

La démarche photographique



Dans notre pratique de la photographie, et particulièrement lorsque nous débutons, les réglages de l'appareil photo accaparent toute notre attention, laissant de côté l'essentiel : la mise en valeur de nos plats. Elle passe essentiellement par le choix de nos mises en scène, les règles de composition et la gestion de la lumière. Nous aborderons en détail dans ce chapitre toutes les étapes de la conception d'une image culinaire.

LA MISE EN SCÈNE

À présent, mettons de côté la partie technique de la photographie pour nous attarder sur une partie plus créative, celle de la mise en scène. Accessoiriser un décor, créer une ambiance ou prêter un soin particulier au stylisme culinaire font partie des quelques étapes qui vont faire appel à votre sensibilité. Ce chapitre vous aidera à développer un style photographique. C'est tout un univers propre à votre personnalité que vous apprendrez à construire.

Déclencher au bon moment

Une photographie culinaire ne s'improvise pas et doit être pensée à l'avance. Si la mise en scène est réalisée dans la précipitation, votre sujet ne sera pas mis en valeur et le résultat s'en ressentira inévitablement.

De l'organisation

Premier point de votre organisation : la préparation de votre matériel. Si vous possédez plusieurs objectifs, choisissez celui ou ceux que vous souhaitez utiliser. Nettoyez-le(s) si nécessaire : un objectif propre donne une image plus nette. Regroupez trépied, filtre et réflecteur si vous en avez besoin.

Vérifiez que votre carte mémoire se trouve bien à l'intérieur et que votre batterie est chargée. Il n'y a rien de plus agaçant que de tomber en panne de batterie alors qu'une mise en scène est prête à être photographiée.

Ce sont certes des détails, mais des détails qui peuvent vous faire gagner un temps précieux et vous éviter de manquer le meilleur moment photographique de votre plat.

Il est important de concevoir votre mise en scène avant même de passer en cuisine. Réfléchissez à l'ambiance que vous voulez retranscrire et aux accessoires que vous souhaitez utiliser. Poursuivez votre réflexion pendant la préparation de votre recette : des épiluchures, un ustensile, quelques légumes tranchés sont autant d'éléments qui peuvent agrémente une scène.

Analysez votre plat. Ses nuances sont une bonne base pour la coordination des couleurs de votre décor. Les odeurs qui s'en émanent peuvent également vous guider dans le choix de votre ambiance.

Lorsqu'une idée vous vient, mettez-la en application sans attendre : regroupez vos éléments décoratifs et disposez-les dans votre scène. Accordez-vous entre 15 et 25 minutes de préparation avant de réaliser vos prises de vue. Cela laissera le temps à votre idée de se préciser.

Toute l'organisation de votre séance doit être pensée en fonction de la lumière du jour. Privilégier une lumière naturelle permet de mettre en valeur votre scène. Si vous connaissez le moment idéal de la journée pour vos prises de vue, vous saurez tout simplement quand cuisiner et photographier. Selon les saisons, la durée d'ensoleillement n'est pas la même. Adaptez-vous à ce facteur parfois capricieux.

L'instant décisif

Photographier, c'est figer un instant précis de votre scène. Vous devez déclencher au moment où votre plat semble le plus gourmand : c'est ce que nous pouvons appeler l'instant décisif, en référence au photographe Henri Cartier-Bresson à l'origine de ce concept. En préparant votre décor à l'avance, votre plat pourra être photographié au bon moment. Trop tôt, il ne serait pas encore photogénique : présentation inachevée, vapeur trop présente... Trop tard, il ne sera plus assez photogénique : pâtes collantes, salades défraîchies, légumes verts ternis...



► *La vapeur peut être un élément gênant lorsqu'elle est trop présente. Cependant, photographiée au bon moment, elle révèle que les légumes sont tout juste cuits, comme ici avec ces petits pois.*

Chaque plat est différent. Vous n'aurez pas les mêmes délais d'attente pour réaliser vos prises de vue. Un gâteau au yaourt, par exemple, peut être photographié dans la journée ou le lendemain. Tandis qu'une glace n'attendra pas plus de 5 minutes avant de changer d'aspect.



- *En haut à gauche, le sorbet tout juste sorti du congélateur paraît figé par la présence du givre. Après quelques minutes à température ambiante, la consistance de la glace change et devient parfaite. Elle semble moelleuse et coule le long de la verrine. Effet gourmand garanti. 30 minutes plus tard, la boule se liquéfie complètement. Elle semble beaucoup moins appétissante.*

Vous devez vous adapter à votre sujet, et non l'inverse. Toute la difficulté réside dans la gestion des plats qui perdent rapidement leurs caractéristiques visuelles. Avec l'attente, un espuma fond, une sauce se fige, une boisson pétillante perd ses bulles, une herbe se fane, une vinaigrette se dissocie... Vous devez organiser vos prises de vue en prêtant attention à l'effet du temps sur vos aliments.

Avec un décor préparé à l'avance et votre matériel à proximité, il ne vous restera plus qu'à placer votre plat au sein de votre scène pour réaliser aussitôt les différents clichés.



- *L'aspect brillant et encore coulant de ce glaçage a été photographié au bon moment. 10 minutes plus tard, le glaçage perdait ses qualités visuelles qui donnent à ce gâteau un rendu gourmand.*

Les bonnes questions

Pour vous aiguiller, voici quelques questions auxquelles je vous invite à répondre dès que vous souhaitez planifier une séance photo :

- À quel moment de la journée dois-je prendre en photo mon plat pour avoir la plus belle lumière ?
- Mon plat peut-il attendre la mise en place de ma scène ou devrai-je la réaliser à l'avance ?
- En combien de temps mon plat va-t-il évoluer et changer d'aspect ?

Vous serez alors à même de juger de l'organisation de votre mise en scène et de vos prises de vue.

Prenons pour exemple une soupe de poisson.

C'est entre la fin de la matinée et le début de l'après-midi que je peux espérer trouver la meilleure lumière. Estimant le temps de préparation et de cuisson de mon plat à 45 minutes, j'ai réalisé cette recette le matin même. Une fois que cette soupe fut prête, sa chaleur risquait de faire faner les herbes fraîches que j'avais prévues en guise de décoration. J'ai préféré la laisser tiédir légèrement. Cela m'a laissé le temps de finaliser ma scène. Lorsque tous les éléments furent réunis (décor, plat, matériel), j'ai pu commencer ma séance photo.

En tant que blogueuse culinaire, j'ai dû changer mes habitudes pour améliorer mes photographies. Je me suis adaptée à la lumière du jour. Vivre un peu en décalé ou déguster un plat réchauffé fait partie des règles du jeu. Petit à petit, vous trouverez également des astuces pour vous organiser autrement : réserver une part pour la photographe ultérieurement, planifier les séances de prises de vue le week-end si vous travaillez la semaine...

Ce sont des astuces parfois contraignantes. Mais elles sont les prémices d'une photo plus aboutie et professionnelle.

Trouver son style

Nous pouvons définir le style photographique comme ce « petit quelque chose » qui permet d'identifier l'auteur derrière ses clichés. Il s'agit tout simplement de sa patte artistique. Chaque photographe possède un style empreint de sa personnalité et de son point de vue.

Un style naît de l'association des choix que nous faisons. Ils commencent par le matériel que nous utilisons. Un objectif macro ou un grand-angle n'offrent pas la même perception d'une scène. Chaque appareil photo garantit des qualités d'images différentes. Les choix techniques, d'éclairage, de profondeur de champ, d'exposition, de post-traitement permettent de construire au fur et à mesure votre univers. N'oublions pas non plus vos choix de décor, de couleurs, de matières...



► Soupe de poisson pimentée.

Il serait incorrect de penser qu'un photographe possède un style unique et qu'il n'en change pas. Vos images doivent évoluer en même temps que vos goûts. Au fil de vos expériences, vous allez développer et affiner votre style. Vous devrez sans cesse vous remettre en question pour qu'il ne reste pas figé dans le temps.

Vous êtes-vous déjà demandé quel était votre univers ? Il peut être féminin, élégant, ludique, épuré, mystérieux, *vintage*. C'est très difficile d'avoir un regard extérieur sur son propre travail. Alors, pour vous aider, demandez à vos proches de définir vos images. Si les adjectifs manquent, c'est que vous n'avez pas encore trouvé votre style.

C'est en posant des mots sur votre style que vous pourrez avancer et apporter une réflexion supplémentaire à vos envies. Posez-vous les bonnes questions : comment souhaitez-vous photographier ? Comment vous différencier ?

Voici quelques pistes pour vous aider dans votre recherche.

Inspirez-vous

Puisez votre inspiration parmi les différents blogs de cuisine, feuillotez les magazines et livres culinaires. Dans votre démarche, listez ce qui vous plaît : s'agit-il de la lumière, des couleurs, du cadrage, de l'exposition, de l'ambiance, de la vaisselle ?

S'inspirer n'est pas copier. Cherchez toujours à apporter votre point de vue. Pour cela, commencez par trouver des défauts aux images que vous appréciez pour analyser plus facilement les choix que vous auriez faits à la place du photographe. C'est une bonne base pour mieux appréhender vos envies photographiques.

Définissez ce qui vous plaît et ne vous plaît pas

Prenez le temps d'analyser vos attentes en matière de rendu.

- Préférez-vous les ambiances lumineuses ou plutôt sombres ?
- Quel type de décor aimez-vous ?
- Quelles matières vous plaisent ?
- Souhaitez-vous des images colorées ou, au contraire, des ambiances plus neutres ?

Demandez-vous quels sont les moyens à mettre en œuvre pour arriver au résultat espéré. Pourquoi ne pas créer un dossier sur votre ordinateur pour y réunir les images que vous aimez ? Ce portfolio d'inspiration vous servira de guide.

Soyez curieux

Intéressez-vous au savoir-faire du photographe pour mieux apprécier son travail. Analysez ses images pour comprendre les moyens qu'il a employés : l'orientation de la lumière, la façon dont il l'exploite, l'exposition de la photo, la profondeur de champ, la disposition des éléments... N'hésitez pas à relire le premier chapitre de ce livre pour vous familiariser avec la technique. De bonnes connaissances photographiques sont primordiales pour cerner votre sujet et pour que rien ne freine votre créativité.



► J'aime les mises en scène rustiques dans les tons plutôt sombres. J'utilise une faible profondeur de champ (entre $f/1,8$ et $f/2,5$) pour apporter de la douceur à mes photographies. Le cadrage dans un des coins supérieurs est également un de mes choix photographiques favoris.

L'idée n'est pas de reproduire à l'identique un rendu, mais de vous offrir la possibilité de vous approprier une idée en la modulant à votre manière. En testant, vous serez sûrement amené à faire des découvertes créatives auxquelles vous n'auriez probablement pas pensé.

Osez et expérimentez

N'ayez pas peur de vous lancer et d'oser des images que vous n'aviez encore jusque-là jamais réalisées. Sortez des sentiers battus ! Tous vos essais ne seront sûrement pas concluants, mais c'est de cette manière que vous arriverez à cerner et affiner votre univers. Notez ce qui a fonctionné et ce qui n'a pas eu l'effet escompté. Trouvez de nouveaux angles, repoussez vos limites. Les idées ne viennent pas toujours facilement, il faut parfois savoir faire une pause pour repartir sur de nouvelles bases.



► *J'essaie le plus possible de varier le style de mes photographies en présentant des univers plus lumineux ou plus colorés.*

Remettez-vous en question

Vous avez enfin trouvé un style qui vous correspond ? Maintenant, il s'agit de ne pas vous reposer sur vos acquis. Non seulement vous vous lasserez de vos séances de prises de vue, mais vous finiriez également par ennuyer votre spectateur. Soyez toujours à la recherche de nouveautés : un nouveau décor, une nouvelle technique photographique ou une nouvelle démarche créative. Remettez-vous perpétuellement en question et ne soyez jamais satisfait de vous-même pour toujours repousser vos limites.

Trouver son style demande une première phase de réflexion, puis beaucoup de pratique. Depuis l'ouverture de mon blog, en 2008, je suis passée par différents stades photographiques. Les connaissances m'ont fait défaut au départ, c'est pourquoi j'insiste bien sur l'intérêt de maîtriser son appareil photo et toute la partie technique.

Petit à petit, j'ai trouvé un univers qui correspondait à mes envies : une mise en scène sur fond noir. Cependant, l'originalité de ces prises de vue m'a contrainte à rechercher un autre style m'offrant plus de possibilités d'évolution. À force de recherche et de questionnement, je me suis ouverte à un univers qui m'inspire à présent davantage. J'essaie de perfectionner mon approche de la photographie culinaire et d'y apporter ma personnalité.

Raconter une histoire

Un plat simplement posé sur une table et photographié en l'état ne saura pas susciter d'intérêt. Une photographie culinaire doit pouvoir raconter une histoire, transmettre un message ou évoquer un souvenir. Elle doit susciter de la gourmandise, de l'envie ou de la nostalgie à votre spectateur. C'est ce qui fait la force d'une image. La construction de votre scène et les choix que vous ferez contribueront à la réussite de vos ambiances.

Comprenez votre sujet

Les raisons pour lesquelles vous avez eu envie de cuisiner votre plat vont être le point de départ de la mise en scène. S'agit-il d'une soupe vitaminée pour contrer le froid extérieur, d'un bœuf bourguignon pour un repas convivial en famille ou d'un muffin tout chocolat pour un instant réconfortant ? Chaque plat est différent et ne raconte pas la même histoire. La recherche d'une ambiance se fait de la même manière que la recherche de votre style. Il est plus facile de comprendre votre plat si vous le définissez avec des mots. Posez-vous ces quelques questions :

- Que vous évoque-t-il ?
- Quelles sont ses caractéristiques visuelles et gustatives ?
- Dans quel contexte l'avez-vous cuisiné ?

L'idée est de partager des instants personnels, des moments de vie gourmands, des souvenirs d'enfance ou de vacances et de convier votre spectateur à entrer dans votre histoire. Viendra ensuite la concrétisation de votre idée par l'ajout d'accessoires caractéristiques pour votre mise en scène.



► *Ce gaspacho sucré/salé a fait surgir en moi des souvenirs de vacances en bord de mer. Les quelques coquillages qui parsèment la scène présentent l'histoire que je voulais raconter.*

Représentez la saisonnalité du plat

Chaque saison suggère des images, des couleurs, des sensations, des souvenirs. Tous ces éléments peuvent guider votre composition.

L'été se symbolise par des images lumineuses, colorées, rafraîchissantes. Au contraire, l'automne se reconnaît plutôt dans des ambiances plus sombres, « *cosy* », enveloppantes avec une lumière tamisée.

Notre cuisine évolue dans le temps avec les saisons. Ce n'est pas en hiver que vous aurez envie de réaliser un gaspacho bien frais, ni en été que vous serez tenté par une généreuse tartiflette. Il est donc logique d'adapter l'ambiance de la photographie à la saisonnalité du plat. La cohérence de l'histoire est le gage d'une photographie harmonieuse.



- Voici deux versions hivernales d'une volaille : une pintade au chou à gauche et un poulet rôti à l'ail confit à droite. La présence d'une cocotte rustique et de la pelote de laine confère une certaine authenticité à ces recettes familiales et chaleureuses.