

# 美食摄影圣经



[美食摄影圣经 下载链接1](#)

著者:[美]Helene Dujardin

出版者:人民邮电出版社

出版时间:2013-10

装帧:平装

isbn:9787115329974

本书由资深美食摄影师倾情打造，精选美食摄影中的诸多关键技巧，将拍摄过程化整为零、化繁为简。除了讲解用光、构图、镜头运用等知识，还对美食摄影所特有的布局、道具、色彩搭配、角度选取、拍摄时机等方面进行有针对性的介绍。作者将多年积累的经验和拍摄心得贯穿本书始末，指导读者轻松拍出令人垂涎欲滴的美食摄影作品。

本书适合从事美食（餐饮）摄影的摄影师阅读，同时也适合对拍摄美食及静物感兴趣的

摄影爱好者参考阅读。

作者介绍:

Helene

Dujardin的美食摄影和造型作品广受赞誉，经常出现在《Elle》、《Forbes》、《The Times》、《Saveur》、《CNN》、《Martha Stewart》等媒体杂志中。

目录: 第1章 摄影基础知识 17

1.1 光就是一切 18

1.2 选择相机 19

1.3 相机基本设置与拍摄模式 21

1.4 与画质相关的格式选择 23

1.5 开始拍摄 24

第2章 相机的设置与拍摄模式 29

2.1 曝光 30

2.1.1 光圈 30

2.1.2 快门速度 32

2.1.3 ISO感光度 33

2.1.4 找到光圈、快门速度与ISO的平衡点 36

2.1.5 测光 36

2.2 白平衡 37

2.3 拍摄模式 40

2.3.1 自动模式 40

2.3.2 手动模式 40

2.3.3 光圈优先 41

2.3.4 快门优先 45

第3章 自然光摄影 49

3.1 硬光与柔光 50

3.1.1 硬光 51

3.1.2 柔光 52

3.2 散射与反射 53

3.2.1 散射工具 53

3.2.2 反光工具 55

3.2.3 不同的散射与反射方式 58

3.3 自然光 62

3.3.1 室外光 62

3.3.2 窗光 65

3.4 讲述着不同故事的光 69

3.5 光线的方向 70

3.5.1 顺光 70

3.5.2 逆光 70

3.5.3 侧光 73

第4章 人造光源摄影 79

4.1 照明设备 80

4.2 摄影棚内的工具 80

4.2.1 灯 81

4.2.2 控光伞 82

4.2.3 纱质幕布 82

4.3 架设器材 83

4.3.1 棚内灯光与控光伞 84

4.3.2 用纱质幕布来散射光线 86

4.3.3 相机的内置闪光灯	87
4.4 离机闪光灯	91
4.4.1 离机闪光灯设置	92
4.4.2 离机闪光灯“跳灯”应用	93
4.5 无线引闪	96
4.6 可以自由移动的持续光源与柔光箱	98
4.6.1 可以自由移动的持续光源	98
4.6.2 柔光箱	99
第5章 构图	103
5.1 安排拍摄对象在画面中的位置	104
5.1.1 偏离画面中心	104
5.1.2 居中	108
5.2 三分法构图	111
5.3 焦点	116
5.4 景深	119
5.5 透视	124
5.6 拍摄角度	128
5.6.1 平视	128
5.6.2 俯视	129
5.6.3 四分之三角度	130
第6章 布置拍摄场景	133
6.1 建立自己的工作区	134
6.1.1 位置	136
6.1.2 便利性	137
6.2 规划拍摄工作	138
6.2.1 研究你的食谱	138
6.2.2 查看菜单	145
6.3 挑选装饰配菜	148
6.4 建立完整情景	151
6.4.1 呈现与诉说	154
6.4.2 让菜肴成为主角	156
6.4.3 装饰道具	156
6.4.4 背景	160
6.4.5 桌布等布制品	162
6.5 运用高度与色彩强调或补足画面	166
6.5.1 高度的运用	166
6.5.2 色彩的运用	168
6.6 联机拍摄	170
第7章 造型	173
7.1 香草与辛香料	174
7.2 面包	176
7.3 坚果	176
7.4 水果与蔬菜	178
7.4.1 水果	179
7.4.2 蔬菜	181
7.5 酱汁	188
7.6 主菜	193
7.7 鱼和肉	194
7.8 炖菜、炒菜及面食	198
7.8.1 为炭烤鲑鱼意大利面做造型	200
7.8.2 汉堡与三明治	203
7.8.3 早餐类烘焙食品	204
7.9 甜点	208
7.9.1 蛋糕	208

7.9.2 派饼	210
7.9.3 冰激凌与其他冰冻类甜点	211
7.10 热饮与冷饮	215
7.10.1 玻璃杯	216
7.10.2 热饮	216
7.10.3 冷饮	216
7.10.4 装饰配料	217
7.11 实用的工具	218
7.11.1 镊子（小夹子）	219
7.11.2 棉花棒	219
7.11.3 厨房纸巾	219
7.11.4 小刷子	219
7.11.5 喷水壶	221
7.11.6 酱汁瓶	221
7.11.7 吸管	221
第8章 拍摄之后	223
8.1 导入文件	224
8.1.1 连接线	224
8.1.2 读卡器	224
8.1.3 文件大小	224
8.1.4 后期处理	225
8.1.5 图像处理软件	225
8.1.6 照片的校正与调整	227
8.1.7 色域	228
8.1.8 特效	228
8.2 文件储存	228
8.3 文件备份和存储设备	230
8.4 照片分享	231
8.4.1 E-mail（电子邮件）	231
8.4.2 文件分享服务	232
8.4.3 FTP	232
8.4.4 Dropbox	233
8.4.5 打印照片	233
8.4.6 版权问题	233
附录A：名词解释	237
附录B：摄影装备介绍	243
· · · · · (收起)	

[美食摄影圣经 下载链接1](#)

标签

摄影

美食

美食摄影

摄影知识

我想读这本书

饮食

生活

攝影

评论

知道我在看这本书的过程中吃了多少巧克力吗？家里的Venchi、NOVI和FERRERO几乎全被我吃光了。sigh……书中拍摄的美食的确太美，以至于让我不顾身材地食欲大开。我要勤加练习，拍出好看的照片。欧耶！2014目标之一。

---

手把手系列/模式化

---

包含一些基础摄影知识以及一些针对食物摄影的内容，还是挺实用的，而且非常浅显易懂

---

借来的书，翻译感觉缺点爱，看文字有点累，但是一看到图片就有精神了。每次翻来这本书，都有想卷子袖子大干一场的欲望。

---

主要说的是围绕在摄影外面需要准备的工作。

---

有用

作者写得挺详细周全了

其实全书大部分就是在介绍甜品摄影，不能扩大到“美食”这么大的范围。对于想拍中餐的完全没有启发。拍摄甜品部分很多技巧还是不错的。

[本]  
书比想象中小，字比想象中大。内容比较浅显易懂，喜欢作者鼓励大家多多尝试的态度，也喜欢控制一个变量的对比照片。不过美食的照片看多了很容易疲劳啊……我现在想拍有氛围感的食物照片，还要继续学习和练习！（现在还在摆拍的摸索阶段……

对于想拍出欧美清新调调的美食图片，还是挺有用的。推荐一下。虽然书的名字有些不起眼……

难得有让我能从头看到尾的摄影书。

很实用的拍摄技巧，风格赞

没啥实用价值，买回来积灰了，食物摄影也需要琢磨出一套自己的方式，太系统化的图书教学反而局限了这样的创作发挥。

有些小技巧可以用，整体一般般，拍食物最好也带着感情拍吧～

看了两遍，可能要看第三遍，好好参透里面的细节。作者是真心爱美食，喜欢使用自然光跟逆光拍摄手法，百微镜头拍摄很多作品。收益很多，希望多练习多进步

各种小tips

前面太基本。。。然后后面的贴图少啊

很高质量

针对性比较强，更像是科普读物。不会介绍摄影本身的技术方面知识，主要是对美食拍摄的一些思路，喜欢拍美食的看看还不错。

有些小技巧，但很多都是浅层面的

[美食摄影圣经 下载链接1](#)

## 书评

忘了从哪里看来的一个所谓的技巧，说是美食图片，尤其是餐馆菜谱上的美食图片，多半是在食物尚未煮熟的情况下拍摄的，这样，就可以保持食物的新鲜状态。  
一误数年。

害得我每每在点菜时还要装13——可恨的是，我那帮狐朋狗友在我大放厥词之际竟然还不点醒我。真是丢人丢到爪哇...

大热的美食博客Tartelette的博主Helene出的美食摄影书，如果你喜欢她博客图片的风格 (<http://www.tarteletteblog.com/>)

\*无需翻墙，多好\*)，就值得买来看看，更别说英文原版Plate to pixel在Amazon上热卖而且评价是4.5星之高啦。我觉得写得蛮有诚意的，最有收获的是有不少布景...

学习摄影的过程，其实就是深入并细致体验生活的过程。学完第一章，总结如下：

Tips 1：了解自己的拍照设备

由于经费有限，单反太贵，于是我使用了手边最趁手的摄影工具--手机。 Tips 2：

为拍摄布置场景，并突出美食主角

作为「票友」，并没有设置专门的摄影棚。加之本着充...

---

作者是位非常擅长用自然光拍摄的美食摄影师，写作态度也非常诚恳，前面的部分讲的比较基础，相机的选择和设置，不同光线的效果，后面针对不同的食物详细讲解了自己的拍摄技巧，不过本书给我最大的启示不是作者的拍摄技巧，而是作者在字里行间充满了对拍摄的热爱，乐此不疲地去...

---

---

作者是位非常擅长用自然光拍摄的美食摄影师，写作态度也非常诚恳，前面的部分讲的比较基础，相机的选择和设置，不同光线的效果，后面针对不同的食物详细讲解了自己的拍摄技巧，不过本书给我最大的启示不是作者的拍摄技巧，而是作者在字里行间充满了对拍摄的热爱，乐此不疲地去...

---

我看的是英文版的，标题和中文翻译完全不一样嘛，plate to pixel,就是食物数码摄影的意思。这本书给的摄影方法是非常教科书式的，就是you cannot go wrong with it，入门还不错，之后提高，还是得看自己，毕竟这是门艺术，在诗外的功夫比较多

---

[美食摄影圣经 下载链接1](#)