

## Kapitel 3

# Foodstyling

## Warum Sie Ihr Essen stylen sollten

Die Grundvoraussetzung für schöne Foodfotos ist ein optisch gelungenes und ansprechend angerichtetes Essen. Denn wenn das Essen oder das Getränk keine Lust auf mehr machen, helfen weder ein großartiges Styling noch brillantes Licht oder eine perfekt eingestellte Kamera weiter. Dennoch ist mir wichtig, dass alles, was ich fotografiere, nach dem Shooting gegessen werden kann. Alles andere wäre Verschwendung – an Lebensmitteln und Genuss. Daher suchen Sie Tricks mit Rasierschaum, Bastelkleber und Haarlack in diesem Buch vergebens. In die Trickkiste dürfen Sie dennoch greifen und schaffen es so, ganz ohne Abrakadabra, anziehend leckeres Essen für Ihre Foodfotos zu stylen.

## Die Bausteine des Foodstylings

Ein gelungenes Foodstyling basiert auf vier grundlegenden Bausteinen: dem Einkauf, der Zubereitung, dem Anrichten auf dem Teller, also der Präsentation, und der Garnitur für das letzte Extra. Egal, ob Sie herzhaft oder süße Leckereien fotografieren, sollten Sie allen vier Bereichen Aufmerksamkeit schenken.

### Der Einkauf

Die Natur kreiert die schönsten Wunderwerke. Daher sollten Sie von Anfang an mit Sorgfalt und mit einem wachsamen Auge an die Auswahl der Lebensmittel gehen. Je saisonaler Sie kochen und backen, desto ansprechender sind die Naturprodukte, die Ihnen zur Verfügung stehen. Um die beste Qualität zu erhalten, empfehle ich Ihnen den Besuch auf dem Wochenmarkt oder beim Bauernladen um die Ecke. Verzichten Sie auf in Folie eingepacktes Gemüse und Obst, und



### ↑ Große Auswahl auf dem Wochenmarkt

Vor allem saisonales Obst und Gemüse erhalten Sie in großartiger Qualität auf dem Wochen- oder Bauernmarkt. An vielen Ständen dürfen Sie sich die gewünschten Exemplare selbst aussuchen.

6 mm | f2,4 | 1/200s | ISO 16 | iPhone XS



### ↑ Farbenfrohe Auswahl statt Supermarktstandardware

Ein wenig schief und krumm, aber dafür in einer wunderschönen Farbauswahl, die man so nicht jeden Tag sieht – durch alte oder ungewöhnliche Sorten können viele Gerichte aufgepeppt werden.

4,25 mm | f1,8 | 1/120s | ISO 25 | iPhone XS

greifen Sie lieber zu loser Ware, da Sie die Zutaten so besser beurteilen können. Achten Sie darauf, dass die Lebensmittel keine Druckstellen aufweisen oder überreif sind. Legen Sie Ihr Augenmerk auf eine lebendige, interessante Struktur. So sind Fallobst und Biogemüse häufig nicht perfekt und weichen ein wenig von der Norm ab, wirken auf dem Bild aber genau deswegen deutlich attraktiver. Suchen Sie auch bewusst nach alten oder ungewöhnlichen Sorten, wie blauen Tomaten oder Bischofsmützen-Kürbissen. Achten Sie schon beim Einkauf auf eine satte Farbe der Lebensmittel, und verschieben Sie das Shooting lieber, wenn Obst oder Gemüse nicht in ausreichend guter Qualität erhältlich sind. Nutzen Sie bei Karot-

ten, Roter Bete, Tomaten und Radieschen die Möglichkeit, das Gemüse mit Grün zu kaufen. Denn als Deko genutzt, sehen diese Exemplare noch anziehender aus. Empfindliche Lebensmittel wie Beeren und Salat sollten Sie möglichst am Tag des Shootings kaufen und mit großer Sorgfalt behandeln.



**→ In allen Formen und Farben**

*Tomate ist nicht gleich Tomate. Besondere Sorten bringen nicht nur optisch, sondern auch geschmacklich Abwechslung auf den Teller.*

4,25 mm | f1,8 | 1/200 s | ISO 25 | iPhone XS

Denken Sie beim Einkauf nicht nur an die Optik von Obst und Gemüse, sondern auch an die der anderen Zutaten. Interessant wirken beispielsweise Brote mit einer sichtbar knusprigen Kruste oder mit Körnern und Saaten. Kaufen Sie Käse an der Theke oder im Fachhandel, steht Ihnen eine üppige Auswahl abseits von Emmentaler und Gouda zur Verfügung, und bei Unsicherheit können Sie sich gut beraten lassen. Testen Sie so neue Sorten bei altbewährten Rezepten aus, und verleihen Sie ihnen dadurch einen besonderen Pfiff. Greifen Sie zu kleinen Käseläuben mit einer besonderen Rinde, oder lassen Sie sich die ausgewählten Sorten in gewünschter Dicke und Form zuschneiden. Ebenso sollten Sie Fleisch und Fisch im Fachhandel kaufen. So erhalten Sie das passende Stück für Ihr Rezept und können sich bei Fisch auf Wunsch gleich die Gräten entfernen lassen. Achten Sie darauf, dass der Fisch glänzende, nach außen gewölbte Augen, eine feste, glänzende Haut und rote, fest anliegende Kiemen hat. Diese Merkmale unterstreichen die Frische des Fisches, sehen auf Fotos appetitlicher aus und sorgen

für einen größeren Genuss. Bei Fleisch empfehle ich den Kauf von Bioware, da die Tiere ihr Leben lang möglichst stressfrei gehalten werden und langsamer wachsen dürfen. Dies und die zusätzliche Bewegung fördern eine schöne Fettmarmorierung des Fleisches, die auf dem Foto dessen Qualität unterstreicht und es zudem aromatischer und saftiger macht.



**← Gleich und doch so anders**

*Das linke Brot mit seiner aufgebrochenen, mehligen Kruste und den unregelmäßigen Löchern im Teig sieht viel anziehender aus als das fade Kastenweißbrot.*

100 mm | f5,6 | 0,3 s | ISO 100 | Stativ

Halten Sie bei Eiern gerne Ausschau nach Schalen in leichten Farbvariationen; es gibt nicht nur weiße und braune Eier, und auch die Dotterfarben unterscheiden sich stark. So ist der Dotter von Bioeiern im Frühling und Sommer durch das frische Gras etwa ansprechend gelborange, im Winter dagegen etwas blässer. Möchten Sie rohe Eier fotografieren, können Sie den Prägestempel mit etwas Essigessenz entfernen. Kochen Sie die Eier, ist dieser Schritt nicht notwendig, da er durch die Hitze ebenso verschwindet.

**Die Zubereitung**

Bevor Sie mit der Zubereitung starten, sollten Sie Ihren Einkauf sortieren und die schönsten Exemplare an Obst und Gemüse beiseitestellen. Diese dienen später als stimmige Deko auf dem Bild. Empfindliche Lebensmittel wie Beeren lagern Sie am besten auf einem mit einem Geschirrtuch bedeckten Brett im Kühlschrank. Optimalerweise berühren sich die Beeren dabei nicht. So vermeiden Sie Druckstellen, und finden die hübschesten Exemplare direkt auf einen Blick.

→ **Ärmel hochgekrepelt!**

Lassen Sie sich bei der Zubereitung Zeit, und bereiten Sie Ihr Gericht gründlich vor.

100 mm | f5 | 1/10 s |  
ISO 320 | Stativ



Das Wichtigste bei der Zubereitung ist, dass Sie sich Zeit lassen und sorgfältig arbeiten. Orientieren Sie sich an gelernten Köchen! Diese wiegen die Lebensmittel vor Beginn der Zubereitung ab und legen alles bereit, was für das Rezept benötigt wird. Das wird in der Gastronomie *Mise en Place* genannt. Hierdurch vermeiden Sie, dass Sie etwas vergessen, und der Kochprozess geht fließender von der Hand. Halten Sie Ihre Arbeitsfläche sauber, und räumen Sie Küchengeräte, die Sie nicht mehr benötigen, direkt in die Spülmaschine. So behalten Sie eine bessere Übersicht und vermeiden, in Stress zu verfallen. Arbeiten Sie mit guten Küchengeräten, scharfen Messern, und schneiden Sie nicht unbedacht drauflos. Je genauer Sie arbeiten und die unterschiedlichen Komponenten zubereiten, desto appetitlicher wird das Endergebnis aussehen. Bereiten Sie mehrere Rezepte zu, lesen Sie die Anleitungen vorher gründlich durch, und legen Sie sich wiederholende Schritte zusammen. So können Sie auf ein Mal alle Zwiebeln schneiden und müssen nicht in regelmäßigen Abständen zum Taschentuch greifen. Verlassen Sie die Küche nie allzu lange, denn ein zu dunkel geratener Kuchen oder ein übergegartes Gericht lassen sich auch mit Garnitur und schönstem Beiwerk nicht mehr für ein Foto retten.

## Die Präsentation

Duftet es verführerisch aus der Küche, wird es allerhöchste Zeit, sich mit der Präsentation auf dem Teller zu beschäftigen. Natürlich haben Sie sich bereits Gedanken gemacht, auf welchem Geschirr Sie Ihr Essen drapieren möchten. Wählen Sie

lieber kleineres Geschirr, und überladen Sie die Teller nicht. Es ist ganz normal, wenn die Portionen für das Bild kleiner ausfallen als gewöhnlich.



↑ **Auf die Teller, fertig, los!**

Wählen Sie Teller und Schalen für Ihr Gericht mit Bedacht aus. Achten Sie darauf, dass Füllmenge und Größe des Geschirrs zusammenpassen.

100 mm | f5 | 0,4 s | ISO 125 | Stativ

Anstatt etwa alles im Topf zu mischen, sollten Sie die einzelnen Komponenten visuell ansprechend auf dem Teller anordnen. Versuchen Sie, in Schichten zu denken und etwa das Gemüse auf dem Kartoffelbrei und nicht daneben anzurichten. Überlegen Sie, bevor Sie beginnen, wie die Komponenten optimal auf dem Teller oder der Servierplatte präsentiert werden können. Arbeiten Sie bei diesem Schritt sorgfältig, und vermeiden Sie es, zu kleckern. Dabei sollte das Gericht dennoch nicht zu perfekt aussehen, damit es die Betrachter zum Nachkochen verleitet und sie sich denken: »Wie lecker das aussieht, das schaffe ich auch!«

## Lernen von den Besten

Die Fähigkeiten des Foodstyling korrelieren stark mit der Kocherfahrung. Um besser zu werden, empfehle ich Ihnen den Besuch von Koch- und Backkursen. Und zweifeln Sie nicht, wenn die ersten Foodstyling-Versuche misslingen. Genießen Sie dann einfach das Essen, und denken Sie an das alte, aber wahre Motto: »Es ist noch kein Meister vom Himmel gefallen.«

## Plating

Vielleicht sind Sie in diesem Zusammenhang auch schon über den Begriff *Plating* gestolpert. Dies ist der englische Fachbegriff für das kunstvolle Arrangieren des Essens auf dem Teller.

## Die Garnitur

Was bei süßen Gerichten zelebriert wird, wird bei herzhaften Speisen häufig vernachlässigt: die Garnitur. Sie ist das i-Tüpfelchen eines jeden Gerichts, sie kann das Gericht abrunden oder ihm auch eine zusätzliche Note verleihen. Sie vermittelt den Betrachtern, dass sich die Köchin bzw. der Koch besonders viel Mühe gegeben hat. Dies kommt daher, da in den meisten Familien Gerichte bevorzugt zu Festen und besonderen Anlässen garniert werden und im Alltag häufig darauf verzichtet wird. Wenn Sie alle Komponenten der Garnitur im Vorfeld vorbereiten und in kleinen Schälchen bereitstellen, geht sie schnell von der Hand. So kann das Essen ohne große Verzögerung an das Set gebracht und dann immer noch warm gegessen werden.

### → Eine Zutat auf vier unterschiedliche Arten dargeboten

*Sie entscheiden, ob Sie den Parmesan fein oder grob reiben, Streifen mit einem Sparschäler abziehen oder einfach kleine Stücke herausbrechen. Nicht nur hier, auch bei allen anderen Lebensmitteln haben Sie eine große Auswahl an Möglichkeiten.*

100 mm | f3,2 | 1/8 s | ISO 100 | Stativ



Gewöhnen Sie sich an, Ihr fertig angerichtetes Essen aufzupeppen, denn auf Bildern wird das einen riesigen Unterschied machen. Und selbst wenn Sie kein Foto machen, wird das Essen appetitlicher und attraktiver wirken. Beginnen Sie mit etwas grobem Salz und einer Prise Pfeffer. Ein wenig Olivenöl, etwas Parmesan oder frische Kräuter werben jedes Essen auf. Werfen Sie einen Blick auf Seite 114 für eine Übersicht an weiteren Garnituren. Versuchen Sie, beim Garnieren einzelne im Essen enthaltene Komponenten zu betonen. Verleihen Sie dem Gericht frischen Wind, indem Sie angenehme Farbkontraste schaffen. Behalten Sie dabei den Farbkreis von Seite 195 im Hinterkopf, und kreieren Sie etwa durch feine Ringe einer Chilischote einen Komplementärkontrast auf einer grünen Suppe.

## Üben Sie mit kalten Speisen

Um das Garnieren von Gerichten zu üben, eignen sich kalte Speisen. So befreien Sie sich von dem Druck, dass das Essen abkühlt und damit der optimale Zeitpunkt für die Fotografie (und den anschließenden Verzehr) verstreicht.

## Das Foodstyling-Kit

Ich möchte mein sorgfältig zubereitetes Essen nach dem Shooting auch essen. All die guten Lebensmittel, die investierte Leidenschaft und Zeit wären viel zu schade, um in der Tonne zu landen. Ich hoffe, dass es Ihnen genauso geht wie mir. Damit das Essen auf dem Foto möglichst lecker aussieht, habe ich dennoch ein paar Tricks auf Lager. Sie helfen mir, das Beste aus dem Gericht herauszuholen, ohne auf eklige oder unappetitliche Methoden zurückgreifen zu müssen. Dafür habe ich mir einige praktische Hilfsmittel in einem Foodstyling-Kit zusammengestellt. Bei mir findet alles in einer Küchenschublade seinen Platz. Natürlich können Sie auch einen anderen Ort wählen. Doch lagern Sie die Gegenstände gemeinsam, sodass Sie nicht Ihre ganze Wohnung durchsuchen müssen. Das ein oder andere Hilfsmittel haben Sie möglicherweise bereits, die meisten lassen sich beim nächsten Stadtbesuch organisieren.

Bis auf meinen Tischstaubsauger finden Sie im Bild alles, was ich zum Zubereiten, Positionieren, Säubern und Garnieren griffbereit halte. Im Einzelnen sind das:

### Pinzetten

Eine kleine Pinzette und eine große Kochpinzette helfen immer dann weiter, wenn es für die Finger zu kleinteilig wird. Damit lassen sich etwa Nüsse und Kräuter kinderleicht nachpositionieren.

### Sprühflasche

Ich habe immer eine kleine, mit Wasser befüllte Sprühflasche mit einem feinen Zerstäuber zur Hand. Sprühen Sie Früchte leicht an, betonen die kleinen Wassertropfen deren Frische. Auch Gläser können damit eingesprüht werden, damit sie kühler erscheinen.

### Scharfes Messer

Ein gutes, scharfes Messer darf auf keinen Fall fehlen. Ob zum Anschneiden einer Torte, zum Kräuterhacken oder Gemüseschneiden, zählt es wahrscheinlich bereits zu Ihrem meistgenutzten Tool in der Küche.



### Zahnstocher

Zahnstocher sind echte Allrounder. Sie geben Broten Stabilität und Höhe, sie können von hinten in Obst und Gemüse gesteckt werden, damit diese nicht wegrollen. Sie entscheiden, ob Sie den kompletten Zahnstocher benötigen, oder ob sie nur ein Stück davon abbrechen. Doch Vorsicht: Denken Sie unbedingt daran, die Zahnstocher vor dem Essen wieder zu entfernen! Außerdem lässt sich Lebensmittelfarbpaste für Cremes und Gebäck einfach mit einem Zahnstocher portionieren.

### Spritzen und Pipetten

Manchmal benötigen Sie nur sehr wenig Soße oder Flüssigkeit an einer ganz bestimmten Stelle. Dabei helfen Pipetten und Einwegspritzen mit 10 und 25 ml Fassungsvermögen.

### Flambiergerät

Ein Flambiergerät für die Küche wird nicht nur bei Crème brûlée benötigt. Es hilft auch, Baiser nachzufärben, Fleisch an einzelnen Stellen abzdunkeln oder Käse gezielt zu schmelzen.

### Dekorierlöffel

Dekorierlöffel sind kein Muss im Foodstyling-Kit, aber ein Nice-to-have – vor allem, wenn Sie viel mit herzhaften und süßen Soßen arbeiten. Durch die besondere und dünne Spitze dieser Löffel lassen sich mit ein wenig Übung ausgefallene Muster auf Teller malen.

### Küchenrolle

Eine Küchenrolle sollten Sie immer zur Hand haben, da sie ein echter Allrounder ist. Sie eignet sich, um Messer nach jedem Schnitt zu säubern und Kleckse zu entfernen. Wenn Sie beim Einfüllen von Gerichten in Gläser oder in Auflaufformen nicht sauber gearbeitet haben, können Sie diese vor dem Backen gut damit reinigen. Da in aller Regel wenig notwendig ist, empfehle ich eine Küchenrolle mit halben Blättern.

### Geschirrtuch oder Stofflappen

Statt zur Küchenrolle können Sie gleichermaßen zu einem sauberen Geschirrtuch oder zu Stofflappen greifen. Vor allem, wenn Sie etwas ausgeschüttet haben,

### ← Mein Foodstyling-Kit

*Mit dem richtigen Handwerkszeug kann das Essen besonders leicht ansprechend angerichtet werden.*

50 mm | f5,6 | 1/20 s | ISO 100 | Stativ

helfen sie gut aus der Patsche. Wischen Sie Ihre Untergründe nach dem Shooting mit einem feuchten Lappen ab, sodass sie lange wie neu bleiben und sich keine Reste darauf festsetzen.

#### **Make-up-Korrekturstäbchen**

Make-up-Korrekturstäbchen sind wunderbar, um kleine Patzer auszugleichen, denn Tropfen und Kleckse sind damit sofort beseitigt. Als Alternative eignen sich auch Wattestäbchen, jedoch bestechen Make-up-Korrekturstäbchen durch ihr spitzes und plattes Ende, und sie fusseln weniger. Achten Sie der Natur zuliebe darauf, dass sie aus reiner Baumwollwatte sind und ohne Plastik auskommen.

#### **Pinsel**

Um große und kleine Brösel auf dem Set zu entfernen, helfen Pinsel in unterschiedlichen Größen. Damit erreichen Sie jede Stelle und hinterlassen keine Abdrücke. Geeignet sind Pinsel aus dem Bastelladen oder der Make-up-Abteilung.

#### **Tischstaubsauger (nicht auf dem Bild)**

Ein Tischstaubsauger ist für mich unverzichtbar. Er hilft, wenn ich auf dem Set viel gebrösel habe und schnell Ordnung schaffen möchte. Da man in der Foodfotografie größtenteils mit verderblichen Lebensmitteln arbeitet, sollte der Staubsauger regelmäßig gereinigt werden.

#### **Salzmühle und Salzflocken**

Eine Prise Salz verleiht jedem herzhaften Gericht den letzten Schliff. Besonders schön sind aufgrund ihrer besonderen Form Salzpyramiden. Da sie aber nicht zu jedem Gericht passen, habe ich immer eine Salzmühle zur Hand.

#### **Pfeffermühle und Pfefferkörner**

Ebenso ist Pfeffer ein absolutes Muss. Mit einer Pfeffermühle und bunten Pfefferkörnern gerüstet, können Sie jedes Gericht aufpeppen.

#### **Chiliflocken**

Mit Chiliflocken lassen sich Gerichte ebenfalls aufhübschen. Da sie häufig zum Einsatz kommen, habe ich sie ebenso ins Set integriert.

#### **Getrocknete Kräuter**

Generell können Sie mit getrockneten Kräutern Ihre Gerichte leicht verschönern. Ob Sie sich für eine Kräutermischung oder ein einzelnes Kraut entscheiden, hängt von Ihrem kulinarischen Schwerpunkt ab.

#### **Ceylon-Zimtstangen, Sternanis, Nelken**

Geht es auf Weihnachten zu, finden sich Zimtstangen, Sternanis und Nelken in meinem Kit. Greifen Sie zu Ceylon-Zimtstangen, diese sind nicht nur gesünder, sondern haben auch eine reizvolle Struktur. Sie lassen sich sogar per Hand zerbröseln.

## **Herzhafte Gerichte stylen**

Nachdem Sie nun die Grundlagen des Foodstyling kennengelernt haben, möchte ich etwas genauer auf einzelne Kategorien eingehen. So sollten Sie bei der Zubereitung und beim Fotografieren von Fleischgerichten etwa andere Dinge beachten als bei Nudeln. Denn indem Sie auf die einzigartige Beschaffenheit der Lebensmittel achten, können Sie diese durch Ihr Foodstyling akzentuieren.

Starten Sie eben erst mit der Foodfotografie, sollten Sie mit der Fotografie von simplen Gerichten beginnen. Wenn Sie das kochen und backen, was Sie gut können und worin Sie sich sicher fühlen, können Sie sich auf das Styling, die Bildkomposition und die Fotografie konzentrieren. Doch irgendwann möchten Sie sich wahrscheinlich weiterentwickeln, und dies geht nur, indem Sie sich intensiver mit dem Foodstyling auseinandersetzen. Denn je hübscher das Essen aussieht, desto hübscher kann das Bild werden.

Gerade kalte Gerichte sind einfacher zu fotografieren, da Sie sich für das Anrichten auf dem Teller und für das Garnieren ausreichend Zeit nehmen können. Aber wie geht man bloß vor, wenn man sich an Fleisch, Fisch oder Eintöpfe wagen möchte?

Im ersten Schritt sollten Sie die in diesem Buch vorgestellten Tipps zurate ziehen. Dann hilft es, sich zunächst ausschließlich dem Gericht zuzuwenden. Indem Sie es vor dem Shooting probekochen, anrichten und garnieren, bekommen Sie Sicherheit. Machen Sie vielleicht sogar ein Testbild, denn viele Gerichte sehen, mit der Kamera eingefangen, anders aus als in Wirklichkeit. Haben Sie leidenschaftliche (Hobby-)Köche im Freundes- oder Familienkreis, laden Sie doch zu einem gemeinsamen Kochabend ein, der nicht nur bleibende Erinnerungen schafft, sondern auch sehr lehrreich werden kann.

Bevor es nun wirklich losgeht, sollten Sie sich mit dem Setaufbau beschäftigen. Wie stellen Sie sich das Ambiente vor? Wie soll die Dekoration aussehen, und wo soll sie platziert sein? Machen Sie sich im Vorfeld Gedanken, und bereiten Sie alles weitgehend vor. Nun geht es mit ausreichend eingeplanter Zeit in die Küche.

## Zehn Möglichkeiten, herzhafte Gerichte zu garnieren

Die sorgfältige Zubereitung sowie das Anrichten und Garnieren auf dem Teller sind das A und O beim Foodstyling. Gerade das Präsentieren sollte nicht zu kurz kommen. Daher finden Sie im Folgenden am Beispiel einer Suppe einige Styling-Möglichkeiten. Die Garnituren können auch auf andere Gerichte angewendet werden.

Stylen Sie Ihr Gericht final am Set, und überlegen Sie, welcher Blickwinkel der optimale für die Aufnahme ist. Betrachten Sie den Teller immer wieder aus dieser Richtung, um sicherzugehen, dass die Garnitur von dieser Seite aus besonders schmeichelhaft wirkt.

### Frische Kräuter

Auch ohne besonders grünen Daumen empfiehlt es sich, Kräuter im Blumenkasten, auf dem Balkon oder im Garten anzupflanzen. So haben Sie immer eine schmackhafte Deko parat, die jedes Gericht akzentuiert. Damit die Kräuter lange frisch bleiben, sollten Sie sie erst kurz vor dem Garnieren abschneiden. Im Notfall können Sie allerdings »schlappen« Kräutern durch ein Bad in kaltem Wasser wieder Knackigkeit verleihen. Umgekehrt sollten Sie bei warmen Gerichten vorsichtig bzw. schnell sein, da sich Basilikum und Co. bei Wärme braun verfärben. Persönlich drapiere ich Kräuter gerne mit der Unterseite nach oben, da die Blattstruktur so besser zur Geltung kommt. Waschen und trocknen Sie Kräuter vor dem Hacken gründlich. Nutzen Sie zum Trocknen entweder ein sauberes Geschirrtuch und tupfen Sie die Kräuter vorsichtig ab, oder trocknen Sie sie in einer Salatschleuder. Denn schneiden Sie feuchte Kräuter, bleiben diese auf Ihrem Schneidebrett haften und werden leicht beschädigt, sodass ihr Saft austritt. Dann ist der dekorative Effekt dahin.

### Hartkäse

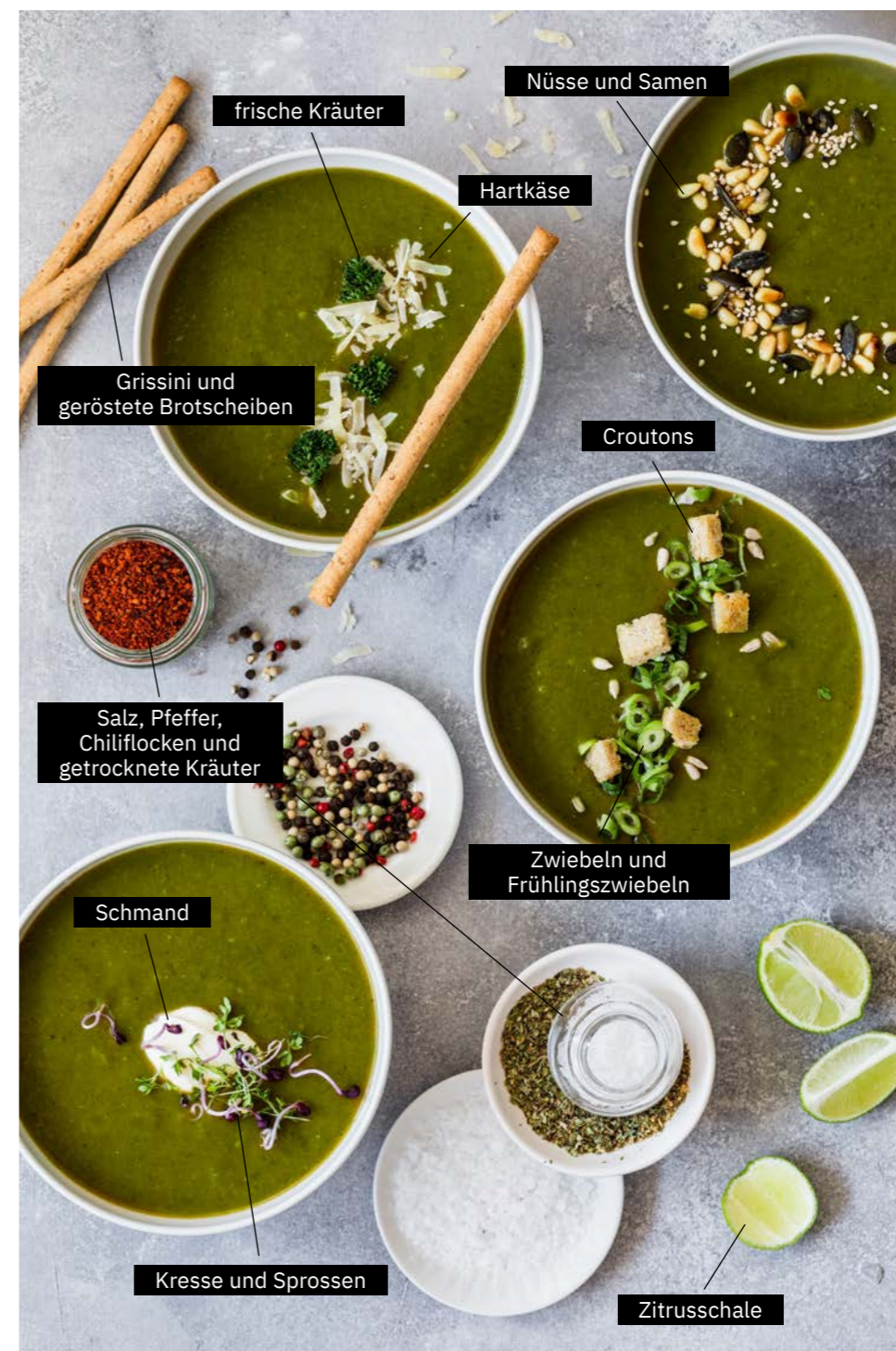
Käse ist nicht nur bei Nudeln ein gern gesehener Begleiter. Fein oder grob geriebener Hartkäse passt zu vielen herzhaften Gerichten. Da man mit Parmesan und Co. im Alltag fast immer krümelt, sollte Sie das auch auf dem Bild tun.

### Grissini und geröstete Broteisbeiben

Bringen Sie mit Grissini und Brot eine zusätzliche Ebene ins Bild! Stecken Sie etwa ein Stück Brot in den Eintopf und heben Sie damit die Zutaten an, sodass sie besser zur Geltung kommen. Alternativ können Sie dafür auch einen Löffel nutzen.

### Nüsse und Samen

Nüsse und Samen zahlen durch ihre unterschiedlichen Größen und Formen nicht nur optisch auf das Foodstyling-Konto ein, sondern schmecken zudem köstlich.



### ← Hübsch aufgetischt

Lecker garniert, macht eine Suppe und auch jedes andere Gericht einfach mehr her!

100 mm | f5,6 | 1/4 s |  
ISO 125 | Stativ

Rösten Sie Haselnüsse, Mandeln, Cashewkerne und schwarzen sowie weißen Sesam ohne Fettzugabe in einer Pfanne an, bis es fein duftet. So sehen sie noch appetitlicher aus, und die Aromen kommen besser zur Geltung. Auch Walnüsse, Kürbiskerne und Sonnenblumenkerne sind ein wahrer Augenschmaus. Halten Sie aber die Pfanne im Blick, und rühren Sie regelmäßig um. Die Grenze zwischen appetitlich gebräunt und verbrannt wird schnell überschritten. Geben Sie die Nüsse und Kerne danach gleich in eine Schale. Auch wenn der Herd ausgeschaltet ist, können sie mit der Restwärme der Pfanne schnell zu stark nachbräunen.

#### Selbst karamellisieren

Sie können Nüsse und Samen alternativ karamellisieren. Bringen Sie dafür 30 g Butter mit 30 g Rohrzucker in einer Pfanne bei mittlerer Hitze zum Schmelzen. Rühren Sie nicht mit einem Löffel oder Schneebesen im Topf, sondern schwenken Sie ihn nur, um zu vermeiden, dass die Masse klumpt. Geben Sie dann 100 g Nüsse oder Samen nach Wahl hinzu, und rühren Sie alles gut durch. Sobald das Karamell eine goldgelbe Farbe annimmt, verteilen Sie den Mix auf einem Backpapier und lassen ihn fest werden. Brechen Sie diesen dann gegebenenfalls in Stückchen.

#### Croutons

Croutons bereichern Gerichte mit einer knusprigen Komponente und sehen sehr ästhetisch aus. Sie sind rasch zubereitet, eine tolle Resteverwertung für altes Brot und halten sich in einem luftdicht verschlossenen Glas mehrere Monate. Schneiden Sie altes Brot in kleine Quadrate, legen Sie die Stücke auf ein mit Backpapier belegtes Backblech. Verteilen Sie nach Wunsch etwas Olivenöl und getrocknete Kräuter der Provence darauf, und mischen Sie alles durch. Backen Sie das Ganze rund 15 Minuten bei 170 °C Ober-/Unterhitze.

#### Frühlingszwiebeln und Zwiebeln

In feine Streifen geschnitten, werten Frühlingszwiebeln und Zwiebeln jedes Gericht auf. Vor allem, wenn sie schon im Gericht enthalten sind, sollten sie nicht als Garnitur fehlen. Bei Frühlingszwiebeln eignen sich besonders die saftig grünen Enden zu Dekorationszwecken. Schneiden Sie sie in Ringe oder Streifen.

#### Schmand

Ein Klecks Schmand schafft eine gute Grundlage für zusätzliche Toppings. Vor allem, wenn diese eine ähnliche Farbe wie die Speise haben, heben sie sich durch den weißen Untergrund angenehm vom Gericht ab.

#### Kresse und Sprossen

Kresse und Sprossen sind absolute Eyecatcher auf herzhaften Gerichten. Besonders lila Sprossen sehen fantastisch aus. Häufig gibt es im Supermarkt Packungen mit unterschiedlichen Sprossen. Alternativ können Sie diese auch selbst züchten.

#### Zitrusschale

Abgerieben oder in Zesten abgezogen, verfeinert die Schale von Biozitrusfrüchten vor allem Gerichte mit Fleisch und Fisch sowie Speisen aus dem asiatischen Raum. Da sie schnell an den Fingern haftet, sollte Sie sie besser mit einer Pinzette positionieren.

#### Salz, Pfeffer, Chiliflocken und getrocknete Kräuter

Salz, Pfeffer, Chiliflocken und getrocknete Kräuter gehören zum Standardrepertoire und sollten bei herzhaften Gerichten immer bedacht werden. Eine kleine Prise reicht in vielen Fällen bereits aus.

#### Ideen sammeln

Speziell in Restaurants wird auf das Anrichten auf dem Teller und auf die Garnitur besonders viel Wert gelegt. Lassen Sie sich daher beim nächsten Mal inspirieren, und halten Sie Ideen, die Ihnen gefallen, in einem Notizbuch oder in einer Notizen-App auf Ihrem Smartphone oder einfach fotografisch fest. Versuchen Sie aber später nicht, ein Gericht zu imitieren, sondern sehen Sie Ihre Notizen und Fotos als Ideensammlung an.

#### Suppen

Einige Beispiele, wie Sie Suppen aufpeppen können, haben Sie bereits gesehen. Doch was tun, damit die Einlage nicht direkt einsinkt? Bei Cremesuppen gibt mit Wasser angerührter und fest gewordener Grießbrei der Garnitur Stabilität, bei klaren Suppen kann mit Gelatine angedickte Gemüsebrühe helfen. Beides wird vorher in die Schalen oder Teller gefüllt und sollte komplett abkühlen. Danach wird nur eine dünne Schicht Suppe darauf gegossen. Nach dem Shooting können Sie die Suppen wieder abgießen und ganz normal verzehren. Ein umgedrehtes Schälchen auf dem Boden eines tiefen Tellers kann ebenfalls für ein Plateau sorgen, mit dem Sie der Garnitur Stabilität geben können.

Bereiten Sie Ihre Cremesuppe für das Foto mit weniger Flüssigkeit als normal zu. Durch die Dickflüssigkeit sinkt die Garnitur weniger ein. Um Sie später zu servieren, können Sie weitere Brühe untermischen, bis die gewünschte Konsistenz



#### ↑ Für Stabilität sorgen

Die Suppenschüsseln sind mit Grießbrei gefüllt, der zum Zeitpunkt des Shootings schon ausgekühlt und fest ist. Erst dann kommt eine dünne Schicht Suppe zum Einsatz. Nun können die Toppings nicht mehr absinken.





#### ↑ Schicht für Schicht

Arrangieren Sie erst die Suppeneinlage auf dem Teller (links), und geben Sie dann die Brühe dazu (rechts). So bleibt alles an Ort und Stelle.

100 mm | f3,5 | 1/10s | ISO 100 | Stativ

für den Verzehr erreicht wird. Abhängig davon, welche Toppings Sie verwenden, ergibt es Sinn, die Suppe in abgekühltem oder kaltem Zustand zu fotografieren. Damit Suppenteller keine unschönen Ränder übergeschwappter Suppe aufweisen, sollte die Suppe erst am Set eingefüllt werden.

Bei klaren Suppen sollten Sie außerdem erst die festen Bestandteile im Teller arrangieren und dann nur so viel Brühe aufgießen, dass nichts davonschwimmt und der Inhalt gut erkannt werden kann.



#### ↑ Ganz natürlich

Lassen Sie das Grün am Gemüse dran, sieht es noch appetitlicher aus.

10 mm | f3,5 | 1/50s | ISO 200 | Stativ

### Gemüse

Das Wichtigste bei der Zubereitung von Gemüse ist, zu gewährleisten, dass es die Farbe behält. Daher sollte es nicht zu lange gekocht und im besten Fall nur blanchiert werden. Brokkoli zum Beispiel bekommt dadurch eine deutlich intensivere Farbe. Besser noch geben Sie 1 TL Natron pro Liter Kochwasser hinzu, um die Farbe von Erbsen, Kohl und Spinat zu erhalten. Ein Schuss Essig ins Wasser hat bei Brokkoli die gleiche Wirkung. Wie anfangs erwähnt, sollten Sie besonders auf



#### ↑ Aus der Reihe tanzen

Halten Sie nach besonderen Gemüse- und Obstsorten Ausschau, und überraschen Sie so auf Ihren Foodfotos.

90 mm | f2,8 | 1/160s | ISO 100

perfekt unperfekte Qualität setzen. Indem Sie Karotten mit Grün oder Tomaten an der Rispe kaufen, steuern Sie dem Bild viel Natürlichkeit bei. Diese können als Deko, aber auch im Gericht selbst verwendet werden (denken Sie an Ofengemüse). Gemüse ist wunderbar vielseitig, da Sie es auf so viele unterschiedliche Arten zuschneiden können. Achten Sie beim nächsten Einkauf darauf, ob Sie besondere Gemüsesorten oder -varianten finden. Tolle Beispiele sind Ringelbete (eine Rote-Bete-Sorte) oder gestreifte Auberginen.

## Salat

Ist Ihnen schon einmal aufgefallen, dass der Salat in Restaurants selten vermischt serviert wird? Daran sollten Sie sich ein Beispiel für Ihre Foodfotos nehmen. In Restaurants kommt der grüne Salat als Erstes in die Schüssel, und darauf türmen sich Schicht für Schicht alle weiteren Zutaten. Die Soße wird häufig separat

serviert, befindet sich im unteren Teil des Tellers oder wurde nur an einigen kleinen Stellen übergeträufelt. Vor allem mit cremigen Soßen vermischter Blattsalat wirkt rasch schlapp und unappetitlich.

Sollte der Salat vor der Zubereitung den Kopf hängen lassen und nicht mehr so frisch aussehen, liegt dies häufig an Wassermangel. Damit der Salat wieder frisch und knackig wird, können Sie ihn 15 Minuten in kaltem Wasser mit einem Esslöffel Zucker ziehen lassen.

Denken Sie außerdem daran: Salat muss nicht zwangsläufig in einer großen Schale serviert werden. Sie können auch einzelne Portionen auf Tellern anrichten, eine geschmackvolle Servierplatte verwenden oder ihn in ein Glas schichten. Erleichtern Sie sich die Arbeit: Mischen und arrangieren Sie Ihren Salat mit den Händen, so haben Sie viel mehr Feingefühl als bei der Nutzung von Salatbesteck.

### ← Salat mal anders

*Sie können Salat auch hübsch in Gläser schichten! Die Pilze sind in diesem Fall jedoch unten im Glas, da sie sonst den Feldsalat zusammendrücken würden. Das Schälchen im Vordergrund akzentuiert die Pilze durch Wiederholung.*

100 mm | f3,5 | 1/10 s | ISO 100 | Stativ



### ← Köstlicher Salat

*Damit die Pilze zur Geltung kommen, liegen sie oben auf dem Feldsalat auf und sind nicht unter den Salat gemischt.*

100 mm | f3,5 | 1/5 s | ISO 100 | Stativ