

Kateřina Fiřerov

# Foodstyling



Jak ze zdnliv obyčejných jidel  
vytvořit skvosty na talířů

# Foodstyling

Vyšlo také v tištěné verzi

Objednat můžete na

[www.cpress.cz](http://www.cpress.cz)

[www.albatrosmedia.cz](http://www.albatrosmedia.cz)



**Kateřina Fišerová**

**Foodstyling – e-kniha**

Copyright © Albatros Media a. s., 2020

Všechna práva vyhrazena.

Žádná část této publikace nesmí být rozšiřována  
bez písemného souhlasu majitelů práv.

**ALBATROS**  **MEDIA**

Kateřina Fiřerov

# Foodstyling

*Jak ze zdnliv obyčejných jídel  
vytvořit skvosty na talíři*

*Pepíkovi a Tobíkovi, aby si pamatovali, že téměř  
čehokoliv v životě dosáhnou díky vytrvalosti.*

---

# Obsah

<b>O knize</b>	<b>6</b>
<b>I. Inspirace Foodstylisty</b>	<b>9</b>
<b>Lenka Foltýnová</b>	<b>10</b>
Popcakes	12
Dagwood sendvič	14
Kořeněné cupcaky	16
Narozeninový etažér	18
Králík s bylinkami	20
<b>Jan Brunclík</b>	<b>22</b>
Matematická focaccia	24
Motýlí čaj	26
Dort se sněhovou čepicí	28
Hamburger s cibulovými kroužky	30
Pizza ze srdce	32
<b>Petra Novotná</b>	<b>34</b>
Nabušený salát s kukuřicí a vejcem	36
Svačina, která všechny rozdrťí	38
Krevety jako z michelinské restaurace	40
Špagety Carbonara pro moji sladkou baby	42
Pavlova - budeš chtít zas a znova	44
Dort na pořádnou party	46
<b>Jakub Čadina</b>	<b>48</b>
Mušle svatého Jakuba	50
Konfitovaná kachní stehna	52
Koblihy plněné vanilkovým krémem se sušeným chilli	54
Kalamáry plněné	56
Houbový kuba à la Italské risotto	58

<b>Aleš Otýpka</b>	<b>60</b>
<i>Hrášková kolíbka a cuketová rolka</i>	62
<i>Guláš naruby</i>	64
<i>Kukuřice pečená na uhlících</i>	66
<i>Jedlý věnec s nivovo -koprovým dipem</i>	68
<i>Pošírovaná hruška v červeném víně s tvarohovým krémem</i>	70
<b>Leona Urbánková</b>	<b>72</b>
<i>Dutch baby pancake</i>	74
<i>Vývar s roládou z těsta na celestýnské nudle</i>	76
<i>Svatební dort</i>	78
<i>Panna cotta</i>	80
<i>Espuma na česneku</i>	82
<b>II. Než začnete s foodstylingem</b>	<b>84</b>
<b>III. Foodstyling</b>	<b>94</b>
<i>Předměty k foodstylingu</i>	100
<i>Polévky</i>	110
<i>Pečivo</i>	120
<i>Těstoviny</i>	128
<i>Vejce</i>	136
<i>Hamburgery</i>	140
<i>Bagety a sendviče</i>	146
<i>Maso</i>	152
<i>Zelenina</i>	158
<i>Ovoce</i>	166
<i>Zmrzlina</i>	172
<i>Dezerty</i>	178
<i>Čokoláda</i>	184
<i>Káva</i>	190
<i>Drinky</i>	196
<i>Chlebíčky</i>	202
<i>Jak najít vlastní styl</i>	208
<i>Roční období a svátky</i>	214



## O knize

Vážím si toho, v jaké době žiji, protože se ráno můžu probudit a říct si: Naučím se řídit traktor. Stanu se kouzelnicí. Budu televizní hlasatelkou.

A všechno se to může vyplnit, když budu opravdu chtít. Máme nekonečno možností zabývat se tím, čím chceme, a nemusíme si to vybojovávat jako v minulosti.

To se takhle zahledíte na květákové pyré s jehněčím masem, které vám přinesou v restauraci a řeknete si: Chci objevit tajemství foodstylingu! Informace můžete začít vyhledávat deset minut poté v tramvaji. Abyste v ní nemuseli zabírat místo potřebnějším dalších pět let, vznikla tahle knížka. Provede vás tím nejdůležitějším, co potřebujete vědět o tomto krásném koníčku/zaměstnání. Tipy v ní najdou i ti, kteří už s foodstylingem koketují a chtějí flirt povýšit na vážný vztah.

Co vás v knize čeká? V první řadě se na vás už moc těší jedni z našich nejlepších foodstylistů, fotografů a kuchařů. Jsem ráda, že přijali moje pozvání a sdíleli s vámi své umění. Práce s nimi byla nesmírně zajímavá, stejně tak jako jejich osobní příběhy, o kterých si přečtete v rozhovorech. Věřím, že z nich načerpáte spoustu inspirace i pro svoji práci.



Ve druhé kapitole knihy si nastíníme to, co všechno potřebujete znát, abyste vůbec mohli s foodstylingem začít: kompozici, barvy, pomůcky... Podrobnější studium už bude ovšem na vás.

No a pak už se dostáváme k hlavnímu tématu – vlastnímu foodstylingu. Ale ouha – i po přečtení celého textu se ocitáte znovu na začátku, protože kde končí moje práce, začíná ta vaše.

Přeji vám hodně silné vůle při nekonečném přesouvání housky zprava doleva a hledání správného úhlu, až do chvíle, kdy milá houska skončí jako strouhanka. Ale nevěste hlavu, i strouhanka může na fotce vypadat lákavě!

Bud'te svými největšími kritiky, ale nikdy se nenechte odradit!

Autorka, @katnysfoto





I.

# Inspirace

## FOODSTYLISTY

Zdarec,

Jsem Alex. Nevím, jak vy, ale já mám svoje nejdůležitější životní události spojené s jídlem. Nejsm extra jedlík, jen totální blázen do gastronomie. Nevybavuju si, co jsem dostal k narozeninám, jen jídlo, které jsme ten den jedli. Proto jsem skočil do téhle knížky - dostal jsem totiž nápad, že svoji životní labužnickou story nechám zdokumentovat fotografy, stylisty a kuchaři a vy si budete moci při podobných příležitostech, které vás potkají, pochutnat na tom samém. A vytvořit i stejný styling. Všechny následující recepty navrhli oslovení umělci podle sebe, já vás jimi budu jen provázet. Tak si to užijte a ať se vám to podaří tak jako jim!



# Lenka Foltýnová

První, čeho si všimnete na fotografiích Lenky Foltýnové, jsou zářivé barvy, harmonická kompozice a také hravost. Navíc z nich vyzařuje nakažlivě pozitivní energie. Lenka pracuje s umělým světlem a celý fotografický arzenál si vozí s sebou ke klientovi, takže v den focení to u ní doma vypadá jako při velkém stěhování. Lenka se fotografií zabývá již od roku 2005. Po studiu grafiky stačil už jen krůček k fotografování a později k foodstylingu. Její fotografický profil najdete na: [lefolty.cz](http://lefolty.cz).

## **Jak jste se dostala k fotografování jídla a k foodstylingu a jak dlouho se tomu už věnujete?**

Od mala jsem věděla, že chci fotit. Ve dvanácti jsem dostala svůj první fotoaparát. Poslala mi ho teta z Vrchlabí. Fotila jsem si krajinky a pak mně učaroval detail. Ve škole jsme se focení neučili, a tak jsem si vzala do hlavy, že se k fotce dostanu praxí. Díky důvěře mého bývalého zaměstnavatele jsem získala placenou praxi ve food-fotoateliéru reklamní agentury se zaměřením na obaly potravin. To byl rok 2008. Předtím jsem pracovala vlastně napříč celou reklamní agenturou. Mám díky tomu vhled do práce ostatních. V mém oboru mi to velmi pomáhá, protože si dokážu představit, jak se bude s fotografií dál pracovat.

## **Máte někoho, kdo vám pomáhá s deko-rem, vymýšlením receptů, nebo to všechno děláte sama?**

Léta jsem pracovala sama. Naučila jsem se pracovat jak s jídlem, tak s technikou. Občas si vyrábím nějaké patinované podklady a chodím si sama nakupovat dekor. Sama píšu i recepty pro klienty a jejich produkty. Stejně tak i sama docházím na schůzky s klienty a obstarávám postprodukcí. Na náročné zakázky si už беру asistenta, aby šla práce rychleji od ruky.

## **Můžete nám popsat vaši přípravu na focení poté, co dostanete zadání od klienta?**

Nejdříve napíšu recepty. Hledám inspiraci ve své knihovně, na internetu a ve svém životě. Po jejich schválení klientem sháním rekvizity a případné speciální suroviny. I když si zakládám na tom, že

mé recepty by měly být srozumitelné a realizovatelné pro každého, bývá někdy problém sehnat třeba třešně mimo sezónu a musí se složitě objednávat.

### **Jak dlouho strávíte úpravou fotografií?**

V podstatě to zabere stejně času jako samotné focení. Někdy je nutné spojit více záběrů dohromady. Ladím barvy a kontrasty. Ten čas to potřebuje.

### **Čím se podle vás lišíte od ostatních foodstylistů/foodfotografů?**

Řekla bych, že jsem všestranná. Nabízím zákazníkovi full servis. Pracuji tak, aby si při pohledu na mé fotografie lidé řekli: „Ano, tohle udělám o víkend, to zvládnou.“ Ráda lidi trochu popostrčím o kousek dál, než kam by si sami dovolili, ale jen o krok, aby se pořád cítili jistí. V každém receptu, který napíšu, je něco nového. Mám ráda hravé formy servírování a zážitky z jídlem vůbec, to promítám i do své práce.

### **Je všechno jídlo, které fotíte, jedlé?**

Na tom si zakládám. Nerada plýtvám. Většina jídel je tedy jedlá, ale... Představte si třeba polosyrové maso, co bylo v teple fotostudia celý den. Není už o co stát. Ovšem to vše okolo, co zůstalo, se může sníst. Vozím jídlo do veřejné lednice nebo jej rovnou osobně předám potřebným. Samozřejmě zbylé suroviny také ráda využiji na vaření pro přátele anebo rodinu.

### **Můžete prozradit pár triků, které vylepší vzhled jídla na fotografii a které třeba ráda používáte?**

Maso nikdy neděláte úplně vypečené. Potírám ho olejem, aby se krásně lesklo.

Důležité je, mít všeho dostatek a co nejčerstvější. Pokud pracujete s vařenou zeleninou, je dobré ji blansírovat. Zachová si tak tvar i výrazné barvy. Pokud cokoliv pečete, povrch se začíná připalovat, ale hmota uvnitř ještě není hotová, zakryjte vypečenou část alobalem, ten ji ochrání.

### **Jaký je váš sen, pokud se týká foodstylingu, co byste si chtěla vyzkoušet nebo čeho byste chtěla dosáhnout?**

Měla jsem takový dětský sen, aby moje práce jezdila v Praze na tramvaji nebo aby byla vidět v televizi a na billboardech. Moc jsem si přála mít nějakou svou práci v knihovně. Tohle všechno se mi splnilo. Další metu mám v podobě svého vlastního food-ateliéru s vysokým stropem, velkým oknem a zahradou s vlastní zeleninou, bylinkami a ovocem. Tak snad někdy.

### **Kam se podle vás může foodstyling dále posunout?**

Určitě se budou měnit trendy gastronomie a na to bude reagovat i foodstyling. Vzhledem k tomu, že lidé mají k jídlu velice vřelý vztah a každý člověk je jiný a má jiné chutě, tak se jedná o opravdu širokou škálu přístupů. Někdo má rád nordický styl, někdo Asii, někdo uznává jen tradiční českou kuchyni. Foodstylista by měl sledovat, co se kolem něj objevuje nového. U nás se trendy i v jídle trochu opožďují oproti západním zemím. Díky tomu se tu nějaké výstřelky, jako třeba molekulární kuchyně, moc dlouho neohřejí. Za mě osobně bych byla ráda, kdyby se foodstyling blížil více k přirozenosti, jednoduchosti a uvěřitelnosti.

*A je to tady, narodil jsem se! Třesk a jsem na světě! Neuvěřitelné! Víte, jaká je šance na život? 1 : 400 trilionům! Pořád se nemůžu vzpamatovat z toho, že zrovna já... Plesk, tak to jsem se tedy rychle probral z euforie, sestra je na světě už o celých pět minut déle než já... Pop! Tady se něco slaví, to budeme asi my dva.*

## Popcakes

### Ingredience

100 g mletých piškotů  
50 g změkklého másla  
2 lžíce kondenzovaného mléka  
10 kapek vanilkové esence  
(kde se macerovalo několik  
okvětních lístků růží)  
1 balení marcipánu (případně  
fondán)  
170 g moučkového cukru  
1 bílek  
2 lžičky citronové šťávy  
černé potravinářské barvivo

1. I když jsou tahle dortová lízátka tak trochu miminovitá, jsou tááák dobrá! Já je sice ještě ochutnat nemůžu, ale až trochu vyrostu, budu po mamince chtít aspoň čtyři denně. A jdeme na to: Smíchám máslo, kondenzované mléko a vanilkovou esenci do krému. V tenhle moment je důležité neujídat, jinak z těsta nic nezbude.

2. Směs nakrmím piškoty, smíchám, nechám odležet dvě hodiny v lednici. Poté začnu válet koule o průměru 4 cm.

3. Vrátím na hodinu do lednice a potáhnu fondánem.

4. Na oči a úsměv se připraví klasická poleva na perníčky z moučkového cukru, bílku a citronové šťávy. Ta se nakonec zčásti obarví potravinářským barvivem. Zdobí se potravinářským sáčkem s tenkou špičkou.

*Tipy na styling*

*Korunka pro malého prince*

*Vyrobíte ji z karamelu, který nalijete na silikový košíček (používá se třeba na čokoládové pralinky) vzhůru nohama tak, aby uprostřed dna zůstalo prázdné místo na tyčku popcaku. Ze silikonového košíčku se korunka po vyschnutí lehce odloupne.*



Nemám rád šmouly a také změny. Člověk je na světě teprve tři roky, a už ho ženou do školky. Doma je to přece nej, tak co bych chodil jinam. Sestra se snaží ukázat, jaká je hrdinka, a prý že se těší. Tak dobře, jdu, ale jen když s sebou dostanu mega-sendvič. Ten mě totiž vždycky hodí do klidu. Co když ve školce neumí vařit...

## Dagwood sendvič

### Ingredience:

25 g šunky  
25 g uzeného sýru  
25 g sušené šunky  
5 lžic pomazánkového másla  
2 lžice majonézy  
snítka petržele  
polníček  
snítka rukoly  
toustový chléb  
cherry rajčata

### K zakousnutí:

mrkev  
řapíkatý celer

### Dip:

1 zakysaná smetana  
1/2 lžičky medu  
1/2 cm čerstvého zázvoru (pro  
štiplavější chuť)  
špetka soli

1. Maminka připravuje, já koukám, mám hlad a chci to sníst hned (ale nemůžu, prý až ve školce... Tam chce ochutnat každý včetně paní učitelky. A hned mám kámoše!!!). Nejdřív smíchá majolku s pomazánkovým máslem. Potře toasty.

2. Potom každé patro nazdobí jinak. Je fakt šikovná, když na sendvič hezky zkroutíte šunku i sýry, vypadá to dost dobře.

3. Sendviče dáme do mé oblíbené svačtinové krabičky. Je důležité vyplnit celý prostor jídlem, jinak hrozí hlad a nakroucená šunka a sýr se rozplácnou.

4. Na závěr dip, ten už míchám já. Zakysanka, med, méně zázvoru, než nakrájela maminka, aby mi to nevypálilo pusu a trochu soli.

5. P. S.: Maminka to na mě pořád zkouší. Prý že musím ochutnávat novy věci. Tak mi s sebou dala i kusy řapíkatýho celeru. Já snědl mrkvičku, tu můžu, celer jsem nabídnul paní učitelce a ta ho zchroupala bez protestů. Je slušně vychovaná. Prý abych zase něco přinesl. To určitě.

*Dip ze zakysané smetany, strouhaným zázvorem a špetkou soli se dá doplnit dalšími ingrediencemi. Zkuste do základního receptu přidat třeba česnek, chilli, kurkumu nebo pažitku. Hodí se ke grilování, salátům nebo k masu.*





*Nejlepší jsou stejně hry na písku. Odtamtud mě nikdo jen tak nedostane. A nej-bombovější zábava? Písečná bouře! Ségra potom tak krásně vříská! Ale co, ona po mně písek hází taky.*

## Kořeněné cupcaky

### Ingredience:

200 g změkklého másla  
200 g hnědého cukru (nejlépe druh demerara)  
200 g prosáté polohrubé mouky  
4 vejce  
1 lžička vanilkové esence  
1 lžička skořice (zarovnaná)  
3 lžičky perníkového koření (zarovnané)  
1 lžička prášku do pečiva  
1 špetka soli  
3 lžice mléka

### Krém:

250 g mascarpone  
125 g jogurtu  
1 lžička citronové esence  
jedlý zlatý prach

1. Maminka elektrickým šlehačem vyšlehá pěnu z másla a cukru. Na chvíli mi ho půjčí, ale pořád mě u toho sleduje. Asi abych neužíral. Trvá to docela dlouho, několik minut.
2. Pak postupně zašlehá vejce, vodu, která voní po vanilce a potom tam nasype koření.
3. Vmíchá mouku s práškem do pečiva, špetkou soli a pak mléko.
4. Rozdělí do formiček a peče na 180 °C cca 20 minut.
5. Až to vychladne, ozdobí to, co zbylo, krémem z mascarpone, jogurtu a citronové esence.

## Tipy na styling

*Cupcaky můžete zdobit nejen cukrářským zdobícím sáčkem, ale třeba i lžící.*



*Šesté narožky! Na ty jsem se těšil úplně nejvíc. A potom zase na Vánoce a můj svátek. Škoda že nejsou každý den... Mamka se teda vytáhla. Normálně pro ni a pro tátu připravuji hostinu z modelíny já se sestrou – různé barevné dortíčky. A ona je teď udělala pro nás. Ale ty její se fakt dají jíst a jsou tak srandovní. Nemůžu se přestat smát, když si na ně vzpomenu. Vow, mami, jsi borec! Sobíci a ovečky z cupcakeů!*

## Narozeninový etažér

### Jahody v čokoládě

#### Ingredience:

500 g jahod  
200 g čokolády na vaření  
královská poleva (používá se na zdobení perníčků)

1. Čokoládu na vaření rozeřeju ve vodní lázni. Jahodám z ní udělám obličejovou masku. Po zaschnutí vytvořím oči královskou polevou. Černé tečky vykouzlí poleva obarvená na černo nebo zrnka máku.

### Ovečka a sobi z cupcake

#### Ingredience:

hotové cupcaky z předchozího receptu  
250 g mini bílých marshmallows  
100 g marcipánu  
4 mascarpone  
2 zakysané smetany  
preclíky  
moučkový cukr  
hnědé potravinářské barvivo  
královská poleva

1. Na krém ušlehám mascarpone se zakysanou smetanou a osladím cukrem podle chuti.
2. Lžící nanesu na cupcaky a zapíchám do něj marshmallows. Z obarveného marcipánu na hnědo vytvořím hlavičky oveček. Oči udělám pomocí královské polevy. Hlavičku nalepím pomocí krému.
3. Na sobíky vyberu pár pěkných preclíků a dám je asi na minutu do vody. Změknou a při krájení se nebudou rozpadávat. Zapichnu je do krému. Oči vytvořím z marcipánu a zrněk máku, čumáček z lentilky.

### Kouzelné hůlky

#### Ingredience:

silnější slané tyčinky  
250 g bílé čokolády  
barevné zdobení

1. Čokoládu rozpustím ve vodní lázni. Namočím do ní tyčinky – asi do délky 4 cm. Hned je posypu zdobením a nechám zaschnout na pečicím papíru.



*Poslední oběd u babičky a zítra poprvé do školy! Já snad z toho spadnu! Prý se tam celý den sedí v lavici, to by měl někdo zakázat jako zdraví škodlivé! Ještě že mi babička chystá králíka. Aspoň nějaká radost při vši té bídě...*

## Králík s bylinkami

### Ingredience:

4 králíčí stehna  
200 g slaniny  
směs bylinek (tymián, rozmarýn, oregano atd.)  
spařená pažitka  
česnek  
vývar na podlití  
olej  
sůl  
pepř

1. Babička to má zmačknuté. Všechno, co vaří, je taková dobrota! Dá omýt brambory.
2. Mezitím vymaže celý plech olejem.
3. Zatímco odběhnu nasypat slepicím zrní, babička po mně rychle a nenápadně vezme brambory ještě kartáčkem. Mám ji rád. Ale i tak myslím, že jsem je vydrhl dost.
4. Potom trávou omotá nějaké rostliny. Trávě říká pažitka, jména rostlin si nepamatuju. Zato znám všechny značky aut, která mi parkují pod postelí.
5. Několik těch „košťátek“ z rostlin dá stranou. Jedno vezme sama, jedno mi dá do ruky. Posunujeme jimi brambory na vymazaném plechu jako na kluzišti. Legrace veliká!
6. Králíka pevně obalí slaninou. Čím víc, tím líp, babi.
7. Položí ho na brambory, já na to naházím košťátka a jede to přiklopené do trouby vyhřáté na 200 °C. Babička průběžně kontroluje a podlévá horkým vývarem. Peče asi 45 minut přiklopené, 45 minut odklopené a pak už mi to jde na talíř. Konečně!
8. Jo a babička ještě na talíře pokládá ta zbylá neupečená košťátka – to prý kvůli vůni.

### Tipy na styling

*Přidejte palici česneku rozříznutou v půlce její výšky do pekáče mezi maštěné brambory.*





## Jan Brunclík

*Některým fotografům jídla vyhovuje pracovat na zakázkách pro klienty od*

*začátku do konce sami, jiní se plně soustředí na svoji část práce a recepty včetně stylingu nechávají profesionálním foodstylistkám. To je případ i známého fotografa Jana Brunclíka. Kromě jídla najdete na jeho profilu [www.janbrunclik.com](http://www.janbrunclik.com) například i fotografie architektury nebo portrétů. V rozhovoru se dočtete Janovy tipy k focení jídla i o práci se stylistkami.*

### **Máte široké portfolio různých témat. Z jak velké části fotografujete jídlo a který typ fotografie vás baví nejvíc?**

Focení jídla a nápojů u mě v současnosti jednoznačně převládá nad ostatními fotografickými žánry. Mám ale rád rozmanitou práci, nejraději se proto pohybuji ve světě velké reklamy. Skutečnou výzvou pro mne bývá práce pro nadnárodní reklamní agentury, které fungují trochu jinak než ostatní. Celkový koncept mívají dopředu připravený. Scény jsou nakreslené a na mně je najít cestu k dosažení nejlepšího možného výsledku, jak po stránce vizuální, tak po stránce pocitů a nálady.

### **Jak se liší fotografie jídla od dalších typů fotografie, které fotíte na zakázku?**

Jídlo může fotit i introvert, protože při něm nemusí komunikovat s modelem. Pro někoho je to problém, když se před objektivem objeví lidé. To jsem se mimochodem učil dost dlouho, komunikovat s lidmi během focení. Dnes je to rutina navodit příjemnou atmosféru a nemít ostych ani před úspěšnými osobnostmi nebo krásnými modelkami.

**Když fotíte jídlo, vaří a stylizují vám ho foodstylistky. Jak probíhá komunikace se stylistkou, mluvíte jí do stylingu nebo vůbec? Podle čeho vybíráte stylistky, dáte na doporučení?**