

## 拍摄花卉,你用对光线了吗

花卉是许多摄影爱好者心中理想的拍摄主题。在住家附近、公园或是利用假日到郊外旅游时,看到好看的花朵,往往会忍不住将镜头对准它们。在拍摄花卉时,使用不同的光线拍摄,可以得到不同的效果。怎样才能利用好不同的光线拍摄出理想的花卉作品呢?下面就和小编一起来了解一下吧。

1

### 顺光表现艳丽色彩

使用顺光拍摄,花卉各部分受光较为均匀,其色彩还原最为全面,造型也最为清晰。因此顺光拍摄花卉色彩更为鲜艳生动,但花瓣容易曝光过度,可以稍微调暗一下画面。

顺光拍摄的缺点是画面会缺乏层次感,色调不分明,无形中丧失了花卉的美感,因此初学摄影练手时,可用顺光拍摄花卉,想要创作专业的摄影作品时,顺光可能不是最佳选择。

2

### 逆光展现勃勃生机

找好角度利用逆光拍摄花卉,让光线穿透花朵或绿叶,可以使花和叶变成一个“发光体”,使得花卉整体变得更加通透,同时叶子的叶脉也会变得清晰,使照片呈现出生命的活力。

同时,使用逆光拍摄还可以很好地勾勒出花卉的轮廓,如果选择蓝天作为背景,或选择与花卉反差较大的色彩作为背景,可在突出主体的同时让画面更加简洁。

但拍摄时需注意,相机的内部测光系统往往不能准确测出曝光值,容易造成画面曝光不足,因此要表现主体的轮廓和纹理,需要曝光非常准确才行,同时可按需进行适当的曝光补偿。

3

### 侧光突出花卉层次

侧光是最好的花卉摄影用光,使用侧光拍摄花卉,有利于突出花卉的纹理、轮廓和形态,使得画面具有明显的层次感,且画面色调丰富、颜色清晰,有利于突出花卉的立体感。

在使用侧光拍摄时,如果光线亮度较强,要适当对画面暗部进行补光,以保证画面的完整性,避免画面中暗部和亮部之间缺少过渡,造成画面反差过高,产生较强的割裂感。

4

### 散射光凸显柔美氛围

光线的质量会严重影响照片的整体氛围,用散射光拍摄花卉不受光源的方向性局限,受光面均匀,色调柔和,如果选择雨后的散射光拍摄,会使花卉显得非常清新,画面看起来柔和平静。

散射光是光线里最柔和的一种,常在阴天产生,拍摄时其特点与顺光比较相似,因为没有固定明显的光源投射方向,因此画面色调较为暗淡,且因为光线不强,比较难以控制。

最后要说明的是,大家在拍摄花卉时,无论是哪种光线,都尽量不要在中午时段进行拍摄,因为中午光线较强,拍摄时很难突出主体细节。

方兆梓



## 土豆的花样吃法

### 芝士烤土豆

用料:  
土豆、火腿肠、芝士、黑胡椒粉、盐。

做法:

1. 土豆切掉顶上的一片蒸30分钟左右。
2. 将土豆挖出来,保留土豆皮外壳的形状。
3. 挖出的土豆加黑胡椒粉、盐压成土豆泥。
4. 火腿肠切丁,与芝士一起放入土豆泥中搅拌均匀。
5. 将土豆泥塞回土豆皮的壳中,表层撒一层芝士,放入烤箱或空气炸锅中180度烤15分钟。

### 剁椒蒸土豆

用料:  
土豆、葱、剁椒酱、盐。

做法:

1. 将土豆洗净,暂时先不用去掉外皮,放入锅中,加入足量的清水和少许盐,开火煮。
2. 等到土豆基本煮熟了,捞出沥水。
3. 将土豆晾凉之后,去掉外皮,切成滚刀块。
4. 将土豆块装盘撒上剁椒酱之后,上锅大火蒸5分钟左右出锅,撒上葱末即可。

### 脆皮土豆饼

用料:  
土豆、火腿、胡萝卜、淀粉、黑胡椒粉、盐、油。

做法:

1. 土豆、胡萝卜煮熟压成泥。
2. 火腿切成丁。
3. 根据个人口味放入调料、少许淀粉。
4. 捏成块状,用叉子压出痕迹,表层刷一层油。
5. 空气炸锅180度烤25分钟,中途翻一次面。

李春晖

## 炒素菜多在“味”上下功夫

在人们的印象中,素菜大都比较清淡,不够解馋。但实际上,只要掌握好方法,素菜也可以做得有滋有味,总的来说可以概括成六个字:借味、去味、遮味。

### 借味

有些菜自身味道比较单一,如茄子、生菜、油菜、豆腐等,可以从滋味厚重的食材或酱料中借味,如肉末、芝麻酱、剁椒、蚝油、花椒油等。蚝油生菜就是典型的例子,这道菜在烹饪时借用了蒜的香味和蚝油的鲜味,使其变成素菜中的经典。油菜、菜心等也可按此方法制作。

### 去味

有些食材会因口感不佳被“嫌弃”,如菠菜、茭白、竹笋等。这些菜大多有轻微的涩味,直接炒会比较难吃,可以先用焯烫法去除其中的大部分草酸,再进行下一步的烹调。尤其是竹笋,如果不提前去除草酸,不仅影响口感,还会影响钙的吸收。苋菜、菜心、平菇等蔬菜都可用此方法。去味时要注意开水下锅,猛火焯水。想要清脆口感的,焯煮半分钟即可;偏好软烂的,2分钟左右就够了。

### 遮味

有些蔬菜的异味很重,如苦瓜、鱼腥草等,这



些味道来自其有益成分,不适合去除,这时就要用到“遮味”法,调制到人们容易接受的复合味道,比如凉拌鱼腥草,就会多用刺激性强些的调料,包括蒜蓉、葱花、盐、生抽、红油、花椒面、味精、糖、醋和香油,调好后咸、甜、麻、辣、酸、鲜、香并重,足以掩盖鱼腥草的怪味,成为一道别具风味的开胃菜。

这三种方法可以单独使用,也可相互结合,效果可能更好。比如山药、木耳、芦笋、豇豆等食材,如果按照炒绿叶蔬菜的方法制作,做出来可能没什么味道。这时就需要借味、去味两种方式相结合。以木耳炒山药为例,先要将两种食材焯水,去除异味,然后用盐、味精、水淀粉、香油调成芡汁,使其在翻炒时能挂在食材表面,达到借味的效果。藕片、西兰花、西葫芦等蔬菜也可以这样制作。

张发国