

15天爱上彩绘 诱人美食

画野◎编著

第5天 从可爱的下午茶小点心开始

第1天 从爱吃的新鲜水果开始

第6天 从夏日的冰品开始

第3天 从新鲜的山林美味开始

第10天 从地方特色小吃开始

第13天 从日本料理开始

第15天 给自己准备一份充满爱的私房菜

人民邮电出版社
POSTS & TELECOM PRESS

15天爱上彩绘 诱人美食

画野◎编著



人民邮电出版社
北京

图书在版编目 (C I P) 数据

15天爱上彩绘. 诱人美食 / 画野编著. -- 北京 :
人民邮电出版社, 2014. 3
ISBN 978-7-115-34321-5

I. ①1… II. ①画… III. ①铅笔画—绘画技法
IV. ①J214.1

中国版本图书馆CIP数据核字(2014)第001715号

内 容 提 要

用最简单的方式, 画出你最爱的美食吧!

本书以 15 天的彩绘之旅为主线, 案例从简单到复杂, 讲解了水果、蔬菜、山林美味、饮品、点心、夏日冰品、零食、蛋糕、特色小吃、主食、川味大餐、日本料理、法式大餐和私房菜的画法。是不是觉得题材超级多呢? 跟随本书, 你也能在 15 天之内学会画这些身边的美食哦!

只要你是爱生活、爱画画的绘画爱好者, 都可以在本书中找到属于自己的乐趣!

◆ 编 著 画 野

策划编辑 张 蓉

责任编辑 王雅倩

责任印制 方 航

◆ 人民邮电出版社出版发行 北京市丰台区成寿寺路 11 号

邮编 100164 电子邮件 315@ptpress.com.cn

网址 <http://www.ptpress.com.cn>

北京捷迅佳彩印刷有限公司印刷

◆ 开本: 787×1092 1/20

印张: 7.8

字数: 270 千字

2014 年 3 月第 1 版

印数: 1—4 000 册

2014 年 3 月北京第 1 次印刷

定价: 32.00 元

读者服务热线: (010) 81055410 印装质量热线: (010) 81055316

反盗版热线: (010) 81055315

广告经营许可证: 京崇工商广字第 0021 号

15天爱上彩绘 诱人美食

画野◎编著



人民邮电出版社
北京

图书在版编目 (C I P) 数据

15天爱上彩绘. 诱人美食 / 画野编著. -- 北京 :
人民邮电出版社, 2014. 3
ISBN 978-7-115-34321-5

I. ①1… II. ①画… III. ①铅笔画—绘画技法
IV. ①J214.1

中国版本图书馆CIP数据核字(2014)第001715号

内 容 提 要

用最简单的方式, 画出你最爱的美食吧!

本书以 15 天的彩绘之旅为主线, 案例从简单到复杂, 讲解了水果、蔬菜、山林美味、饮品、点心、夏日冰品、零食、蛋糕、特色小吃、主食、川味大餐、日本料理、法式大餐和私房菜的画法。是不是觉得题材超级多呢? 跟随本书, 你也能在 15 天之内学会画这些身边的美食哦!

只要你是爱生活、爱画面的绘画爱好者, 都可以在本书中找到属于自己的乐趣!

◆ 编 著 画 野

策划编辑 张 蓉

责任编辑 王雅倩

责任印制 方 航

◆ 人民邮电出版社出版发行 北京市丰台区成寿寺路 11 号

邮编 100164 电子邮件 315@ptpress.com.cn

网址 <http://www.ptpress.com.cn>

北京捷迅佳彩印刷有限公司印刷

◆ 开本: 787×1092 1/20

印张: 7.8

字数: 270 千字

2014 年 3 月第 1 版

印数: 1—4 000 册

2014 年 3 月北京第 1 次印刷

定价: 32.00 元

读者服务热线: (010)81055410 印装质量热线: (010)81055316

反盗版热线: (010)81055315

广告经营许可证: 京崇工商广字第 0021 号

前言

在我许许多多的梦想之中，记得其中一个，是希望长大后要么做一名厨师里面最会画画的，要么做画画里面的最会做饭的。现在回想起来，当时的梦想确实充满了一些稚气。如今我没有变成厨师，而且我的烹饪技艺也算不上多么高超，但是我发现了原来还有许许多多种方式来表达对美食的憧憬，色铅笔很好地满足了我小愿望，它的便捷与简单，还能在让我在闲暇的时间，用优美的线条与质感表现出食物的每一面，还能在绘画的过程中慢慢了解更多的食物小知识、小要点。让绚丽的色彩从眼睛传递到大脑、到味蕾，再到笔尖，直到让它们完美地跳跃在纸上，这种满满的成就感让我不知不觉沦为了美食的“奴隶”。

从48色色铅笔中，寻找你喜欢的色彩，让它们组合交融变成你心中的美食，让色彩与味蕾来一次彻底的碰撞，一边绘画，一边感受各地美食风景，发掘当地特色料理，在享受美食的同时找到绘画的乐趣。15天，每天一种食物，每天一个惊喜。如果你喜欢做一个爱画画的吃货，那么请你翻开本书，开始一次充满惊喜的食画之旅吧。

★ 幸福的色铅笔彩绘生活片段

拿起色铅笔，在笔记本里画上看好的扉页，或者给每一页的页脚画上漂亮的图案，让随身的本子变得更加丰富多彩。



有时候我们还可以将旅行者笔记本制作成美食旅行日记，在笔记本中的地图上，将我们到过的每个地方都画上吃过的当地美食。一只色铅笔为我们的生活增加了色彩，这也是品味别样人生轨道的一种独特方式。

用色铅笔绘制的标
牌。大家进来参观一下
漂亮干净的厨房吧。



将色铅笔绘制的作品
装饰在墙壁上或者是相框
之中，保存起来作为摆设。

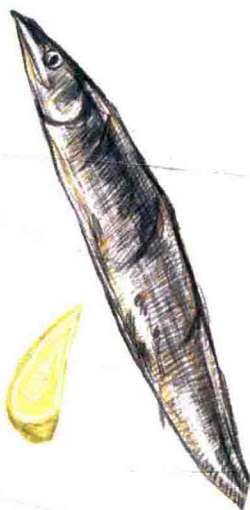


色铅笔的用途不单单是在纸上涂鸦作画，我
们还可以在任何物品上留下色铅笔的痕迹。身边
的接近纸质感的小物，通通都可以作为纸张来发
挥用途。想要给生活添加小情调，就用色铅笔试
试吧。

在身边的各个角落都
绘上我们喜爱的美食图案，
让美食充满我们的生活。
有名片，有标签，有卡牌，
作为一个吃货，这就是我
们的生活。



在笔记本上记录下
见过的食材，将它们
的样子刻画下来，还可以
做成小图鉴，以便给朋
友们欣赏分享。





用色铅笔涂满即将邮寄给好朋友的信件，让他们收到信的第一时间便感受到你深深的关心。



有空的时候，给家人准备一份精致的下午茶，顺便搭上一张漂亮的卡片，让他们体会到你的关爱与温暖。



色铅笔是打发闲暇时光的最好工具。将漂亮的风景收纳在纸张上或者笔记中里，珍藏起来也是极好的。

笔袋里一定准备好这些工具 / 11

动手前的Q&A / 13

第2天 从绿色的蔬菜开始 / 25

技法小提示：层次丰富的颜色渐变法 / 26

Lesson 4 芹菜 / 27

Lesson 5 西蓝花 / 29

Lesson 6 豌豆荚 / 31

展示：菜市场里的新鲜蔬菜 / 33

色铅笔小练习：为菜园地里添加上蔬菜 / 34

第3天 从新鲜的山林美味开始 / 35

技法小提示：表现绒毛感的画法 / 36

Lesson 7 落叶中的毛栗子 / 37

Lesson 8 树下的可爱蘑菇 / 39

Lesson 9 竹林里的春笋 / 41

展示：山林中的各种天然美味 / 43

色铅笔小练习：在蘑菇上画上不同的图案 / 44

第1天 从爱吃的新鲜水果开始 / 15

技法小提示：绘制水果的平滑排线方法 / 16

Lesson 1 阳桃 / 17

Lesson 2 山竹 / 19

Lesson 3 莲雾 / 21

展示：各类新鲜水果 / 23

色铅笔小练习：试着画出水果被切开时的样子 / 24

第4天 从爱喝的饮品开始 / 45

技法小提示：表现玻璃的透明质感 / 46

Lesson 10 一杯浓浓的咖啡 / 47

Lesson 11 一杯迷人的鸡尾酒 / 49

Lesson 12 一壶幽香的花茶 / 51

展示：夏日冷饮铺子 / 53

色铅笔小练习：为透明的杯子画上相应的饮品 / 54

第5天 从可爱的下午茶小点心开始 / 55

技法小提示：女生最爱的浅色搭配运用 / 56

Lesson 13 小熊夹心饼干 / 57

Lesson 14 滑滑的红豆布丁 / 59

Lesson 15 软软口感的糯米糍粑 / 61

展示：甜甜圈的美妙世界 / 63

色铅笔小练习：在下面的盘子中，画上你喜欢吃的小点心吧 / 64

第6天 从夏日的冰品开始 / 65

技法小提示：白色物品怎么画出来 / 66

Lesson 16 双色甜筒冰激凌 / 67

Lesson 17 娃娃头雪糕 / 69

Lesson 18 牛奶水果刨冰 / 71

展示：那些造型各异的冰激凌 / 73

色铅笔小练习：在下面的盘子中，画上你喜欢吃的雪糕冰激凌 / 74

第7天 从女生们都爱吃的零食开始 / 75

技法小提示：如何表现包装袋上的褶皱 / 76

Lesson 19 香脆的薯片 / 77

Lesson 20 大块黑巧克力 / 79

Lesson 21 QQ的软糖 / 81

展示：小时候喜欢吃的小零食 / 83

色铅笔小练习：给透明玻璃罐子里画上糖果 / 84

第8天 从蓬松的面包开始 / 85

技法小提示：用笔法表现面包的蓬松感 / 86

Lesson 22 牛角面包 / 87

Lesson 23 热狗面包 / 89

Lesson 24 奶酪火腿三明治 / 91

展示：让人欲罢不能的各种蛋糕 / 93

色铅笔小练习：给橱窗里画上刚出炉的面包 / 94

第9天 从华丽的芝士蛋糕开始 / 95

技法小提示：如何运用尖笔触来刻画细节 / 96

Lesson 25 提拉米苏 / 97

Lesson 26 抹茶芝士蛋糕卷 / 99

Lesson 27 蓝莓芝士蛋糕 / 101

展示：让人欲罢不能的各种蛋糕 / 103

色铅笔小练习：将不同口味的芝士蛋糕拼成一个生日蛋糕 / 104

第10天 从地方特色小吃开始 / 105

技法小提示：用笔触体现出不同的口感 / 106

Lesson 28 湖南口味小龙虾 / 107

Lesson 29 软软的成都三大炮 / 109

Lesson 30 北京糖葫芦 / 111

展示：中国各地的特色小食 / 113

色铅笔小练习：在盘子里画出特色小吃 / 114

第11天 从餐桌上的主食开始 / 115

技法小提示：怎么表现气体 / 116

Lesson 31 一碗白米饭 / 117

Lesson 32 一盘水饺 / 119

Lesson 33 一笼肉包子 / 121

展示：每个地域不同的主食习惯 / 123

色铅笔小练习：画出一盘香喷喷的炒饭 / 124

第12天 从川味大餐开始 / 125

技法小提示：笔触画出细碎的东西 / 126

Lesson 34 红红的川味火锅 / 127

Lesson 35 竹签上的美味 / 129

展示：辣椒的王国 / 131

色铅笔小练习：给鸳鸯锅里涂上不同的颜色 / 132

第13天 从日本料理开始 / 133

技法小提示：搭配出和风味道的颜色 / 134

Lesson 36 美味的寿司 / 135

Lesson 37 香酥的天妇罗 / 137

展示：精致的日本料理 / 139

色铅笔小练习：在盘子里画出可爱的日式饭团 / 140

第14天 从法式大餐开始 / 141

技法小提示：用颜色区分肉类的细嫩度 / 142

Lesson 38 法式烤羊小排 / 143

Lesson 39 法式田螺 / 145

展示：菜单上的法式料理 / 147

色铅笔小练习：在大盘比萨饼上加上各种搭配食材 / 148

第15天 给自己准备一份充满爱的私房菜 / 149

技法小提示：练习“画”文字 / 150

Lesson 40 自制水果杂冰 / 152

Lesson 41 拿手的咖喱鸡块 / 154

色铅笔小练习：尝试自己动手画菜谱吧 / 156

笔袋里一定准备好这些工具

市场上的色铅笔可谓琳琅满目，想要买一盒色铅笔，选择空间也相当的宽广。不管是什么牌子的色铅笔，价格不一定是选择的唯一判定标准，找到一款适合我们自己手感的色铅笔才是最为重要的。

基本工具



马可雷诺阿48色色铅笔



马可绘图铅笔



素描本

本书使用的颜色表

							
玫瑰红	大红	橙红	红橙	深红	橘黄	橘红	肉红
							
蓝紫	紫色	枣红	紫红	红紫	桃红	粉红	橙黄
							
普蓝	群青	深蓝	湖蓝	蓝色	浅蓝	浅绿	翠绿
							
熟褐	灰褐	浅褐	土黄	肉色	柠檬黄	中黄	浅黄
							
褐色	赭石	红赭	黑色	深褐	深灰	浅灰	蓝灰
							
深绿	橄榄绿	淡绿	草绿	灰色	淡灰	紫灰	白色

下面介绍辅助绘图工具



橡皮擦

在开始正式上色前，用它把草稿的颜色擦淡，我们可以跟随痕迹开始作画



工具刀

工具刀不仅可以用来削铅笔，还能够在上色后在画上面做出一些刮痕效果



卷笔刀

用卷笔刀可以轻易地削出铅笔锋利的尖头，让我们的作品画面更精致、细腻



笔袋

拥有那么多的铅笔，当然少不了一个漂亮的笔袋。用这样的软软的布料质感的笔袋装笔，利于携带，方便又实用

纸张的选择，决定了整个画面的质感。用有粗糙质感的纸张搭配上准确的绘画方式，可以让画出来的物品拥有特别的效果。

表面平整光滑的纸张



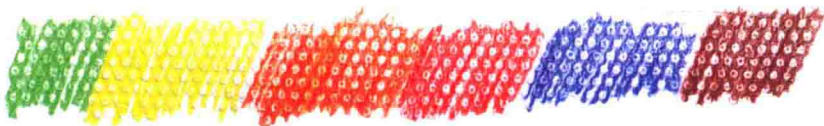
细腻光滑的纸张，可以用来画出较为精细的物品，如花朵。复印纸便是比较典型的例子

表面粗糙度一般的纸张



正常粗糙度的纸张应用范围最为广泛，不管是怎样的质感效果都能够很好地表现出来

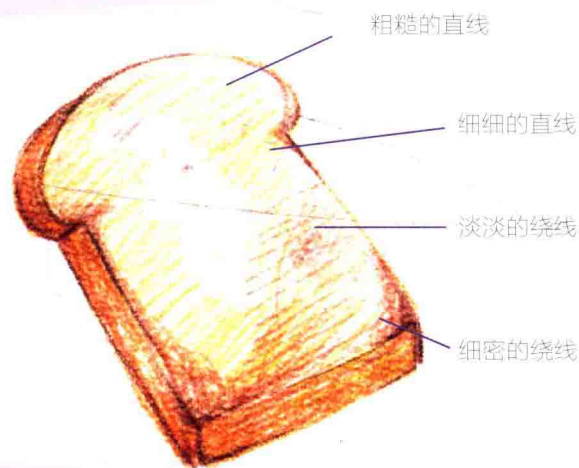
表面凹凸不平的纸张



特别粗糙的纸张则可以用来很好地表现泥土、岩石等质感的东西

Q 怎样用色铅笔来表现出食物的质感？

A 食物的每一种质感，用各种笔触来组合就能够做到，线段、曲线、点等都是适合用来刻画食物质感的笔触。



画一片面包用到的笔触

因为面包的截面质感看起来就像是一条一条的丝状或者是发泡后的圆泡形，所以我们可以运用与其相似的绕线或者直线来刻画面包让它的质感突显出来，比如以上的笔触。



细密的绕线



粗糙的直线

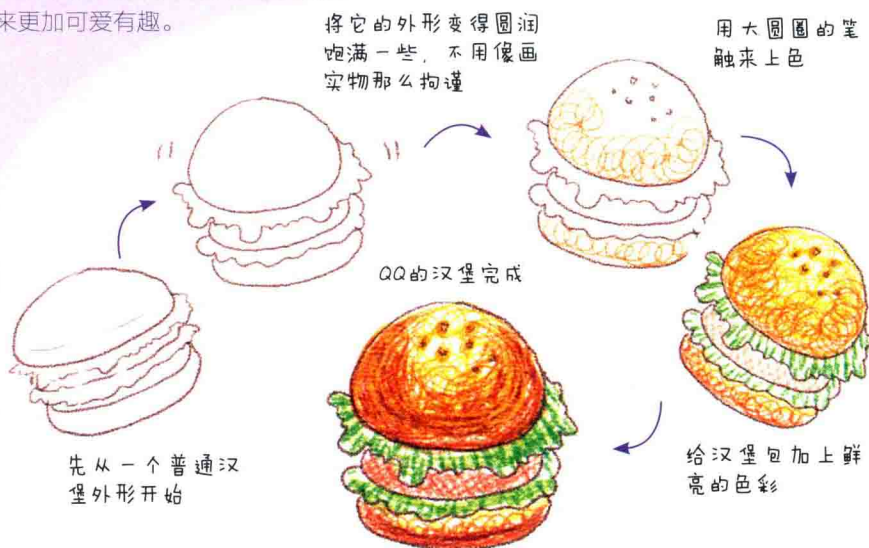
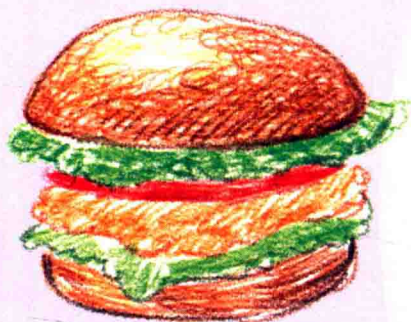


细细的直线

Q 怎样用色铅笔画出食物的可爱感？

A 如果根据真实的食物外形作画，虽然在外形上会显得特别相似或者是逼真，但是在有趣程度上就大大减少了。我们可以通过将作画对象变形，让食物看起来更加可爱有趣。

让我们来看看怎样将一个普通的汉堡包变得可爱一些。



将它的外形变得圆润饱满一些，不用像画实物那么拘谨

用大圆圈的笔触来上色

QQ的汉堡完成

先从一个普通汉堡外形开始

给汉堡包加上鲜亮的色彩

Q

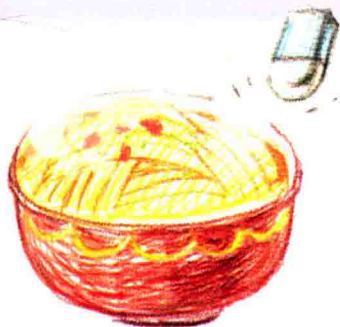
怎样用色铅笔来表现香喷喷的感觉？

A

食物的口味或者是香喷喷的感觉，可以用许许多多的方式来表现。在画好的对象旁边加上一些好玩的、颇具设计感的符号，也能深刻地表达食物的口感。

* 画一碗香喷喷的拉面

用橡皮擦将画好的拉面的面条部分擦淡，然后上面用灰色或者是土黄色轻轻地画出一丝丝烟雾的效果，这是表现拉面香喷喷、热腾腾感觉的一种方式。



用橡皮减淡拉面的边缘颜色，以表现出雾气环绕的感觉



也可以用浅色的线条来表现雾气

另一种表现拉面香喷喷的方法，就是在拉面旁边加上各种各样的小图标，如闪亮耀眼的星星，或者是看起来香喷喷的气泡团。在画一些凉的食物时，气泡团就能发挥巨大的作用了。



用闪亮的符号来表现拉面的美味感



气泡团用在食物旁边给人香喷喷的感觉

* 表现食物味道的图标

表现辣味的
辣椒图案



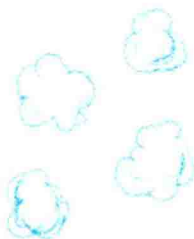
表现多汁的
水滴



表现晶莹剔透的
星星



表现蒸腾的
气泡团



表现奇怪难以
捉摸的味道的
螺旋

