

# Arbeite mit Farben

---

Wie in der Malerei ist Farbe in der Fotografie eines der Schlüsselemente, mithilfe derer du Botschaften vermitteln, deine Geschichte unterstützen und mit denen du bei den Betrachtenden emotionale Reaktionen hervorrufen kannst. Die Wahl der Farbpalette ist abhängig von deinem Rezept, aber auch von der Geschichte, die du erzählen möchtest, oder von der Intensität, die du deinem Bild verleihen willst.



## FARBENLEHRE

Die Farbenlehre versucht zu erklären, wie wir Farben wahrnehmen, wie sie miteinander harmonieren und kombiniert werden und welche kulturellen Botschaften sie vermitteln.

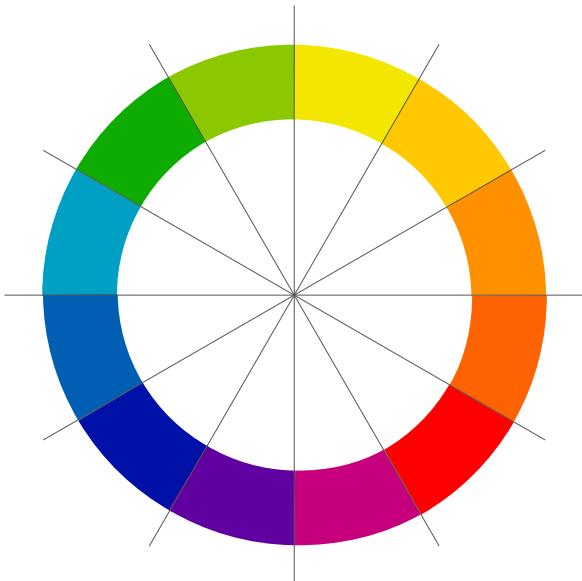
Die Wahrnehmung von und die emotionale Reaktion auf Farben ist sehr subjektiv – manchmal aus persönlichen, meistens aber aus historischen oder kulturellen Gründen.

### DIE 3 BESTANDTEILE VON FARBE



Farbe in der Fotografie hat 3 Eigenschaften: **Farbton**, **Sättigung** und **Helligkeit** (oder **Luminanz**).

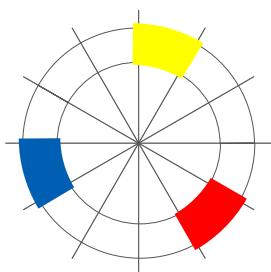
- › Der Farbton gibt die **Art der Farbe an** (Orange, Gelb, Indigo usw.). Am Bildschirm wird der Farbton nach dem RGB-Farbmodell aus Anteilen der Grundfarben Rot, Grün und Blau zusammengemischt. Wenn etwa Rot den Wert 75, Grün den Wert 0 und Blau den Wert 130 hat, ergibt das Indigo. Stehen alle Werte auf 255, ergibt das Weiß; stehen alle auf 0, Schwarz.
- › Die **Sättigung** meint die **Intensität eines Farbtöns**. Entsättigst du ein Bild komplett, enthält es nur noch Helligkeitsabstufungen und ist schwarzweiß.
- › Die **Luminanz** bezeichnet – nun ja – die **Helligkeit einer Farbe**.



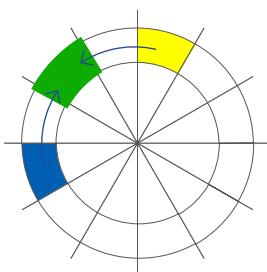
## Der Farbkreis

Der Farbkreis zeigt, wie Farben voneinander abgeleitet werden, wie sie miteinander harmonieren oder kontrastieren. Er hat:

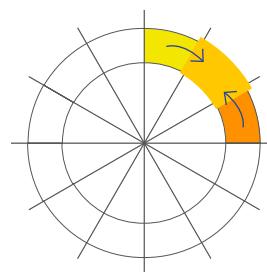
- > **drei Primärfarben**, die man nicht aus anderen Farben gewinnen kann (Rot, Gelb und Blau)
- > **drei Sekundärfarben** (Grün, Orange und Violett), die zu gleichen Teilen aus den zwei benachbarten Primärfarben gemischt werden
- > **sechs Tertiärfarben**, die aus einer benachbarten Primär- und Sekundärfarbe gemischt werden



PRIMÄR-FARBEN



SEKUNDÄR-FARBEN



TERTIÄR-FARBEN



Gelb, Rot und Blau



Grün, Orange und Violett



Gelb-Orange, Rot-Orange,  
Rot-Violett, Blau-Violett,  
Blau-Grün-Türkis,  
Grün-Gelb



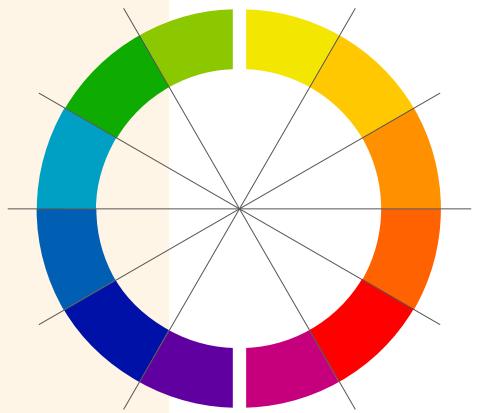
Es kann helfen, den Farbkreis zu kennen und vor allem zu verstehen, aber es gibt auch digitale Hilfsmittel, die dir helfen können, Farbharmonien zu erkennen.

Adobe Color etwa ist eine kostenlose Webanwendung, mit der du Farbkombinationen selbst erstellen kannst. Oder du greifst dort auf von der Community erstellte Farbkombinationen zu (sogenannte »Themes«).

## WARMES FARBEN, KALTE FARBEN

Teilt man den Farbkreis entlang der Längsachse, befinden sich die warmen Farben (Rot, Orange, Gelb) auf der einen und die kalten Farben (Blau, Grün, Violett) auf der anderen Seite.

Warmes Farben werden im Allgemeinen mit **Energie, Wärme und Bewegung** in Verbindung gebracht, während kalte Farben eher Assoziationen von **Ruhe, Kühle und Gelassenheit** hervorrufen.



Indem hier die Farbe Gelb-Orange dominiert, wird die sehr sommerliche Seite des Rezepts betont.



## WARMES FARBEN

*Energie, Wärme und Bewegung*

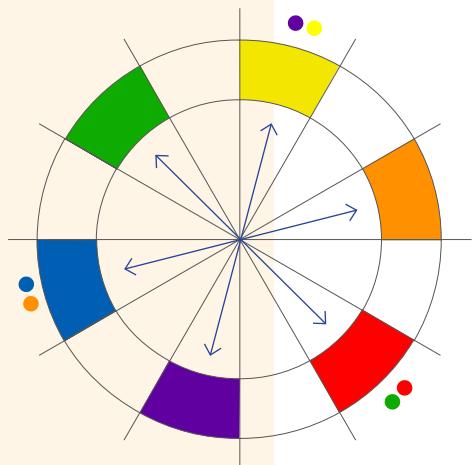
## KALTE FARBEN

*Ruhe, Kühle und Gelassenheit*

## KOMPLEMENTÄRE FARBEN

Farben, die sich auf dem Farbkreis diametral gegenüberstehen, werden als »komplementär« bezeichnet. Gelb und Violett sind z. B. Komplementärfarben.

Durch die Gegenüberstellung einer Farbe mit ihrer Komplementärfarbe wird ein maximaler Kontrast erzielt, der das Gezeigte in seiner Wirkung verstärkt und eine anregende und lebendige Umgebung schafft.



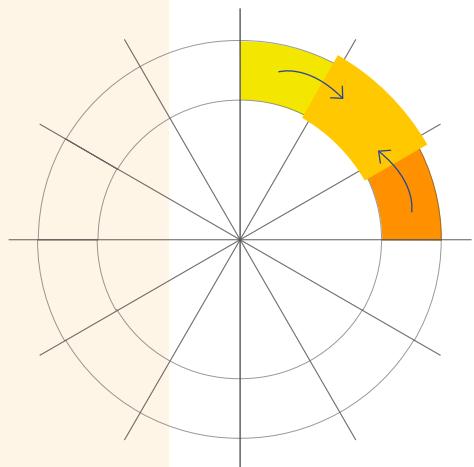
Ein gutes Beispiel für die Verwendung von Komplementärfarben: Hier hebt das sehr kalte Blau das Orange des Karamellüberzugs des Kuchens hervor.



Hier erzeugt der Kontrast zwischen dem Rot der Erdbeeren und dem Grün des Spargels den Eindruck von Vitalität und Dynamik.

## ANALOGFARBEN

Farben werden als »analog« bezeichnet, wenn sie auf dem Farbkreis aufeinander folgen und die gleiche Grundfarbe als Basis haben. Analoge Farben harmonieren, da sie auf dem Farbkreis nebeneinander liegen. Sie ermöglichen es, einfarbige Stimmungen zu schaffen, die **Harmonie und Sanftheit vermitteln**. Diese Farben sind in der Foodfotografie recht einfach zu verwenden, da sie keine zu starken visuellen Brüche erzeugen.



*Der sehr helle, aber ebenfalls leicht rosa-farbene Hintergrund wirkt wie ein Echo der anderen rot-rosafarbenen Bestandteile dieses Rezepts.*



*Alle hier verwendeten Zutaten (Kiwi, Spinat, Birnen) wurden nach ihrer Farbe ausgewählt, damit das Resultat in einem monochromen Grünton erscheint.*

## Farbensymbolik

**Jede Farbe wirkt auf einer unbewussten Ebene.** Unsere Kultur lädt sie mit Bedeutungen auf, die sich im Laufe der Zeit verfestigen oder durch die Entwicklung der Sitten, der Gesellschaft oder durch historische Ereignisse eine neue Konnotation erhalten.

Diese Symbolik ist sehr relativ, da sie von **Gesellschaft zu Gesellschaft, in Zeit und Raum variiert und oft mit Kultur oder Religion korreliert**. In der westlichen Welt steht Weiß beispielsweise für Reinheit, während es in den meisten asiatischen Ländern mit Trauer verbunden wird.



### DIE MACHT DER ASSOZIATIONEN

1895, während er an seinem Buch über den Symbolismus in der Malerei schrieb, stellte Paul Souriau fest, dass »Farben durch Analogie oder Assoziation Empfindungen suggerieren können, die normalerweise außerhalb des visuellen Bereichs liegen, wie zum Beispiel heiß oder kalt«.

**Neben den Farben allein können also auch Farbkombinationen ihre eigene Symbolik haben.** Verwende Tannengrün und Rot in einem Bild und du solltest ganz natürlich an Weihnachten und Winter, aber auch an Wärme und Gemütlichkeit denken. Verbinde nun gedanklich Cyanblau mit einem kräftigen Gelb. Du wirst vermutlich wärmere Bilder visualisieren, die aus Sonne, warmem Sand und azurblauem Meer bestehen.



## Rot

EINE STARKE UND AMBIVALENTE FARBE. ROT SYMBOLISIERT ENERGIE, STÄRKE UND LEIDENSCHAFT, ABER AUCH DAS VERBOTENE UND DIE GEFAHR.

Die Wahrnehmung der Farbe Rot ist je nach ihrer Intensität und ihrem Farbton sehr unterschiedlich. In der Foodfotografie solltest du daher vorsichtig sein, was die Verwendung von Rot angeht. Wenn es zu präsent ist, kann es einen überwältigenden Effekt haben und die Kontrolle über das Bild übernehmen – zum Nachteil des Motivs.

### WO FINDEST DU ROT?

- › Man denkt sofort an rote Beeren (Erdbeeren, Himbeeren, Kirschen, Johannisbeeren ...). Sie sind klein und eignen sich perfekt zur Belebung eines Motivs, ohne dabei zu präsent zu sein.
- › Rot kommt in zahlreichen weiteren Früchten vor wie Granatapfel, Nektarine, Tomate (ein echter Star in deinen sommerlichen Kompositionen), Wassermelone oder Apfel.
- › Auf der eher salzigen Seite findest du Rot in einigen Gemüsesorten wieder, wie Rote Bete, Rotkohl, rote Zwiebeln, Paprika oder Radieschen.
- › Es gibt auch rote Soßen (Ketchup, Barbecue-Soße ...) und Gewürze (Paprika, Chili, Safran).



## Rosa

BEI ROSA DENKT MAN AN WEIBLICHKEIT, ZÄRTLICHKEIT, SANFTHEIT UND UNSCHULD – ROSA IST EINE VON NATUR AUS SANFTE FARBE.

Rosa ist sanft und beruhigend, kann aber auch schnell zu mädchenhaft, kitschig, kindisch oder sogar altmodisch wirken, wenn es dominiert. Achte also darauf, dass du es eher kleinteilig einsetzt oder es mit kräftigeren Farben wie Rot kombinierst, um es weicher und gemäßiger wirken zu lassen.

### WO FINDEST DU ROSA?

- > In einigen exotischen Früchten wie Guave, Pitaya oder Litschi
- > Beim Gemüse in Radieschen sowie in Schalotten, rosa Knoblauch oder rosa Beeren
- > Rosa kommt auch in vielen Blumen vor, die du allerdings sparsam und nur dann in deinen Kompositionen einsetzen solltest, wenn sie deinem Motiv wirklich dienlich sind.



## Orange

**ORANGE IST EINE KRÄFTIGE UND ENERGIESPENDENDE FARBE.**

Diese warme, würzige Farbe vereint das energiereiche Rot mit dem sonnenhaften Gelb. Orange ist nuancierter als Rot und zieht die Aufmerksamkeit auf sich, ist aber nicht so kraftvoll. Es wird gemeinhin mit Herbst in Verbindung gebracht und eignet sich hervorragend für den Moody-Stil, der sich durch eine besondere Art der Lichtführung auszeichnet, die sich auf das Motiv konzentriert und kontrastreiche, intensive Bilder hervorbringt.

### WO FINDEST DU ORANGE?

- › In den meisten Zitrusfrüchten (Orange, Kumquat, Mandarine) und in vielen exotischen Früchten wie Passionsfrucht, Papaya oder Kaki
- › In Sommerfrüchten wie Melonen, Aprikosen oder Pfirsichen
- › Orange ist die Hauptfarbe für herbstliche Kompositionen, vor allem bei Suppen und Suppeneinlagen. Orange findest du in vielen Gemüsesorten wie Karotten, Kürbissen oder Süßkartoffeln.
- › Bei den Gewürzen greife zu Kurkuma, um deinen Rezepten eine orangefarbene Note zu verleihen.



## Gelb

ALS SONNENFARBE GILT GELB  
ALS DIE ENERGIEREICHSTE ALLER  
WARMEN FARBEN.

Gelb symbolisiert Wärme und Licht und strahlt echte Energie aus. Sein kühner Charakter passt nicht zu allem, kann aber Farben zum Leben erwecken, die allein zu matt wirken würden.

### WO FINDEST DU GELB?

- › Wie Orange findest du diese Farbe bei vielen Zitrusfrüchten (Zitrone, Yuzu) und bei vielen exotischen Früchten (Mango, Ananas oder Banane, um nur einige zu nennen).
- › Beim Gemüse findest du diese Farbe mit mehr oder weniger Intensität bei Chicorée, gelbem Paprika, Pastinaken, Mais oder Kartoffeln.
- › Gelb kommt auch in vielen Cremes, Aufstrichen oder Dressings vor, bei denen Eier verwendet werden (Vanillecreme, Lemon Curd, Mayonnaise ...).



## BLAU/VIOLETT

BLAU IST EINE KÜHLE FARBE MIT BERUHIGENDEN EIGENSCHAFTEN UND WIRD VON (FAST) ALLEN GEMOCHT.

Blau wird in der Foodfotografie kaum verwendet (zumindest nicht auf dem Teller) und ist vor allem eine Farbe, die beruhigt. In ihren hellen Nuancen wirkt sie frisch, in ihren kräftigen Ausprägungen kühler. Blau hat viele Nuancen, die in puncto Intensität und Wahrnehmung variieren.

### WO FINDEST DU BLAU/VIOLETT?

- › Bei den Zutaten ist Blau kaum vertreten, aber es gibt einige blau/violette Früchte wie Feigen, Pflaumen, Blaubeeren oder Brombeeren sowie einige Gemüsesorten wie Auberginen, Rüben, Rote Beete oder violetten Spargel und Radicchio.



## Grün

**GRÜN MISCHT DIE RUHIGEN EIGENSCHAFTEN VON BLAU MIT DER ENERGIE VON GELB.**

Grün wird allgemein mit der Natur in Verbindung gebracht, einfach weil es die Farbe von Gras, Pflanzen und Bäumen ist. Es steht symbolisch für den Frühling und die Rückkehr der schönen Jahreszeit und vermittelt Natürlichkeit und Frische, zwei wichtige Begriffe in der kulinarischen Fotografie.

### WO FINDEST DU GRÜN?

- › Einige Früchte wie Kiwi, Birne oder Limette sind grün.
- › Bei Gemüse ist Grün besonders präsent, da es die Hauptfarbe von Frühlingsgemüse ist (Erbsen, Spargel, Fenchel, Saubohnen, Gurken ...), aber auch von Zucchini, vielen Kohlsorten (Grünkohl, Rosenkohl, Brokkoli ...) und Salaten.
- › Kräuter eignen sich besonders, um deinen Bildern eine pflanzliche Note zu verleihen. Du kannst sie auch als Trumpf aus dem Ärmel ziehen, um einem Dressing den letzten Schliff oder einem Gericht mehr Tiefe zu geben.



## BRAUN

**BRAUN IST EINE WARME FARBE, DIE IN VIELEN NATÜRLICHEN ELEMENTEN VORKOMMT, ETWA IN GEWÜRZEN, HOLZ ODER ERDE.**

Braun ist ein relativ neutraler Farbton, der fad wirken kann, wenn er vorherrscht. Es kann daher hilfreich sein, wenn du ihn mit anderen, weniger neutralen Farben wie Grün oder Orange kombinierst, um ihm so mehr Gewicht und Tiefe zu verleihen.

### WO FINDEST DU BRAUN?

- > Braun kommt bei Früchten kaum vor, du findest es aber in der Schale von Kiwis oder Kokosnüssen sowie bei Trockenfrüchten (Datteln, Feigen, Mandeln, Haselnüsse, Walnüsse ...).
- > Bei einigen Gemüsesorten wie Schwarzwurzeln, Topinambur, Knollenkerbel oder Pilzen, aber auch bei Getreide wie Hirse, Gerste, Quinoa oder Buchweizen
- > Bei vielen Gewürzen und Kräutern (Muskatnuss, Ingwer, Sternanis, Sesam, Nelken ...)
- > Bei Soßen und gegartem Fleisch, Schokolade und Karamell

## ÜBUNGEN

- Wähle eine Zutat, die farblich eher neutral ist (ein Stapel Pfannkuchen kann eine gute Grundlage sein), und versuche, sie in verschiedenen Farbwelten in Szene zu setzen. Mache mehrere Fotos von diesem Motiv: ein Foto mit kühlerer, eines mit wärmerer Tongebung sowie ein eher einfärbiges Foto, um zu analysieren, welche Empfindungen das in dir auslöst.
- Setze auf Komplementärfarben! Mache drei Fotos, bei denen du jeweils das Prinzip der Komplementärfarben (Blau und Orange/Rot und Grün/Gelb und Violett) einsetzt. Stütze dich dabei auf die Zutaten, das Styling oder den Hintergrund.
- Wie so oft beim Fotografieren ist die Praxis der beste Weg, um Farben zu verstehen. Beobachte die Farben, mische sie und notiere dir die Empfindungen, die sie bei dir auslösen. Wenn du dich mit Farbharmonien nicht wohlfühlst, verwende das Adobe Color-Tool als Grundlage für deine Arbeit. Bei regelmäßiger Übung wirst du schließlich ein besseres Verständnis für den Farbkreis und all seine Möglichkeiten entwickeln.