KAPITEL 3

Im richtigen Licht

In diesem Kapitel komme ich auf den vielleicht wichtigsten Punkt in der Food-Fotografie zu sprechen: das Licht. Licht verleiht Ihrem Food-Foto Tiefe und Stimmung. Durch das Licht kann es hell und freundlich wirken oder auch rustikal und düster. Licht können Sie wunderbar modellieren und Ihrem Geschmack anpassen. Mögen Sie lieber harte Schatten oder darf es doch etwas zarter sein? Bevorzugen Sie eher Seitenlicht oder doch lieber Gegenlicht? Licht beeinflusst alle Elemente Ihres Fotos – von Ihrem Food-Model selbst bis hin zu der Umgebung, in der es sich befindet.

Haben Sie sich vielleicht schon einmal an das Fotografieren mit Blitz gewagt? Waren die Ergebnisse eher ernüchternd oder doch zufriedenstellend? Vielleicht habe ich in diesem Kapitel ein paar Antworten auf Ihre Fragen. Ich kann Ihnen sagen, ich liebe das Arbeiten mit Tageslicht. Für mich ist es einfach das schönste und lässt Food-Fotos ganz besonders erstrahlen. Mit Blitzen arbeite ich eher selten, aber dennoch möchte ich Ihnen im weiteren Verlauf das Arbeiten damit kurz vorstellen. Vielleicht ist es ja bei Ihnen eher so, dass Sie das Fotografieren mit Blitz bevorzugen. Warum nicht? Jeder Food-Fotograf sollte mit dem Licht arbeiten, das für ihn am komfortabelsten ist. Vielleicht haben Sie auch aufgrund Ihrer beruflichen Tätigkeit oder Ihres Familienlebens tagsüber nie Zeit zum Fotografieren und müssen deshalb mit Blitzlicht arbeiten. Keine Sorge, ich denke, dieses Kapitel wird Ihnen helfen, das für Sie passende Licht zu finden.

Haupt- und Fülllicht

Bevor Sie sich jedoch entscheiden, welche Lichtquellen Sie in Ihren Bildern einsetzen möchten und wie Sie jede einzelne davon am besten handhaben, ist es wichtig zu wissen, was es mit Hauptlicht und Fülllicht auf sich hat.

Da Food-Fotos in allererster Linie authentisch wirken sollen, empfiehlt es sich, immer nur *eine* Hauptlichtquelle auszuwählen. Dies kann die Sonne oder eine beliebige Kunstlichtquelle sein. Entscheiden Sie sich und stimmen Sie den Weißabgleich Ihrer Kamera auf diese Lichtquelle ab. Schalten Sie dann alle anderen Lichtquellen aus. Wenn Sie beispielsweise am Küchenfenster Ihre kleine Fotoecke haben, schalten Sie demnach das Oberlicht im Zimmer aus, da es sonst zu Mischlichtsituationen kommt und der Weißabgleich Ihrer Kamera überfordert ist. Das Ergebnis wäre künstlich (wie ein falscher Weißabgleich aussehen kann, haben Sie ja bereits in Kapitel 2 kennengelernt).

Das Hauptlicht bestimmt die Gesamtwirkung Ihres Food-Fotos nachhaltig, es bestimmt den Kontrast, den Schattenwurf, die Atmosphäre und betont entweder die Texturen und Konturen des Food-Models oder reduziert deren Wirkung.

Ergänzt wird das Hauptlicht in der Regel durch Fülllicht. Es hat die Aufgabe, die Lichtsituation im Bild zu optimieren, das heißt in der Regel, den Kontrast zu verringern, also Schatten aufzuhellen. Es ist auch möglich, mit einem zweiten Licht einzelne Bildteile extra hervorzuheben, indem Sie einen Lichtpunkt an eine ganz bestimmte Stelle im Bild setzen.

In der einfachen Fotografie wird das Fülllicht durch eine Reflexion des Hauptlichts gebildet, also indem Sie einen Aufheller oder Reflektor gegenüber der Hauptlichtquelle positionieren. Komplexer wird es, wenn Sie an der Stelle eine zweite Lichtquelle einsetzen, die jedoch weniger hell eingestellt wird als das Hauptlicht.

Tageslicht

Mein absoluter Favorit ist das Tageslicht, denn es ist jeden Tag aufs Neue verfügbar, es lässt sich wunderbar mit ihm arbeiten und zudem ist es noch kostenlos. Zum Fotografieren eignen sich besonders die erste und die letzte Sonnenstunde des Tages, die sogenannten goldenen Stunden, die Food-Fotos erhalten so weniger Kontrast und weichere Schatten. Die Frage ist nur, wer hat da immer Zeit?

Damit Sie mit Tageslicht arbeiten können, brauchen Sie nicht unbedingt ein überdimensioniertes Fenster, schon ein kleineres bringt Ihnen genügend Licht für stimmige Food-Fotos. Es ist jedoch wahrscheinlich, dass Sie dann längere Belichtungszeiten und damit ein Stativ benötigen.

Am besten eignet sich ein Fenster, durch das kein direktes Sonnenlicht fällt. Wenn Sie über ein Fenster, das nach Norden ausgerichtet ist, verfügen, können Sie sich freuen. Mit diesem

Gestalten mit Tageslicht? Unterschätzen Sie nicht die Gestaltungsmöglichkeiten, die Ihnen Tageslicht bietet: je nach Wetter (ist es sonnig oder bewölkt?), Tageszeit (welche Farbe hat das Licht?) und Richtung, aus der es auf Ihr Food-Model fällt (seitlich oder von hinten?).

indirekten, diffusen, weichen Fensterlicht können Sie den ganzen Tag über arbeiten und erhalten eine Lichtsituation im Bild, die kaum einer zusätzlichen Bearbeitung bedarf. Perfekt!

Ist Ihr Fenster anders ausgerichtet, vermeiden Sie möglichst die direkte Sonne, also achten Sie auf die Tageszeit und auf das Wetter. Geht es mal nicht anders, schafft ein Diffusor Abhilfe, der das direkte Sonnenlicht weich streut (mehr dazu im weiteren Verlauf dieses Kapitels).

Wenn Sie fotografieren möchten, müssen Sie Ihr Set nicht zwingend direkt an einem Fenster aufbauen, Sie können auch etwas entfernt von ihm stehen. So sind Sie etwas flexibler und können um den Tisch herumlaufen und verschiedene Winkel (s. Seite 59) ausprobieren. Einziger Nachteil wird sein, dass Sie die Belichtungszeit verlängern müssen (s. Seite 19), das ist aber nicht wirklich tragisch, da Sie sicher eh mit einem Stativ arbeiten.

Hier in meinem Beispiel habe ich einmal Aprikosen mit Thymian für Sie fotografiert. Wie Sie sehen, habe ich dafür keinerlei Aufheller, Abschatter oder Diffusoren benutzt. Reines Tageslicht funktioniert also wunderbar für Food-Fotografie, wenn Sie starke Kontraste und ausgeprägte Schatten mögen.



Food-Foto mit natürlichem Tageslicht ohne Diffusor oder Aufheller.
ISO 100, 1/20 Sek., f/4.5, 100 mm



Hier sehen Sie das Set für die Aufnahme der Aprikosen.

Kunstlicht

Nicht immer haben Sie die Gelegenheit, das natürliche Tageslicht zum Fotografieren Ihrer Food-Models zu nutzen, sei es im Winter, wenn die Tage recht kurz sind, oder weil Sie zeitlich einfach nicht dazu kommen. Keine Angst, das ist kein Beinbruch. In der heutigen Zeit gibt es einige Alternativen, die Ihnen auch spät in der Nacht das Fotografieren erlauben.

Zum einen gibt es das Blitzlicht (nein, ich rede nicht von dem eingebauten Blitz in Ihrer Kamera, den vergessen Sie bitte ganz schnell wieder!) und zum anderen das sogenannte Dauerlicht.

Jetzt werden Sie sicher denken, das ist alles sehr kompliziert. Ist es aber in der Regel nicht, besonders, wenn Sie mit Dauerlicht fotografieren möchten. Wie das funktioniert und wie Sie mit Blitzen an Ihren Food-Fotos arbeiten können, zeige ich Ihnen im weiteren Verlauf.

Wofür Sie sich dann entscheiden, hängt ganz von Ihrer Vorliebe oder Ihren Fähigkeiten ab. Denken Sie daran, auch Kunstlicht kann wie Tageslicht wirken, und darüber hinaus hat Kunstlicht einen ganz entscheidenden Vorteil: Es ist genauso, wie Sie es haben möchten, und es bleibt, wie es ist. Sie sind also unabhängig von Wetter und Tageszeit und bestimmen für jedes Ihrer Food-Fotos selbst, welche Richtung, Qualität, Helligkeit und Farbe das Licht haben soll.

Ich stelle Ihnen zunächst die wichtigsten Kunstlichtquellen vor und zeige Ihnen dann, wie Sie deren Licht mit Reflektoren, Abschattern und Diffusoren gestalten.

Blitzlicht

Blitzlicht ist eine tolle Lichtquelle, die Sie gut nutzen können, da sie ungemein flexibel ist.

- Sie können es zu jeder Tages- und Nachtzeit einsetzen mit der immer gleichen Lichtqualität.
- Sie können mit Blitz auch aus der Hand fotografieren und so auf ein Stativ verzichten.
- Sie können leichter als mit Tages- oder Dauerlicht Bewegungen festhalten bzw. einfrieren.
- Der Blitz wirft ein neutralweißes Licht mit einer dem Tageslicht ähnlichen Farbtemperatur.

Einige von Ihnen werden jetzt begeistert sagen: »Ja, meine Kamera hat einen Blitz!« Dies ist aber nicht wirklich ein Grund zur Freude. Denn der interne Blitz einer Kamera gibt sein Licht immer genau frontal auf das Food-Model ab und führt schnell zu flachen, unappetitlichen Ergebnissen. Das glauben Sie nicht? Schauen Sie sich einmal die beiden Vergleichsbilder auf der nächsten Seite an. Das linke Foto wirkt flach und hat wenig Tiefe, da ich mit meinem Kamerablitz direkt aufs Food-Model losgegangen bin. Beim rechten Foto hingegen habe ich den M-Modus meiner Kamera genutzt und mit einem Stativ fotografiert. Die Schatten sind weich und die Konturen des Food-Models sind schön zu sehen. Welches der beiden Fotos finden Sie denn ansprechender?

Sollten Sie dennoch einmal mit dem integrierten Blitz Ihrer Kamera fotografieren müssen, versuchen Sie, ihn so gut wie möglich abzumildern, mit einem Taschentuch, weißem Backpapier oder einem Stück weißen Stoff wie Bettlaken oder auch Mull. Ich stelle Ihnen zunächst die wichtigsten Kunstlichtquellen vor und zeige Ihnen dann, wie Sie deren Licht mit Reflektoren, Abschattern und Diffusoren gestalten.

Links: Hier habe ich das Bruschetta frontal angeblitzt. Das Food-Foto wirkt flach, die Schatten fallen hinter das Food-Model.

ISO 100, 1/6 Sek., f/5.6, 100 mm

Rechts: Hier habe ich im M-Modus meiner Kamera fotografiert, ohne Blitz.

ISO 100, 1/3 Sek., f/5.6, 100 mm





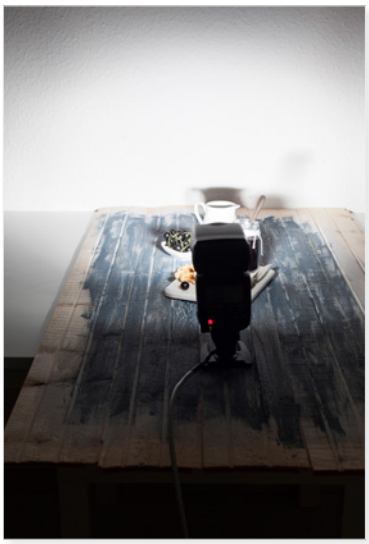
Systemblitz

Viel empfehlenswerter ist die Verwendung eines Aufsteckblitzes, den Sie über spezielle Kabel- oder Funkadapter auch entfesselt, also losgelöst von der Kamera, nutzen können. Einige von Ihnen werden vielleicht schon einen Systemblitz besitzen, nur, wie gehen Sie am besten damit um? Oder haben Sie damit schon experimentiert, sind aber mit den Ergebnissen nicht ganz zufrieden? Wichtig beim entfesselten Blitz wie auch beim Studio- und internen Blitz ist, dass Sie Ihr Food-Model nicht direkt anblitzen. Wie Sie jetzt bereits wissen, wirkt das Food-Model dadurch flach, wirft starke Schatten und sieht nicht sehr appetitlich aus. Was also tun? Als Erstes können Sie die Position des Blitzes verändern. Von frontal auf beispielsweise hinten seitlich. Wie Sie auf der nächsten Seite sehen können, wirkt diese Art der Beleuchtung sehr dramatisch, hart und kontrastreich.

Links: Der Aufsteckblitz steht frontal zum Food-Model und blitzt dieses direkt an.

Rechts: Die direkt angeblitzten Waffeln mit Marmelade wirken wenig einladend.

ISO 100, 1/41/4 Sek., f/6.3, 100 mm





Vergessen Sie den eingebauten Blitz. Versuchen Sie so wenig wie möglich – am besten gar nicht – mit dem kamerainternen Blitz zu fotografieren.





Links: Der Aufsteckblitz steht nun hinten seitlich zum Food-Model. Es sind deutlich ausgeprägte Schatten erkennbar.

Rechts: Hier steht der Aufsteckblitz hinten links zum Set. Sie erkennen deutlich harte Schatten. Die rechte Seite ist viel zu dunkel.

ISO 100, 1/4 Sek., f/5.6, 100 mm





Links: Zur Abmilderung der Schatten und Vergrößerung der Lichtquelle habe ich einen Diffusor vor dem Aufsteckblitz positioniert.

Rechts: Die Schatten sind durch den Diffusor deutlich abgemildert, das Licht fällt gleichmäßiger.

ISO 100, 1/4 Sek., f/5.6, 100 mm





Links: Hier habe ich zusätzlich zum Diffusor einen Aufheller rechts vom Set positioniert.

Rechts: Die Vorderseite der Waffeln ist durch die Positionierung der Styroporplatte rechts deutlich heller.

ISO 100, 2 Sek., f/5.6, 100 mm

Eine Möglichkeit, dieses harte Licht abzumildern, ist das Nutzen eines Diffusors (mehr dazu später im Verlauf dieses Kapitels). Diesen platzieren Sie direkt vor Ihrem Blitz. Das harte Licht wird dadurch diffus und die Schatten deutlich weicher. Sehen Sie den Unterschied?

Um jetzt aber auch die dunklen Stellen vorne im Food-Foto noch aufzuhellen, können Sie dem Blitz gegenüber einen Reflektor platzieren. Wie Sie sehen, werden die Schatten weniger tief und das Foto wird insgesamt etwas aufgehellt.

Ich finde, das bearbeitete Ergebnis hat ein bisschen was von Morgenstimmung, und die hellen Lichtstrahlen, die von links nach rechts ins Foto laufen, könnten fast Sonnenstrahlen sein, mit ein bisschen Fantasie zumindest.

Wenn Sie entfesselt blitzen, können Sie durch die Änderung der Position des Blitzes und des Abstrahlwinkels ganz verschiedene Stimmungen erzielen. Probieren Sie es einfach mal aus.



Das Ergebnisfoto nach Bearbeitung mit Lightroom.
ISO 100, 2 Sek., f/5.6, 100 mm

Entfesseltes Blitzen? Fotografieren mit Studio- oder Aufsteckblitz wird auch entfesseltes Blitzen genannt, da der Blitz räumlich von der Kamera getrennt ist.

Blitzanlage

Blitzanlagen sind um einiges größer als Aufsteckblitze, geben also wesentlich mehr Licht ab, und sind auch teurer. Komplette Sets inklusive einer Auswahl von Lichtformern bekommen Sie im Internet schon recht günstig. Versuchen wir doch mal im Folgenden, ein eher schlechtes Ausgangsfoto in ein »leckeres« Food-Foto umzuwandeln.

Für mein Eis-Shooting habe ich meine Requisiten mit Dummy (s. Seite 90) und den Studioblitz hinter dem Set positioniert. Das Testfoto zeigt starke Schatten und hohe Kontraste, diese entstehen durch hartes Licht. Das harte Licht wiederum entsteht dadurch, dass die Blitzlampe ungehindert mit voller Leistung auf das Set blitzen kann.

Hartes Licht kann auch ein gestalterisches Mittel sein, in meinem Fall wollte ich aber eher ein diffuses, ausgeglichenes Licht.

Erste Abhilfe schaffen hier eine Softbox oder ein Diffusorschirm. Das Licht wird weicher und die harten Schatten werden abgemildert. Beim Verwenden einer Softbox ist das Licht gerichteter, ein Diffusorschirm streut das Licht hingegen etwas mehr. Um die linke Seite des Sets etwas abzudunkeln, stellte ich zusätzlich zwei Abschatter auf. Sehen Sie den Unterschied zum vorangegangenen Foto?

Es ist kein Muss und war eher eine spontane Idee von mir, dass ich einen zusätzlichen Diffusor vor dem Blitz positionierte. Dadurch wird der Helligkeitsverlauf von oben nach unten abgemildert und der Lichteinfall an sich ist ausgeglichener und harmonischer. Probieren Sie mit den Mitteln, die Ihnen zur Verfügung stehen, einfach ein bisschen herum, das ist erlaubt und auch so lernen Sie dazu.





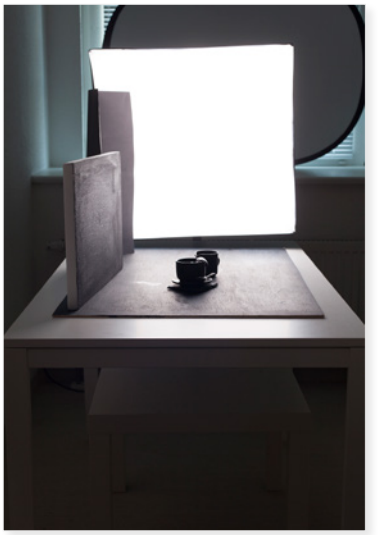
Links: Der Studioblitz, ohne Softbox, steht direkt hinter dem Set. Er fungiert als Gegenlichtquelle.

Rechts: Das erste Testfoto zeigt deutlich harte Schatten vor den beiden Requisiten mit Dummy.
ISO 100, 1,5 Sek., f/5.6, 100 mm

Links: Hier habe ich den Studioblitz mit einer Softbox versehen und links am Set zwei Abschatter positioniert.

Rechts: Die Schatten sind deutlich weicher und der Lichteinfall wirkt ausgeglichener.

ISO 100, 1/5 Sek., f/5.6, 100 mm

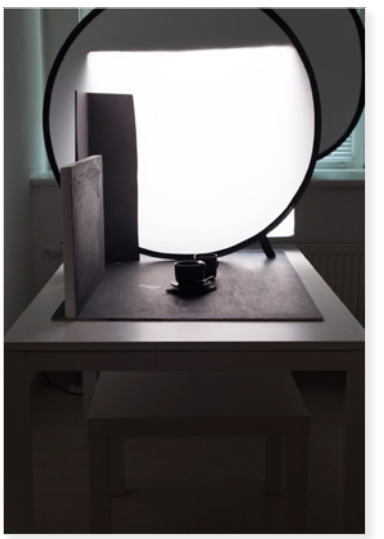




Links: Vor den Studioblitz mit Softbox habe ich zusätzlich einen Diffusor gestellt.

Rechts: Der hintere Bereich des Food-Fotos wird durch das Aufstellen eines zusätzlichen Diffusors dunkler und das Licht noch gleichmäßiger.

ISO 100, 1/5 Sek., f/5.6, 100 mm





Beachten Sie die Blitzsynchronisationszeit Ihrer Kamera! Achten Sie beim Arbeiten mit dem Blitz darauf, welches die kürzeste Blitzsynchronisationszeit Ihrer Kamera ist (in der Regel zwischen 1/60 Sek. und 1/250 Sek.). Diese gibt an, bis zu welcher Verschlusszeit der Verschluss Ihrer Kamera voll geöffnet ist, wenn Ihr Blitz auslöst. Gehen Sie unter diese Verschlusszeit, ist der Verschluss beim Blitzen nicht mehr voll geöffnet – und das ist in Gestalt schwarzer Flächen deutlich auf Ihren Bildern zu sehen.



Der Dummy wird durch richtiges Schokoladeneis mit Schokoladenglasur ersetzt. Die Vorderseite erscheint noch recht dunkel.
ISO 100, 1/5 Sek., f/5.6, 100 mm



Rechts vom Set steht nun ein zusätzlicher Aufheller, der die Vorderseite des Eisbechers etwas aufhellen soll.



Das Ergebnisfoto mit zusätzlichem Aufheller von rechts vorne.
ISO 100, 1/5 Sek., f/5.6, 100 mm.

Anschließend war es Zeit, den Dummy auszutauschen und das richtige Schokoladeneis im Becher zu platzieren. Das Testfoto gefiel mir gut, allerdings war mir die Vorderseite des Eisbechers etwas zu dunkel.

Ich denke, wir kommen einem schönen Ergebnis schon recht nahe, aber was fehlt noch? Genau, ein Aufheller, der die dem Blitz abgewandte Seite mit etwas mehr Licht versorgt und die Schatten abmildert. Die Vorderseite des Eises war für meinen Geschmack etwas zu dunkel, also platzierte ich einen Aufheller auf der rechten Seite des Sets (Sie sehen den Unterschied im Vergleich zum vorherigen Foto?). Nun würde ich das Foto mit Lightroom nachbearbeiten.

Das Nachbearbeiten ist ja immer eine sehr persönliche und individuelle Entscheidung. Gegenüber sehen Sie nun das finale Food-Foto inklusive Preset-Anwendung (s. Seite 176). Und nun schnappen Sie sich Ihren Blitz, sofern Sie einen besitzen, und probieren Sie ein bisschen herum.

Da fällt mir noch etwas ein: Ist Ihnen aufgefallen, dass ich ein ziemliches Chaos mit der Schokoladenglasur angerichtet habe? Das darf aber auch mal sein. Warum? Das lesen Sie in Kapitel 5 (s. Seite 97). Wissen Sie übrigens, wie Sie künstliches Eis selbst herstellen können? Das geht ganz einfach, dazu mischen Sie Margarine mit Puderzucker, bis die gewünschte Konsistenz erreicht ist. Dann fügen Sie noch etwas Lebensmittelfarbe hinzu, mischen wieder und stellen das Ganze in den Kühlschrank. Später lassen sich daraus wunderbar falsche Eiskugeln zaubern.

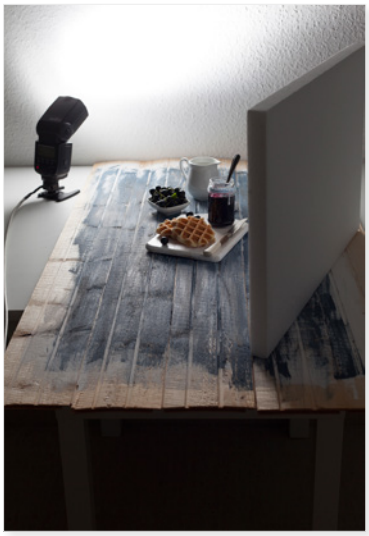
Das Ergebnisfoto, zusätzlich mit einem Preset bearbeitet.

ISO 100, 1/5 Sek., f/5.6, 100 mm





Das Food-Model wird durch den Aufsteckblitz direkt von vorne angeblitzt. Diese Lichtsituation wirkt auf Food-Fotos meist nicht sehr appetitlich und eher flach.



Der Aufsteckblitz blitzt hier gegen eine weiße Wand, dies wird auch indirektes Blitzen genannt.



Durch das indirekte Blitzen werden die Schatten weich und das Food-Foto wird gleichmäßiger ausgeleuchtet.

ISO 100, 2 Sek., f/5.6, 100 mm

Indirektes Blitzlicht

Wie Sie vorhin in einem Beispiel bereits gesehen haben (und oben links noch mal zur Erinnerung sehen können), ist das direkte Blitzen der Tod eines jeden guten Food-Fotos, dabei ist es egal, ob Sie den integrierten Blitz Ihrer Kamera nutzen oder einen Aufsteckblitz. Aber Ihre Food-Fotos sollen doch Appetit machen und zum Nachkochen anregen. Was also tun?

Wenn Sie nicht möchten, dass Ihre Food-Fotos unappetitlich aussehen, können Sie dem auch mit dem indirekten Blitzen entgegenwirken. Das hilft Ihnen auch, wenn Sie z. B. keinen Diffusor zur Verfügung haben. Dazu platzieren Sie Ihren Aufsteckblitz so, dass er gegen eine hell gestrichene Wand, die Zimmerdecke oder einen Reflektor blitzt. Das Licht wird reflektiert und sorgt so für eine weiche Ausleuchtung Ihres Sets. Probieren Sie es einmal aus.

Dauerlicht

Sie haben auch die Möglichkeit, mit Dauerlicht zu fotografieren. Dauerlicht ist dem Tageslicht ähnlich, im Gegensatz zu diesem aber gleichbleibend, das heißt es verändert während Ihres Food-Shootings nicht die Intensität oder die Farbtemperatur. Es ist einfach zu handhaben, günstig, und mit etwas Übung wird es sicher auch für Sie zu einem treuen Begleiter. Der große Vorteil gegenüber einem Blitzlicht ist, dass Sie nach dem Positionieren der Dauerlichtlampe den Licht- und Schattenfall auf Ihr Food-Model direkt beurteilen und gegebenenfalls noch Änderungen der Position vornehmen können. Nachteile sind allerdings, dass Tageslichtlampen weniger hell sowie in der Anschaffung teurer sind und sehr häufig warm werden. Die Wärme könnte Ihre liebevoll zubereiteten Speisen schnell unansehnlich und ausgetrocknet aussehen lassen, hier sind also eine gute Planung und die Arbeit mit Dummys (s. Seite 90) empfehlenswert.

Auch beim Fotografieren mit Dauerlicht gilt es, für diffuses, weiches Licht zu sorgen, etwa mit einer dazugehörigen Softbox. Preisgünstige Sets mit Softbox finden Sie auch im Internet. Meine Softbox hat einen Durchmesser von 55 cm, ist also relativ klein, aber ausreichend. Im folgenden Beispiel möchte ich Ihnen kurz zeigen, wie Sie mit Dauerlicht fotografieren. Ich habe die Tageslichtlampe mit Softbox hinten links am Set positioniert. Bedenken Sie, dass Tageslichtlampen immer eine Weile vorglühen müssen, um die richtige Leuchtkraft zu entwickeln. Auf dem ersten Beispielfoto habe ich mit normaler Belichtungszeit, die mir die Kamera bei einer Blende von f/5.6 vorgab, fotografiert. Das Ergebnis ist eher dunkel, passt aber gut zu dem rustikalen Bildstil. Beim zweiten Beispielfoto habe ich etwas reichlicher belichtet, das heißt die Zeit von 1/2 Sek. auf 1 Sek. erhöht. Das Bild wird heller.



Die Tageslichtlampe mit Softbox habe ich hinten links am Set positioniert.



Durch die Belichtungszeit von einer halben Sekunde war das Food-Foto doch etwas zu dunkel.

ISO 100, 1/2 Sek., f/5.6, 100 mm



Hier habe ich die Belichtungszeit um eine halbe Sekunde verlängert, um das Food-Foto insgesamt aufzuhellen.

ISO 100, 1 Sek., f/5.6, 100 mm

Baustrahler: lieber nicht! Den oft gehörten Tipp, mit Baustrahlern zu arbeiten, würde ich in der Food-Fotografie nicht geben. Die Lampen werden sehr, sehr heiß und bringen gerade in kleineren Räumen alles zum Schmelzen.

Dann habe ich gegenüber der Dauerlichtlampe einen Aufheller aus Styropor gesetzt. Somit wurde der rechte untere Bereich des Fotos etwas mehr aufgehellt und die Schatten sind abgemildert. Sehen Sie den Unterschied?

Möchten Sie nun noch weicheres, diffuseres Licht haben, können Sie zusätzlich vor die Softbox noch einen Diffusor platzieren. Das Licht wird dadurch breiter gestreut und weicher. Die Schatten sind noch sanfter und kaum noch wahrnehmbar. Mit diesem Ergebnis war ich dann auch zufrieden.

Auch mit Tageslichtlampen können Sie, wie mit Blitzen, viel experimentieren. Ob Sie nun eine oder zwei Tageslichtlampen verwenden, bleibt ganz Ihnen überlassen. Ich würde sie auch noch vor Blitzen empfehlen, wenn Sie vor der Entscheidung stehen, sich entweder das eine oder das andere zulegen zu müssen.



Um die vordere rechte Seite etwas aufzuhellen, platzierte ich ein Stück Styropor gegenüber der Tageslichtlampe.



Durch den Aufheller rechts vorne konnte ich die Schatten etwas aufhellen.
ISO 100, 0,8 Sek., f/5.6, 100 mm



Um das Licht noch weicher und diffuser zu bekommen, stellte ich vor die Tageslichtlampe zusätzlich einen Diffusor.

Das Ergebnisfoto wird durch den zusätzlichen Diffusor vor der Tageslichtlampe noch weicher ausgeleuchtet.

ISO 100, 1/3 Sek., f/5.6, 100 mm





Faltreflektor mit weißem, silber- und goldfarbenem Überzug, Lichtschlucker und Diffusor in einem

Reflektoren, Abschatter & Co.

Wenn Sie mit der Food-Fotografie beginnen oder bereits etwas vertraut sind, sind Ihnen sicherlich schon Begriffe wie *Abschatter* oder *Aufheller* begegnet. Haben Sie sich damit schon etwas beschäftigt oder fragen Sie sich immer, was Profi-Fotografen mit den weißen Styroporplatten eigentlich anstellen? Mit Aufhellern, Abschattern und Reflektoren können Sie das Licht verstärken oder abschwächen, lenken und modellieren. Wie das geht, zeige ich Ihnen jetzt im weiteren Verlauf dieses Abschnitts. Auf geht's.

Reflektoren oder Aufheller

Wozu brauchen Sie überhaupt einen Reflektor? Wie ich in den vorangegangenen Beispielen bereits gezeigt habe, ist die Hauptaufgabe einen Reflektors, Schatten aufzuhellen bzw. abzumildern. Reflektoren werfen das einfallende Licht, egal ob Blitz-, Dauer- oder Tageslicht, zurück auf Ihr Food-Model. Somit wirken sie quasi wie eine zweite, abgeschwächte Lichtquelle, auch Fülllicht oder Aufhelllicht genannt. Dabei spielt die Größe des Reflektors eine entscheidende Rolle, denn je größer der Reflektor, desto größer und weicher das Fülllicht. Ob und wie Sie Reflektoren einsetzen, bleibt dabei ganz Ihnen überlassen, denn auch Schatten auf einem Food-Foto können durchaus ihren Reiz haben.

Die Intensität des Lichts lässt mit der Entfernung zum Motiv nach. Variieren Sie den Abstand der Reflektoren zum Food-Model, um mehr oder weniger Licht zu reflektieren. Mehr dazu weiter unten im Abschnitt »Abstand zur Lichtquelle«.

Goldreflektor

Der Goldreflektor wird in der Food-Fotografie, und auch von mir, eher selten verwendet. Warum? Das sagt schon der Name: das reflektierende Licht hat einen goldenen Farbstich und wirkt somit eher warm. Ob und wo dies passt, müssen Sie ausprobieren. Als Beispiel sehen Sie gegenüber das Motiv von der vorherigen Seite einmal mit Gold- und einmal mit Silberreflektor aufgenommen. Die Törtchen werden links durch den goldenen Ton noch etwas hervorgehoben, hier passt also die Anwendung eines Goldreflektors. Probieren Sie bei Ihrem nächsten Food-Shooting einmal einen Goldreflektor aus, das kann auch ein Stück einer alten Rettungsdecke sein (also plündern Sie ruhig Ihren abgelaufenen Erste-Hilfe-Kasten).

Silberreflektor

Der Silberreflektor kommt bei mir schon häufiger zum Einsatz, obwohl immer noch seltener als meine heiß geliebte Styroporplatte. Der Silberreflektor reflektiert eher ein hartes, klares



Rechts vorne habe ich hier einen Goldreflektor eingesetzt. Sie sehen deutlich, wie die Kruste des runden Törtchenbodens in einen Goldton getaucht wird.

ISO 100, 1/3 Sek., f/5.6, 100 mm



Hier habe ich die Schatten durch einen Silberreflektor abgemildert und die Vorderseite aufgehellt. Die Farben wirken kühler.

ISO 100, 1/3 Sek., f/5.6, 100 mm

Licht zurück auf das Food-Model, ohne Farbstich. Wie Sie sich einfach und schnell einen eigenen Silberreflektor basteln können, zeige ich Ihnen in Kapitel 9 (s. Seite 205). Doch zuvor möchte ich Sie auf das zweite, durch einen Silberreflektor kühler wirkende Bild oben rechts aufmerksam machen. Sehen Sie den Unterschied zu dem Goldreflektor?

Auch hier gilt: je größer der Reflektor, desto größer und weicher auch das reflektierte Licht. Sie sehen, wie die Schatten deutlich abgemildert werden und das Food-Foto insgesamt heller wird.

Aufheller

Als Aufheller kann Ihnen quasi alles dienen, was weiß ist. Das kann ein Stück Papier, ein Kartonbogen oder eben eine Styroporplatte sein. Sollten Sie ein 5-in-1-Reflektor-Set Ihr Eigen nennen, dann können Sie natürlich dieses nutzen. Um viel Licht zu reflektieren, sollten Sie den Aufheller möglichst gegenüber der Hauptlichtquelle platzieren, dies ist aber kein Muss. Auch hier können Sie den Winkel und den Abstand variieren, ganz so, wie es Ihnen am besten gefällt. Sie können

nur mit einem oder mit mehreren Aufhellern arbeiten. Schauen Sie, wie sich das Licht-Schattenspiel auf Ihrem Food-Model verändert, und probieren Sie so lange, bis Ihnen das Ergebnis zusagt.

Das erste Beispielfoto unten ist gänzlich ohne Aufheller aufgenommen. Sie erkennen vorne rechts einen deutlichen Schattenwurf.

Um Ihnen den Unterschied durch einen Aufheller zu zeigen, platzierte ich diesen auf der rechten Seite vor dem Food-Model. Sie sehen, dass das Törtchen heller erscheint und die Schatten vorne rechts deutlich abgemildert werden.





Links: Das Set für das Aprikosentörtchen ganz ohne Aufheller.

Rechts: Bei diesem Food-Foto verwendete ich keinen Aufheller. Die Schatten vor dem Törtchen sind stark ausgeprägt.

ISO 100, 1/20 Sek., f/5.6, 100 mm





Links: Das Set für das Aprikosentörtchen mit einem Aufheller auf der rechten Seite

Rechts: Durch den Aufheller konnte ich die Schatten rechts und das Törtchen insgesamt etwas aufhellen.

ISO 100, 1/25 Sek., f/5.6, 100 mm

Ebenso verhält es sich, wenn Sie einen Aufheller auf der linken Seite platzieren.

Sie können natürlich auch zwei (oder mehr) Aufheller an Ihrem Set nutzen. Wie sich das auswirken kann, sehen Sie im untersten Beispielfoto. Mir persönlich ist das Ergebnis zu flach, sodass ich diese Art des Aufhellens auf beiden Seiten selten bis nie nutze.

Auch das Testen und Probieren mit Aufhellern dauert seine Zeit. Sie werden bei Ihren Food-Fotos deutliche Unterschiede erkennen, auch, wenn Sie beispielsweise mit der Entfernung zu Ihrem Food-Model experimentieren.

Links: Hier habe ich links einen Aufheller aus Styropor verwendet.

Rechts: Auch hier sind die Schatten abgemildert und das Törtchen insgesamt etwas aufgehellt.

ISO 100, 1/20 Sek., f/5.6, 100 mm





Links: Bei diesem Set habe ich jeweils links und rechts einen Aufheller verwendet .

Rechts: Durch den Einsatz von zwei Aufhellern jeweils links und rechts werden die Schatten deutlicher und das Food-Foto insgesamt aufgehellt.

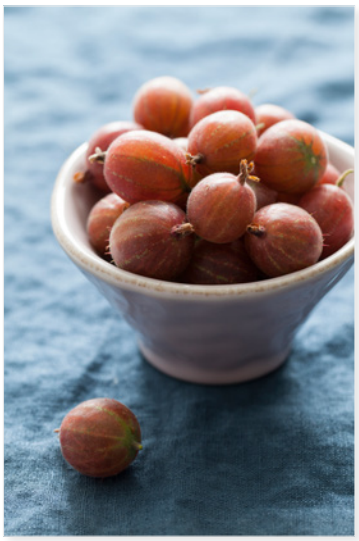
ISO 100, 1/25 Sek., f/5.6, 100 mm





Spiegel

Auch mit Spiegeln lassen sich in Food-Fotos wunderbar kleine Akzente setzen. Dazu müssen Sie jetzt nicht extra Ihren Badschrank auseinander bauen. Es reicht auch ein kleiner Taschenspiegel, ja sogar eine kleine Scherbe. Richtig platziert, können Sie kleine oder größere Stellen in Ihrem Food-Foto punktuell aufhellen. Probieren Sie es bei Ihrem nächsten Food-Shooting einfach mal aus.



Hier habe ich die Stachelbeeren ganz ohne Diffusor fotografiert.

ISO 100, 1/5 Sek., f/5.6, 100 mm

Diffusoren

Nachdem Sie nun wissen, wozu Reflektoren da sind und wie sie auf Ihre Food-Fotos wirken, komme ich zu einem weiteren Element, das für schöne Food-Fotos meist unumgänglich ist: der Diffusor. Er besteht aus einem transparenten, weißen Stoff. Auch ein Laken oder ein weißer, lichtdurchlässiger Vorhang kann Ihnen als Diffusor dienen. Was macht aber nun ein Diffusor? Er sorgt dafür, dass das einfallende Licht weich wird. Den Unterschied zwischen hartem und weichem Licht erkläre ich Ihnen im nächsten Abschnitt.

Das einfallende Licht wird aber nicht nur weich und diffus, sondern vergrößert gleichzeitig auch die Lichtquelle (s. Seite 32). Zudem mildert der Diffusor, ähnlich wie ein Aufheller, die einfallenden Schatten zusätzlich ab. Fotografieren Sie also mit einem Diffusor und einem Aufheller gleichzeitig, werden Schatten nahezu ausgemerzt. Ich zeige Ihnen das kurz an einem Beispiel. Für das erste Foto habe ich weder Diffusor noch Aufheller genutzt. Sie sehen an den hinteren Stachelbeeren sehr helle Stellen, auch der Schatten vor der Schale ist stark ausgeprägt.





Links: Der Diffusor vor dem Fenster lässt das Licht gleichmäßiger werden.

Rechts: Durch den Einsatz eines Diffusors fällt das Licht gleichmäßig. Auch die Stachelbeeren im hinteren Bereich zeigen nicht mehr so helle Stellen.

ISO 100, 1/3 Sek., f/5.6, 100 mm

Links: Der zusätzliche Aufheller rechts am Set mildert die Schatten ab und hellt die Stachelbeeren weiter auf.

Rechts: Durch den Einsatz eines Aufhellers auf der rechten Seite konnte ich die Schatten zusätzlich abmildern.
ISO 100, 1/5 Sek., f/5.6, 100 mm





Diffusor und Aufheller sind meist ein unschlagbares Team für eine weiche, gleichmäßige Ausleuchtung.

Dann platzierte ich hinter dem Schälchen einen großen runden Diffusor. Wie Sie sehen, sind die hellen Stellen deutlich abgemildert und der Schatten vor dem Schälchen ist weniger kräftig und hat einen weicheren Kern. Wenn Sie jetzt, wie in meinem Beispiel, zusätzlich mit einem Aufheller arbeiten, sind die Schatten fast gänzlich verschwunden und Sie erreichen eine gleichmäßige, diffuse Ausleuchtung Ihres Food-Models.

Sehen Sie die Unterschiede? Beim Fotografieren mit einem Diffusor können Sie sich merken: je größer der Diffusor, desto weicher das Licht. Ein Diffusor kann hier z. B. ein Bettlaken oder ein weißer Vorhang sein, oder, wenn Sie mit Blitz arbeiten, eine Softbox, je nachdem, was Ihnen zur Verfügung steht.

Lichtschlucker oder Abschatter

Im Gegensatz zu Reflektoren absorbieren Lichtschlucker, wie der Name schon sagt, das Licht. Lichtschlucker bzw. Abschatter können Sie in Form von schwarz bespannten Reflektoren kaufen oder selbst basteln (s. Seite 205), doch auch ein Bogen schwarzes Tonpapier erfüllt seinen Zweck. Gerade bei rustikalen Food-Fotos werden Abschatter oft zum Einsatz gebracht, da sie das Set zusätzlich etwas abdunkeln und die Schatten verstärken. Wie? Das sehen Sie im folgenden Beispiel. Auch hier gilt, dass der Abstand des Abschatters zum Food-Model ausschlaggebend für die Stärke der Schatten und Abdunklung ist.

Das erste Beispielfoto auf der folgenden Seite zeigt rosa Beeren ohne Abschatter mit seitlichem Tageslicht. Das zweite hingegen wurde mit einem Abschatter auf der linken Seite aufgenommen. Die Verstärkung der Schatten ist deutlich zu erkennen, oder? Brächten Sie den Abschatter noch näher an das Food-Model heran, würde die linke Seite noch mehr abgedunkelt. Aber auch bei Gegenlichtaufnahmen können Abschatter zum Einsatz kommen, wenn der hin-



Diese rosa Beeren habe ich ohne Abschatter auf der linken Seite fotografiert, dementsprechend hell ist diese.

ISO 100, 1/2 Sek., f/5.6, 100 mm



Ein Abschatter auf der linken Seite des Sets. Somit wird die linke Seite des Food-Fotos zusätzlich abgedunkelt.



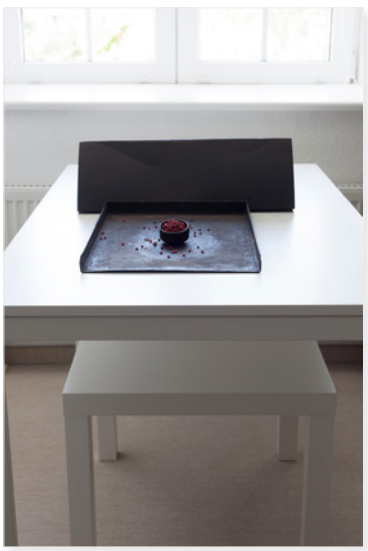
Durch den Einsatz eines Abschatters auf der linken Seite ist diese deutlich dunkler.

ISO 100, 1/2 Sek., f/5.6, 100 mm



Das Food-Foto zeigt rosa Beeren ohne Lichtblocker im Hintergrund. Ein Helligkeitsverlauf von oben nach unten ist deutlich zu erkennen.

ISO 100, 1/3 Sek., f/5.6, 100 mm



Das schwarze Stück Kartonpapier fungiert hier als Lichtblocker.



Durch den Einsatz von schwarzer Kartonpappe im Hintergrund konnte ich das Licht blocken und so eine nahezu gleichmäßige Ausleuchtung erreichen.

ISO 100, 1/3 Sek., f/5.6, 100 mm

tere Bereich des Fotos zu hell zu werden droht. Wie das im einzelnen aussieht, zeige ich Ihnen auf den Beispielfotos (linke Seite). Im ersten Food-Foto ist ein deutlicher Helligkeitsverlauf von oben nach unten zu erkennen. Durch das Aufstellen schwarzer Pappe hinter dem Set wird das Licht geblockt und der Helligkeitsverlauf abgemildert.

Sie sehen also, Abschatter können auch wunderbar das Licht blocken. Daher kommen sie eher bei rustikalen Food-Fotos zum Einsatz.

Hartes und weiches Licht

Sicher werden Sie im Laufe der Zeit schon einmal über die Begriffe hartes und weiches Licht gestolpert sein. Nur, was hat es damit auf sich?

Im Prinzip können Sie sich einfach merken: Hartes Licht erzeugt harte Schatten, weiches Licht erzeugt weiche bis gar keine Schatten. Wie kommt es aber zu hartem Licht und was ist das? Dazu möchte ich Ihnen ein Beispiel zeigen. Das Foto oben rechts habe ich um 12 Uhr mittags aufgenommen, ganz ohne Hilfsmittel, ohne Diffusor, ohne Aufheller nur mit dem Lichteinfall durch ein normales Fenster.

Wie Sie sehen, breiten sich unschöne harte Schatten am Rande der Schüssel aus, und es sind am oberen Tassenrand strahlend weiß ausgefressene Lichter zu erkennen. Dadurch, dass ich im direkten Sonnenlicht fotografiert habe, kam es unweigerlich zu dieser, sagen wir mal, recht schlechten Ausleuchtung.

Wenn Sie den vorherigen Abschnitt gelesen haben, wissen Sie jetzt sicher schon, wie Sie hartes Licht weich machen können. Genau, mit einem Diffusor. Schauen Sie sich das untere Foto an. Der Unterschied ist schon verblüffend, oder? Achten Sie nebenbei auch einmal auf die Belichtungszeit, die sich durch den Einsatz des Diffusors verlängert hat. Sollten Sie einmal draußen im Freien fotografieren wollen, nehmen Sie entweder einen klassischen Diffusor oder ein Lichtzelt zur Hand. Ein Lichtzelt ist ein vorgefertigter Diffusor, worin Sie Ihr Set ganz bequem aufbauen und fotografieren können. Lichtzelte gibt es in Würfelform oder in Form eines Hütchens, das Sie nur noch aufziehen und über Ihr Set stülpen müssen.

Wie Sie bereits am Anfang dieses Kapitels gelesen haben, verhält es sich ebenso, wenn Sie mit einem Blitz ohne Softbox oder Diffusor fotografieren. Sie werden unweigerlich harte Schatten und einen hohen Kontrast in Ihren Food-Fotos haben. Wenn Ihnen das gefällt, achten Sie lediglich darauf, dass die Schatten nicht tiefschwarz »absaufen«, sondern noch etwas Zeichnung für den Betrachter beinhalten. Sie können sich also merken: Direktes Sonnenlicht ist hartes Licht. Sie sollten bei der Arbeit mit direktem, hartem Sonnenlicht einen Diffusor nutzen, um das Licht weich zu streuen.



Hier fiel hartes Licht (Sonnenlicht) auf das Set. Die Schatten sind sehr stark ausgeprägt und es zeigen sich leichte Reflexe.
ISO 100, 1/125 Sek., f/5.6, 100 mm



Durch den Einsatz eines Diffusors vor dem Fenster wurde aus hartem Licht weiches Licht mit zarten Schatten und ohne störende Reflexe.
ISO 100, 1/60 Sek f/5.6, 100 mm





Links: Hier stand die Lichtquelle, in diesem Fall eine Tageslichtlampe, direkt hinter dem Set. Die Schatten sind kurz und fallen dadurch weniger auf.

ISO 100, 2,5 Sek., f/8, 100 mm

Rechts: Durch das Wegrücken der Tageslichtlampe vom Set werden die Schatten größer und auffälliger. Die Kirschen in der Schale bekommen zudem weniger Licht ab.

ISO 100, 3,2 Sek., f/8, 100 mm

Abstand zur Lichtquelle

Auch der Abstand zwischen Lichtquelle und Food-Model ist ausschlaggebend dafür, wie sich Licht und Schatten auf Ihrem Food-Foto verhalten. Um ein Gefühl dafür zu bekommen, versuchen Sie beim nächsten Food-Shooting einfach mal, etwas mehr Abstand zu Ihrer Lichtquelle zu erzeugen, indem Sie den Tisch weiter vom Fenster wegrücken oder den Blitz weiter vom Tisch entfernen. Auch hier werden Sie schnell einen Unterschied feststellen. Je näher Sie mit Ihrer Tageslichtlampe oder Ihrem Blitz am Motiv sind, desto kürzer werden die Schatten. Entfernen Sie sie ein Stück, werden die Schatten größer und fallen auf dem Foto stärker ins Gewicht.

Beim ersten Beispielfoto stand die Tageslichtlampe direkt hinter dem Food-Model, das Foto ist insgesamt homogener ausgeleuchtet, da die Schatten weniger auffällig sind und auch die Kirschen in der Schüssel noch Licht abbekommen.

Bei dem zweiten Bild oben rechts hingegen stand die Tageslichtlampe mit einem Meter Abstand zum Set. Die Schatten vor der Schüssel sind deutlich länger und bekommen mehr Anteil an der Bildfläche, die Ausleuchtung wirkt dadurch insgesamt unausgewogener.

Hoher oder flacher Lichteinfall

Haben Sie vielleicht schon während Sie dieses Buch lesen einige Food-Fotos gemacht? Haben Sie verschiedene Kamerastandpunkte (s. Seite 59) ausprobiert? Mussten Sie dazu das Set auf Ihrem Boden aufbauen und ist Ihnen dabei etwas aufgefallen? Nein? Dann möchte ich Ihnen kurz erklären, worauf ich hinaus will: Beim Positionieren Ihres Sets und Ihrer Kunstlichtquelle haben Sie die Möglichkeit, das Licht von oben oder eher seitlich auf Ihr Food-Model fallen zu lassen. Ich möchte Ihnen zwei Beispiele zeigen.

Links: Die Tageslichtlampe ist hier sehr hoch über dem Set eingestellt.

Rechts: Die Schatten sind kurz und die Ausleuchtung ist insgesamt sehr ausgewogen und gleichmäßig.

ISO 100, 2 Sek., f/8, 100 mm





Links: Die Tageslichtlampe ist hier eher flach zum Set eingestellt.

Rechts: Durch die eher flache Positionierung der Tageslichtlampe werden die Schatten sehr lang und die Ausleuchtung wirkt kontrastreicher.

ISO 100, 2,5 Sek., f/8, 100 mm





Sie werden sicher einen Unterschied bemerken. Zum einen verhalten sich die Schatten anders und zum anderen wird Ihr Food-Model völlig unterschiedlich beleuchtet. Im ersten Food-Foto sehen Sie, dass die Schatten kurz fallen und das Licht insgesamt ausgewogen und gut verteilt wirkt. Im zweiten Foto hingegen ist der hintere Teil deutlich heller und der Schattenfall vor der Schüssel ist deutlich dunkler und ausgeprägter.

Sie lernen wieder: auch der Winkel des Lichteinfalls kann als stilistisches Mittel genutzt werden, da sich dadurch insbesondere die Größe und Form der Schatten beeinflussen lassen.





Links: Dieses Food-Foto habe ich mit Frontlicht aufgenommen, d. h. das Fensterlicht fiel von vorne auf das Set; die Lichtquelle befand sich in meinem Rücken.

ISO 100, 1/15 Sek., f/7.1, 100 mm

Rechts: Das Arbeiten mit Seitenlicht von 3 oder 9 Uhr eignet sich für Anfänger am besten.

ISO 100, 1/13 Sek., f/7.1, 100 mm

Die Lichtrichtung

Je nachdem, von welcher Seite Sie Ihre Food-Models beleuchten, werden Sie immer wieder zu einem anderen Ergebnis kommen. Auch hier spielen natürlich wieder Ihr persönlicher Geschmack und Ihre Vorliebe eine Rolle. Für welche Lichtrichtung Sie sich entscheiden, liegt also ganz an Ihnen. Wenn Sie sich länger damit beschäftigen, werden Sie über kurz oder lang bei allen Richtungen Vor- und Nachteile feststellen, je nachdem, welches Food-Model Sie vor Ihrer Linse haben. Die Einfallsrichtung des Lichtes wird anhand des Zifferblatts einer Analoguhr beschrieben. Diese Angaben werden Ihnen sicherlich noch öfter begegnen. Viel Spaß beim Ausprobieren!

Frontlicht 6 Uhr

Ein absolutes No-Go ist das Frontlicht: Beleuchten Sie Ihr Food-Model bitte nie von vorne! Das hat einen ähnlichen Effekt, als wenn Sie mit dem eingebauten Blitz Ihrer Kamera fotografieren. Die Schatten fallen hinter Ihr Food-Model, die Textur wird komplett ausgeleuchtet und das Ergebnis wirkt zweidimensional, flächig und es fehlt ihm an Plastizität. Schauen Sie sich das Beispielfoto oben links einmal genauer an. Nicht besonders freundlich und ansprechend, oder was meinen Sie?

Seitenlicht 9 Uhr und 3 Uhr

Gerade Ihnen als Anfänger in der Food-Fotografie empfehle ich zu Beginn das Üben mit Seitenlicht. Dabei positionieren Sie Ihr Set direkt neben der Lichtquelle. Ob links (9 Uhr) oder rechts (3 Uhr) davon, bleibt Ihnen überlassen: Harmonischer wird das Licht von links wirken, aufregender und spannungsreicher das von rechts.

Mit Seitenlicht lässt es sich am leichtesten fotografieren. Auch das Arbeiten mit Aufhellern oder Abschattern ist hier zu Anfang recht einfach. Hier können Sie üben, wie sich Ihr Food-Fo-

Links: Seitliches hinteres Gegenlicht gibt eine schöne ausgewogene Beleuchtung.
ISO 100, 1/5 Sek., f/7.1, 100 mm

Rechts: Das Gegenlicht wird in der Food-Fotografie häufig verwendet. Es bringt eine schöne Struktur ins Food-Foto.
ISO 100, 1/5 Sek., f/7.1, 100 mm





to verändert, wenn Sie den Aufheller einmal gegenüber und einmal schräg vorne setzen oder eben Abschatter an Ihrem Set nutzen. Seitenlicht bewirkt eine starke Dreidimensionalität in Ihren Food-Fotos. Hier werden Textur, Kontrast, Details und Tiefe gut sichtbar. Zudem lässt sich das Seitenlicht wunderbar nutzen, wenn Sie rustikale Food-Fotos oder Stillleben fotografieren möchten.

Der Mittelweg - seitliches hinteres Licht 11 Uhr und 1 Uhr

Am harmonischsten wirkt ein leichtes Licht von schräg hinten. Dabei nimmt die Helligkeit von hinten nach vorne immer etwas ab. Auch hier führt die Lichtquelle links des Sets zu stimmigeren Aufnahmen (11 Uhr), während es von rechts stärker irritiert (1 Uhr). Sie können mit jeweils gegenüber platzierten Aufhellern oder Reflektoren arbeiten, wenn Ihnen die Vorderseite Ihres Food-Models zu dunkel erscheint. Wie Sie diese einsetzen können, wissen Sie ja bereits.

Gegenlicht 12 Uhr

Wenn Sie mit direktem Gegenlicht fotografieren, erreichen Sie damit eine sehr kontrastreiche und dramatische Beleuchtung. Besonders schön lassen sich mit diesem Licht Getränke und Speisen in transparenten Gefäßen fotografieren. Das Glas wird durchleuchtet und der Inhalt kommt wunderbar zur Geltung. Hier sollten Sie unbedingt mit einem Reflektor arbeiten, denn bei dieser Beleuchtung fallen die Schatten genau vor das Food-Model und es entstehen sehr harte Kontraste. Das heißt die der Kamera zugewandte Seite des Food-Models ist dunkel, und es braucht eine Aufhellung, um dem Betrachter keinen Scherenschnitt zu präsentieren. Er soll ja erkennen können, was Sie da fotografiert haben.

Sollten Sie einmal das Problem haben, dass der hintere Teil Ihres Food-Fotos bei diesem Lichteinfall zu hell ist, verwenden Sie einen Abschatter. Wie das genau funktioniert, haben Sie im Abschnitt *Reflektoren, Abschatter & Co.* ja bereits gelesen.

Denken Sie an die Verwacklungsgefahr: Wenn Sie eher abends fotografieren, kann es sein, dass Sie Ihre Belichtungszeit verlängern müssen, um ein korrekt belichtetes Food-Foto zu erhalten. Arbeiten Sie dann mit einem Stativ!

Licht zu verschiedenen Tageszeiten

Wenn Sie das Tageslicht als Ihre Lieblingslichtquelle entdecken oder vielleicht schon entdeckt haben, werden Sie feststellen, dass sich das Licht zu verschiedenen Tageszeiten völlig unterschiedlich auf Ihren Food-Fotos auswirken kann. Fast stündlich sind Änderungen zu bemerken. Haben Sie vielleicht schon eine Lieblingszeit, zu der Sie besonders gerne Ihre Food-Models in Szene setzen, oder ein Lieblingsfenster, weil dort das Licht besonders schön fällt?

Experimentieren Sie einmal, wenn es Ihre Zeit zulässt, mit verschiedenen Tageszeiten und schauen Sie, wie sich Ihre Food-Fotos verändern.

Reflexionen vermeiden

Je nachdem, wie Sie Ihre Lichtquelle und Ihr Set positionieren, können unschöne Reflexe auf Besteck, Soßenspiegeln oder Tellern entstehen. Diese sind, solange sie klein und unscheinbar sind, nicht weiter störend. Reflexionen sind jedoch (im schlimmsten Fall zeichnungsfrei ausgefressene) Lichter und erregen dadurch Aufmerksamkeit; werden sie also zu groß, können sie stark vom Hauptmotiv ablenken. Lassen Sie sich ausgefressene Lichter in der Kamera oder in Lightroom anzeigen (s. Seite 172).

Das erste Beispielfoto auf der nächsten Seite habe ich vor einem Fenster ohne Diffusor aufgenommen. Sie erkennen deutlich an der Klinge des Messers die ausgefressenen Lichter. Das lenkt doch ein wenig vom Rest des Food-Fotos ab, oder? Was nun aber tun?

Sie haben zum einen die Möglichkeit, mit dem Ihnen bereits bekannten Diffusor zu arbeiten. Diesen positionieren Sie genau vor der Lichtquelle. Die Reflexionen auf der Klinge werden deutlich abgemildert.

Oder Sie nutzen ein Stück schwarze Pappe, das Sie händisch so über den Reflexionen positionieren, dass sie abgemildert werden. Bei dieser Variante entstehen allerdings härtere Schatten und die Atmosphäre des Bildes verändert sich.

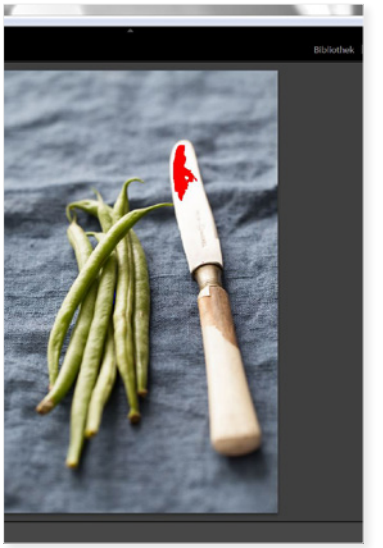
Eine weitere Möglichkeit, die Reflexe zu reduzieren, ist die Veränderung des Aufnahmewinkels, indem Sie mit Ihrer Kamera etwas nach links oder rechts, oben oder unten rücken. Probieren Sie aus, bei welcher Kameraposition der Lichtreflex am kleinsten ist oder sogar ganz verschwindet. Installieren Sie die Kamera erst dann auf dem Stativ. Mit der Zeit werden Sie schon ein Gespür dafür bekommen, wie Sie das Set arrangieren und das Licht einfallen lassen müssen, um unschöne Reflexionen zu vermeiden. Übung macht den Meister!

Ich hoffe, dieses Kapitel hat Ihnen das Thema *Licht in der Food-Fotografie* etwas nähergebracht. Vielleicht hatten Sie sogar ein paar Aha-Erlebnisse? Das würde mich freuen. Vielleicht experimentieren Sie bei Ihrem nächsten Food-Shooting doch ein wenig mit Aufhellern und Abschattern? Ich wünsche Ihnen viel Spaß dabei.



Reflexe können sich auf Besteck, Tellern oder auch Soßenspiegeln bilden. Dieses sind »ausgefressene« Lichter, die keinerlei Zeichnung mehr besitzen.

ISO 100, 1/5 Sek., f/5.6, 100 mm



In Lightroom werden Ihnen Reflexe bzw. Reflexionen rot angezeigt, wenn Sie die Lichterbeschnittanzeige aktivieren.



Durch den Einsatz eines Diffusors können Sie unerwünschte Reflexionen schon deutlich abmildern.

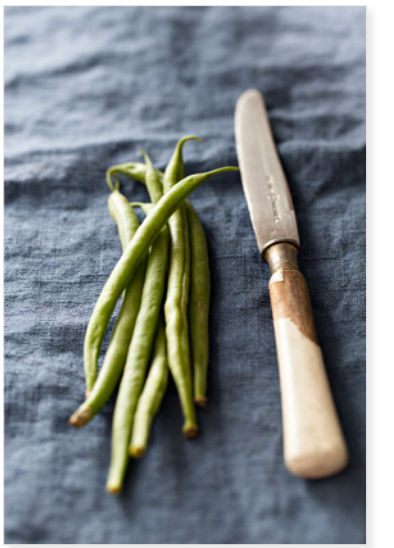


Die Reflexionen sind durch den Einsatz eines Diffusors nicht mehr vorhanden.

ISO 100, 1/4 Sek., f/5.6, 100 mm



Auch die Verwendung eines kleinen Stückes schwarzen Kartonpapiers kann helfen, Reflexionen zu verhindern.



Reflexe verschwinden auch durch Abschatten. Diese Methode hilft auch bei Fotos von Suppe mit spiegelnder Oberfläche.

ISO 100, 1/5 Sek., f/5.6, 100 mm


ISO 100
1,5 Sek.
f/5.6
100 mm