

VIRGINIE SCHEELINCK

# PIMP your food

Hoe je  
gerechten  
laten schitteren  
met jouw  
smartphone



9	Voorwoord
11	Food

## 1

### DE SMARTPHONE

21	
22	• Smartphone vs. 'echte' camera
23	• De lens van je smartphone
25	• Camerastanden
32	• Camera-instellingen
47	• Back-ups
49	• Updates
49	• Foto's verkleinen alvorens te publiceren

## 2

### BELICHTING

51	
52	• Hoeveelheid vs. kwaliteit licht
53	• Daglicht
56	• De richting van het licht
60	• Kunstmatige verlichting
61	• Licht reflecteren
64	• Fotograferen op restaurant

## 3

### COMPOSITIE

67	
69	• Horizontaal vs. verticaal
69	• Less is more
71	• Maak jezelf klein

- 71 • Invalshoeken
- 76 • Schetsen
- 76 • Compositietechnieken: de basis
- 83 • Geavanceerde compositietechnieken

## 4

### STYLING

- 91
- 92 • Het stylen van een gerecht
- 96 • Het kleurenwiel
- 106 • Enkele tips
- 107 • Mannelijke en vrouwelijke accenten
- 110 • Structuur: maak het met opzet messy

## 5

### PIMP YOUR FOOD

- 119
- 120 • Pimp your lasagna
- 125 • Pimp your pasta
- 127 • Pimp your salad
- 131 • Pimp your soup
- 135 • Pimp your smoothie bowl
- 138 • Pimp your pizza
- 141 • Pimp your drinks
- 142 • Pimp your pie

## 6

### PROPS

- 145
- 146 • Neutrale props
- 147 • Textiel
- 147 • Kookpotten en pannen

- 147 • Handgemaakt servies
- 150 • Drukke patronen
- 150 • Glanzend vs. mat
- 150 • Thema
- 151 • Handen gebruiken als model
- 151 • Back to basics

## 7

### BACKDROPS

- 153
- 154 • Gebruik verschillende ondergronden
- 155 • Gebruik wat je in huis hebt
- 156 • Hout
- 158 • Tweedehands backdrops
- 158 • Zelf backdrops maken
- 160 • Vinyl
- 161 • Andere backdrops
- 162 • Zelf backdrops fotograferen
- 162 • Voor welke ondergrond kies je het best?

## 8

### FOTOBEWERKING

- 165
- 166 • Snapseed
- 167 • Aan de slag met Snapseed
- 179 • Weet wanneer je moet stoppen

- 180 Nog enkele tips
- 183 Dankwoord





•

## VOORWOORD

Dit boek is opgedragen aan mijn ouders, en in het bijzonder aan mijn papa, van wie ik zeer plots en onverwacht in februari 2020 afscheid moest nemen. Ik schreef dit boek, mijn allereerste boek, vlak na het overlijden van mijn lieve papa. Dat in combinatie met ons land dat een maand later in coronalockdown ging, zorgde voor op zijn minst een aantal pittige, emotionele maanden.

Als freelancer viel mijn inkomen van de ene dag op de andere weg door de coronalockdown. Ik had geen andere keuze dan in de tiende versnelling te schakelen om op een andere manier een inkomen te genereren. Tijd om deftig te rouwen was er op dat moment niet. Ik besloot mijn workshops food fotografie te digitaliseren en in minder dan een maand tijd lanceerde ik de e-course 'Food fotografie en styling'. En gelukkig met groot succes! Hierdoor besloot ik om Studio Food Stories op te richten, een platform waar ik mijn passie doorgeef aan enthousiaste cursisten.

Mijn papa was zonder twijfel mijn allergrootste fan. Hij maakte van ieder moment gebruik om mij te bestoefen bij anderen en vol fierheid te spreken over mijn job. Hij was apetrots toen ik vertelde dat ik mijn eerste boek samen met Borgerhoff & Lambergts ging uitbrengen. Jammer genoeg kan ik het resultaat niet meer met hem delen. Maar mijn mama neemt de taak van apetrots zijn dubbel en dik over. Na het overlijden van papa ben ik tijdelijk ingetrokken bij mama, waardoor ze het volledige proces van dichtbij heeft kunnen volgen. We hebben samen gehuild en gelachen. We zijn elkaars steun en toeverlaat en dankzij mama heb ik mijn boek tot een goed einde kunnen brengen. Dus dank je wel mama, om zo'n fantastische mama te zijn. En dank je wel papa, om zo'n geweldige papa te zijn. Ik mis je iedere dag.



**FOOD** *is the ingredient that binds us.* Eten gaat over mensen. Het is misschien wel het enige universele dat mensen kan samenbrengen. Ongeacht de cultuur, over de hele wereld, eten mensen samen. Maaltijden zijn geëvolueerd van eten om te overleven naar een manier om mensen samen te brengen en samen te genieten. Lunchen op de werkvloer doe je met collega's, op trouwfeesten krijgen gasten lekker eten voorgeschoteld, bij een begrafenis hoort een koffietafel, tijdens de koffiepauze neem je een koekje. In om het even welke context speelt eten altijd een heel belangrijke rol. Door samen te eten blijven we verbonden met elkaar. Daarom eten gezinnen het liefst samen, en spreken vrienden af om te koken of uit eten te gaan.

Het is dan ook niet verwonderlijk dat het fotograferen van eten vandaag hotter is dan ooit tevoren. We eten graag, maar we willen ook dat de gerechten die we op tafel toveren er mooi uitzien. Er wordt vaak gezegd dat we eten met onze ogen, en dat kan ik alleen maar beamen.

Naast lekker koken voor vrienden en familie speelt ook de presentatie van het gerecht steeds vaker een belangrijke rol. De presentatie van het eten draagt bij aan de ervaring van het samen eten.

Sommige handelingen worden ook uitgelegd via een filmpje.

[spoonful-of-happiness.be/pimpyourfood](https://spoonful-of-happiness.be/pimpyourfood)

Herken doorheen het boek de aanvullende video's aan dit icoon.

 VIDEO TUTORIAL

## FOOD FOTOGRAFIE MET SMARTPHONE VOOR IEDEREEN

Dankzij Instagram is food fotografie de laatste jaren enorm populair geworden. Vandaag gebruikt iedereen Instagram. Onze smartphones worden ook kwalitatiever, waardoor je geen dure camera meer nodig hebt om een knappe food foto te maken. De beste camera is degene die je bij je hebt... jouw smartphone! Vanuit dat principe ben ik in 2018 gestart met het geven van workshops food fotografie met smartphone.

Prachtige food foto's maken met de smartphone wordt almaar makkelijker. Hierdoor is een nieuwe soort fotograaf ontstaan: de smartphone fotograaf. En daar hoor jij dus bij!



HIERDOOR IS EEN NIEUWE  
SOORT FOTOGRAAF ONTSTAAN:  
DE SMARTPHONE FOTOGRAAF.  
EN DAAR HOOR JIJ DUS BIJ!

**Food fotografie, dat is een wereld op zich.** Dit boek is voor iedereen die houdt van food fotografie. Het is een handleiding boordevol inspiratie en handige tools, waardoor je onmiddellijk na het lezen van dit boek prachtige food foto's maakt.

Gebruik je een camera? Ook dan is dit boek de perfecte handleiding om jouw food foto's naar *the next level* te brengen, want maar een klein deeltje gaat over de smartphone. En ook dat deeltje is interessant voor wie met een camera fotografeert, want je smartphone heb je altijd op zak.

Je krijgt een stevige basis om je gerechten te laten schitteren op foto. Fotografie is heel subjectief en iedereen heeft zijn eigen stijl. Er bestaan geen vaste regels bij fotografie. De ene persoon houdt van chocolade, de andere absoluut niet. En daar is fotografie niet anders in. De bedoeling is dat je uiteindelijk jouw eigen stijl zal ontwikkelen.

Ik weet zelf ook nog niet alles over food fotografie. Maar dat is net het leuke eraan, want er is altijd wel iets bij te leren, te ontdekken. In dit boek heb ik vijf jaar ervaring voor jou samengebundeld. Vijf jaar van proberen, vallen en opstaan. Vijf jaar van leren uit mijn fouten. Daarom ben ik zeker dat je na het lezen van dit boek een enorme evolutie in jouw foto's zal waarnemen.

Je zal begrijpen hoe je omgaat met daglicht, hoe je sterke composities maakt, welke props en backdrops je best gebruikt en hoe je voor de beste styling zorgt. Natuurlijk kan je niet beter worden in food fotografie door er alleen maar over te lezen. Het belangrijkste is om de theorie om te zetten in de praktijk en veel te oefenen. Hoe meer je iets doet, hoe beter je erin wordt.

In dit boek vind je geen recepten. De focus ligt volledig op het nemen van betere food foto's. Dit boek richt zich meer op de creatieve kant van food fotografie en styling en minder op de technische kant. Toch leg ik in het eerste hoofdstuk over de smartphone kort enkele technische begrippen uit. Wanneer je snapt hoe iets precies werkt, kan je er beter mee omgaan. Bij food fotografie maakt iedereen periodes door van enorme groei en periodes van frustratie. En dat is normaal, want het maakt deel uit van het proces.

## OVER MEZELF



Geluk is iets wat ik in zoveel kleine dingen kan terugvinden. Daarom heet mijn food blog dan ook 'A Spoonful of Happiness'. Soms zijn de meest gedenkwaardige momenten de kleine, alledaagse gebeurtenissen. Eten maakt me zielsgelukkig. Reizen haalt me uit mijn comfortzone. Er is geen betere manier om jezelf echt te leren kennen. Tijdens het reizen eten bij locals, *love it!* Onverwachte ontmoetingen, nieuwe culturen, gesprekken die mijn nieuwsgierigheid prikkel... Met fotografie kan ik beide werelden combineren. Zo kan ik unieke momenten vastleggen die mijn reislust en herinneringen levend houden. Mijn manier van koken wordt beïnvloed door de reizen die ik maak. Iedere dag is anders, iedere dag is een nieuw avontuur.

In 2018 besloot ik om voluit voor mijn diepgewortelde passies te gaan. Dat was de beste beslissing die ik ooit nam. Intussen werk ik freelance als food fotografe en styliste. Ik ontwikkel recepten voor tal van bedrijven en merken, waaronder ook de televisiezender njam!

### HOE HET ALLEMAAL BEGON

Alles begon in 2015 toen ik, zonder het zelf goed te beseffen, begon met een food blog. Op dat moment was ik helemaal nog niet thuis in de wereld van bloggers. Ik volgde geen andere bloggers en wist met moeite wat het inhield. Uiteindelijk werd mijn website een food blog, waar ik recepten met foto's deel met hier en daar een persoonlijk verhaal.

Ik heb heel lang gezocht naar mezelf en worstelde met de vraag: 'Wat wil ik doen met mijn leven?' Sommige mensen weten op hun achttiende perfect wat ze willen studeren. Ik behaalde mijn diploma toerisme in de middelbare school. Als logisch vervolg studeerde ik hotelmanagement aan de hogeschool, om enkele maanden later de handdoek in de ring te gooien. Ik reis ongelooflijk graag, maar op school heb ik vooral de toerist uitgehangen. Dus ik ging werken met het idee om nadien opnieuw te gaan studeren, eens ik wist wat me interesseerde. Na twaalf jaar bij verschillende werkgevers werd het duidelijk dat ik niet gemaakt ben om voor een baas te werken. Alleen wist ik niet waarom dat zo was. Daar kwam ik pas later achter, rond mijn 31e.