veux pas que le contraste et la netteté se disputent votre attention. »

Elle a également remarqué que sur les photos, les aliments ont souvent meilleur aspect sur de petites assiettes. « La nourriture est mieux équilibrée, plus attirante et plus appétissante lorsqu'elle occupe plus d'espace dans l'assiette. À mes yeux, les entrées ont toujours meilleur aspect que le plat principal. »



**Près de la rivière** – D700, AF-S VR Micro-NIKKOR 105mm f/2.8G IF-ED, 1/2 000 seconde, f/3, ISO 200, exposition automatique programmée, mesure matricielle.

## Pour débiter

Pour les gourmands amateurs de photographie qui souhaitent imiter ses efforts, Alison suggère de se familiariser avec la manière dont les aliments sont photographiés dans les magazines et les livres de cuisine. Pas pour copier, mais pour s'inspirer. « Je suis sûre que ma façon de choisir et de disposer les aliments pour les photos a été inconsciemment influencée par ce que j'ai vu dans les livres de recettes et les magazines culinaires. Je n'y cherche pas des idées, mais je vois le travail qui a été fait. »

Elle évoque également que les festivals en plein air et les marchés alimentaires sont d'excellents endroits pour commencer. « Quand je voyage, je trouve que les marchés de produits du terroir regorgent d'opportunités de photo culinaire. Les gens sont généralement détendus et très conviviaux. Vous êtes à l'extérieur, donc l'espace est parfait pour la photographie, et la lumière est souvent très agréable car elle peut être filtrée par des parapluies ou des arbres. »

Les restaurants et les cafés présentent une situation différente, bien sûr, mais tant que la « discrétion » et la « rapidité » figurent dans votre menu, les chances de réussite sont bonnes. « J'ai remarqué que la plupart des restaurants coopèrent si

vous êtes rapide et professionnel, et si vous ne gênez pas les autres clients en vous levant. La plupart du temps, je reste assise pour prendre des photos. Et si le café est un peu vide, j'ai tendance à me déplacer à une autre table et créer un peu plus de mouvement pour photographier la nourriture. »

Par ailleurs, si vous n'avez pas de reflex numérique, votre COOLPIX fera très bien l'affaire pour la photographie culinaire. Passez en mode priorité à l'ouverture ou en mode manuel pour contrôler la profondeur de champ, ou choisissez simplement le mode scène pour les gros plans ou les aliments. Ce dernier activera automatiquement le mode Macro, annulera le flash automatique, définira le mode de zone AF sur manuel et vous permettra d'effectuer un réglage des teintes.

*[Note de la rédaction : Découvrez également l'objectif AF-S DX Micro-NIKKOR 40mm f/2.8G, plus abordable.]*

# 5 conseils pour les photographes gourmands

Puisque les photos d'aliments pour les blogues ou les sites Web culinaires, ou celles qui sont partagées entre amis sont des photos de plats habituellement servis dans un restaurant ou chez vous, nous avons inclus des conseils qui pourront vous servir dans chacune de ces deux situations.

1. **L'éclairage est important.** La lumière d'une fenêtre est une excellente source d'éclairage. Elle est vaste et elle peut envelopper agréablement votre sujet lorsqu'elle est diffuse. Lorsqu'une lumière crue entre par les fenêtres, intégrez des ombres dans votre composition. Une fenêtre de toit est une source lumineuse idéale pour un éclairage vaste et diffus.
2. **La composition est cruciale.** Puisque la nourriture dans l'assiette, le bol ou le verre est le point de mire de la photo, limitez les distractions en arrière-plan. Un objectif rapide vous permettra d'utiliser la faible profondeur de champ à votre avantage en rendant l'arrière-plan flou. Tout comme les gens estiment avoir un côté plus photogénique que l'autre, il en est de même pour les aliments. Faites tourner le plat sur lui-même pour déterminer le côté le plus photogénique.
3. **Ne compliquez pas les choses.** Lorsque vous prenez des photos dans un restaurant, soyez poli à l'égard des serveurs et des autres clients. Contentez-vous de la lumière disponible. Augmentez la valeur ISO si nécessaire et prenez des photos avec une ouverture plus grande. C'est pourquoi un objectif rapide peut faire toute la différence quant à la vitesse à laquelle vous prenez des photos.
4. **Recommencez!** Si vous aimez le sujet, mais pas les images lorsque vous les regardez sur votre ordinateur, il y a des chances que le plat soit toujours au menu si vous y retournez. Amenez un ami si vous ne voulez pas manger seul.
5. **Expérimentez.** Il est plus facile de prendre des photos dans votre propre cuisine que dans un restaurant. Utilisez un choix éclectique de plats ou de verres. Faites des essais d'éclairage, en utilisant des gélatines ou en changeant l'équilibrage des blancs pour modifier l'atmosphère de l'image.



