



美食

快到碗里来

从舌尖到指尖，
让我们开始一场美食之旅吧？

金鱼◎著

长江出版传媒 湖北美术出版社

美食

快到碗里来

金鱼◎著

长江出版传媒 湖北美术出版社



责任编辑：向冰 龚黎

技术编辑：李国新

封面设计：向冰

图书在版编目(CIP)数据

美食快到碗里来 / 金鱼著.

-- 武汉: 湖北美术出版社, 2014.7

(绘·森·活)

ISBN 978-7-5394-6586-9

I. ①美…

II. ①金…

III. ①水彩画-绘画技法

IV. ①J215

中国版本图书馆CIP数据核字(2013)第275408号

出版发行：湖北美术出版社

地 址：武汉市洪山区雄楚大街268号

湖北出版文化城B座

电 话：(027)87679520 87679521 87679522

传 真：(027)87679523

邮政编码：430070

网 址：www.hbapress.com.cn

电子邮箱：hbapress@vip.sina.com

印 刷：武汉三川印务有限公司

开 本：720mm×1000mm 1/12

印 张：14

印 数：5000册

版 次：2014年7月第1版 2014年7月第1次印刷

定 价：48.00元



这样可以找到我们~

微博：@绘森活编辑部

邮箱：huisenhuo@qq.com

QQ：2082276551



绘·森·活 编辑部



湖北美术出版社官方淘宝店

合 作 伙 伴

插画家园

WWW.13CG.COM

爱 插 画 爱 生 活



@插画家园



插画良品

推 广 平 台

当当网
dangdang.com

亚马逊
amazon.cn

京东
JD.COM

目录

第1章 画美食的工具	1	那些美味的鸡鸭鱼肉	58
水彩画的工具	2	豌豆炒肉丁	59
教你叠色	3	宫保鸡丁	64
吉祥颜彩色谱	3	牙签肉	69
画一张叠色色卡	4	豆角土豆烩花肉	73
		黄豆酱焖鱼	79
第2章 画美食的技法	5	妈妈煲的汤	84
湿画法怎样画?	6	酸萝卜老鸭汤	85
干画法怎样画?	7	豆腐鱼头汤	90
点画法怎样画?	8	大家都爱路边摊	96
怎样留白?	9	臭豆腐	97
怎样画出美味的汤汁?	10	桂林米粉	103
怎样画出精美的细节?	12	蟹黄灌汤包	108
怎样画配饰?	13	台湾卤肉饭	113
美食、美器怎么配?	14	精致的日式美食	118
		寿司	119
第3章 天下美食画起来	15	关东煮	125
辣椒大PK	16	章鱼小丸子	128
四川火锅	17	惹味的韩式美食	132
剁椒鱼头	20	韩国泡菜	133
辣子鸡	24	韩式拌饭	138
水煮牛肉	28	韩国烤肉	142
油焖大虾	33	欧洲的浪漫全融化在嘴里	146
酸酸甜甜的美味	38	披萨	147
酸菜鱼	39	杏仁蛋糕	151
酸辣土豆丝	43	海鲜意大利面	157
糖醋排骨	48	冰淇淋	161
咕噜肉	53		

第1章

画美食的工具



水彩画的工具

吉祥颜料

颜彩在日本画材中是一种很普及的颜料。因为是无经调好胶的所以加水即可使用！吉祥颜彩色彩细腻，颗粒非常细腻，我在画美食系列作品时都选择用此颜彩。既能表现出油计的浓雅，也能体现食物的浓郁醇香。



小小一粒用完也方便补色！

画美食时这两个颜色耗量较大！

温莎牛头牌圆头尼龙水彩笔

这画笔是我画了整本美食书，我买了2号、6号、10号这三种型号。尼龙笔虽然没有动物毛的柔软，但是它有很多优点，在菜品的很多细节地方，就能很清楚地表现质感。吸水性不是很强，可以方便及时补色。



初学有首选！

大师级专业笔

画笔起来软，但要注意清洗笔尖的积色！

德国R. Vinci 达芬奇大师级纯松鼠毛超柔软水彩画笔 418

亲！平的高端画笔，价格贵但用起来真的超有手感，很适用于风景画，可以晕染出很自然的颜色，笔触也非常轻柔，果然是大师级！



南韩46橡皮擦

擦拭非常干净，比双小号的那种就可以了，可以切一个三角形的橡皮头专门用来擦细节地方！

颜彩调色盘

塑料和搪瓷的都可以。重要的是分区区域分明，调色时尽量把同类色调在一起，避免不需调的颜色混在一起，浪费！



圆笔、自动铅笔

如果习惯3支头圆笔就选B、HB、2B型号的，不要选2B以上的，以免弄脏画纸。自动铅笔方便颜色也较浅，我常带这种！



高台上



樱花针管笔

水彩画勾线时可以用到，虽然我在画美食时没有用到，不过勾线的速写，写生我常用到呢！ 笔号型号：01、02、04。

法国原装进口康颂魔法112009水彩纸

我最开始学水彩时就是这款纸，除了画纸表面偶有胶印之外，其它都很赞！经济实惠，性价比有。



阿诗平冷水水彩纸

价格比魔法纸便宜，纸张是200g，更易上色。在画美食时，我曾选择过这款画纸，注意裁纸时要小心！尺寸不要太大，购买时看清楚！



德国德米德水彩（固体）24色

这是两年水彩练习用过的最贵的一款固体颜料，颜色很佳，清晰，盒子也小巧方便携带，调色时注意水彩笔的干净，不要弄脏了颜色盒里的其它颜色！



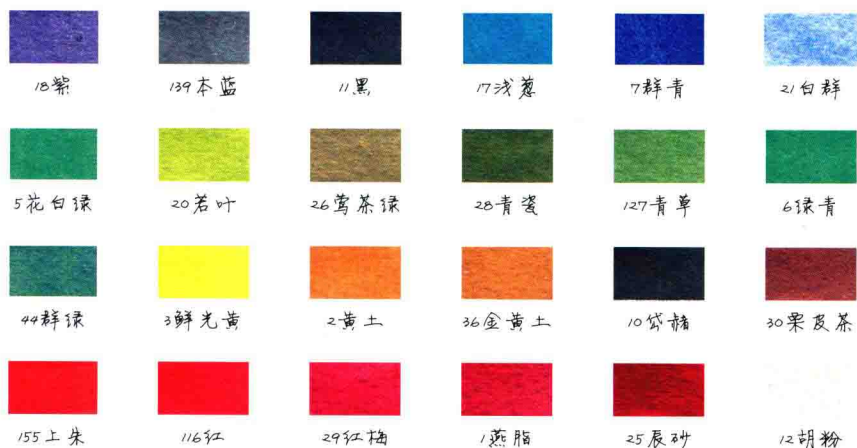
出门写生，必备良品

笔洗。我用的是一个金属造型的玻璃容器。（实体店购买）

JmYu 2013.12.24.

吉祥颜彩色谱

吉祥颜彩是一种十分普及的日本生产的画材，用水调和后画出的色彩有透明感，所以被称之为“水性色”。上色后不会覆盖线稿，容易晕色，易调和，在画纸上能呈现出一种非常优雅的透明淡彩色。



教你叠色

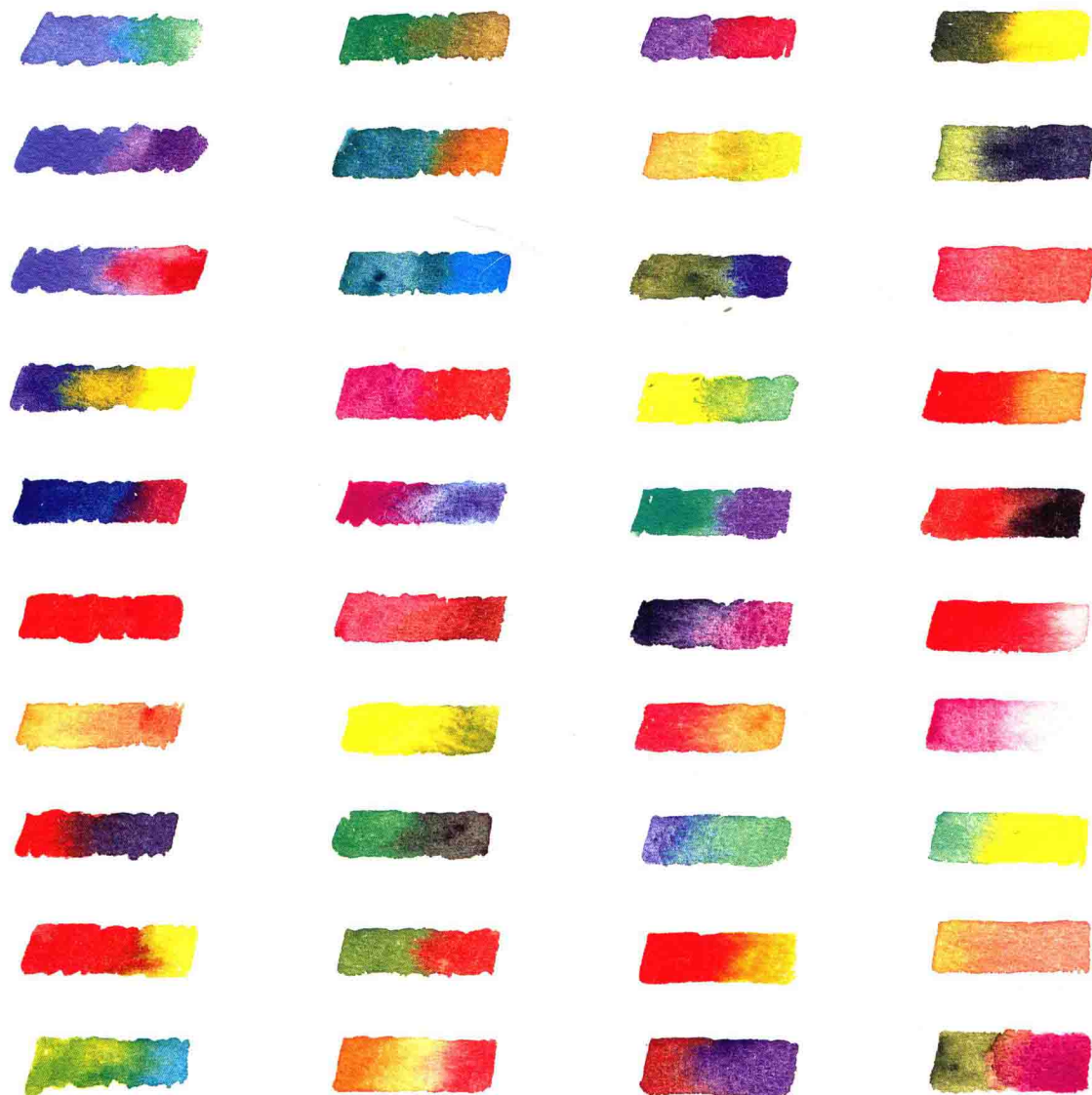
一幅水彩画成功与否很重要的因素是水与色的结合是否适合，色彩调配得是否精准，这一过程最能反映作者的色彩感觉和功底。要培养这样的画感，必须对绘画充满热情，同时还需要刻苦地练习。多做叠色练习能很快提升你的色感和表现力，对于绘画功底提高有极大帮助！



混合后的颜料产生一些新的颜色，为作画效果带来了无限可能。



画一张叠色色卡 ✨



制作色卡很有必要，不仅可以进一步了解各种颜色的不同之处，也便于在后期自由创作中灵活运用。



第2章

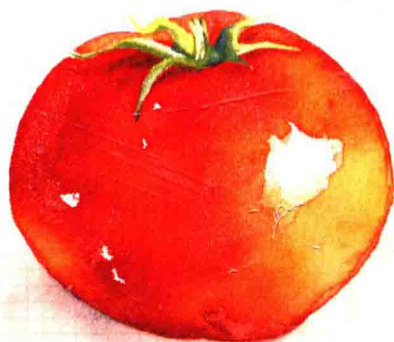
画美食的技法



湿画法怎样画？



西红柿含有丰富的胡萝卜素、维生素C和维生素E，尤其是维生素E的含量极高。



1. 用铅笔勾出西红柿的轮廓，用画笔蘸水把要上色的红色部分打湿，然后用上朱色和黄土色调出西红柿的底色开始铺色。

2. 物体的立体感和透视可以通过颜色来表现，所以在接近高光的部位再加入少许鲜光黄，在铺色的过程中一定要记住预留出高光。



3. 这时画面依旧是湿润的，继续加深颜色画出立体感，在调色盘原有的基础上再加入红色和赭砂色从西红柿的左上方向右下方晕色。

4. 西红柿的水润感要靠水彩的晕色展现，暗部可以加入一些红梅色和黛赭色，亮部则用鲜光黄晕染，有个细节要注意，就是反光，反光出现在左下方，用黄土色晕染一下即可。

5. 蘸黄土色调整一下西红柿亮部的色彩，高光的上部颜色要重于下部，用调色盘里现有的颜色来画即可。

6. 开始叠加重色，用黛赭、栗皮茶以及少许紫色和赭砂色从西红柿果蒂的下方以及底部明暗交界处开始加深，晕染时出现自然的纹路效果就最好了。



7. 调和黄土色和上朱色，强调一下反光部分的颜色，用纸巾吸取高光周围的颜色，让高光看起来不那么规整，更自然一些。

8. 开始画果蒂，用若叶色和青瓷色画出最底层的色彩，稍微表现一点明暗变化即可。

9. 在原有的绿色基础上再加入莺茶绿和群绿色画暗部的颜色。

10. 待颜色快干时开始调整细节，用少许紫色和本蓝色画出果蒂的阴影，最后混合调色盘里西红柿的色彩加适量水画一下西红柿的阴影。

干画法怎样画？



1. 紫薯所含的水分不多，用干画法能更好地体现其质感。用红梅色和紫色调出紫薯的基础色开始铺色。



2. 紫薯上沾的泥土用赭褐色和少许辰砂色来画即可，上色时留出高光。



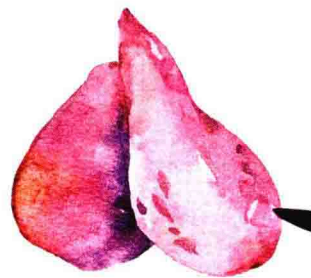
3. 紫薯之间的阴影是在现有色彩的基础上加入紫色、群青色晕染出来的，反光部分则加入赭褐色晕染。



4. 用本蓝色继续加深阴影，与此同时用红梅色调整一下紫薯的底色和边缘部分的色彩。



5. 用辰砂色、赭褐色和燕脂色画出紫薯上的斑纹，斑纹大小不一，随意点就行。



6. 刻画一下边缘的色彩。



7. 掰开的紫薯内部就开始体现出干画法的技巧了，用红梅色和赭褐色调好颜色，然后用短线条排列画一些笔触，一层层地排列，别太死板，可以随意调整笔触方向和长短。



8. 接着调和紫色和群青色继续排列短线条，要注意厚度的表现，错落着排线，暗面的部分加紫色和群青色，亮面加红梅色和赭褐色。



9. 待颜色干透后再加入一点辰砂色在暗面部分画几笔，色彩透气不至于太闷，注意紫薯皮包着的部分颜色较深。



10. 等颜色干透以后蘸少许辰砂色和栗皮茶色画一些细小的纹路，细节的刻画使得画面更生动。

点画法怎样画？

西兰花营养丰富，含蛋白质、糖、脂肪、维生素和胡萝卜素，营养成分位居同类蔬菜之首，被誉为“蔬菜皇冠”。



1. 先画西兰花梗，以若叶色为主色加入少许金黄土色和青瓷色来画。



2. 开始画西兰花，以青草色为主色加青瓷色和绿青色开始点画，注意外轮廓不要画得太规整，把握好大致的形态就可以了。



3. 点上去的颜色会慢慢晕开，这样也留出了很多空白部分作为高光，然后用若叶色在亮面部分继续点画，深色部分就用莺茶绿色和群绿色点画。



4. 用上一步的颜色把西兰花梗里面的空隙填满。



5. 群绿色属于偏冷的绿色，西兰花的暗面也偏冷，所以用群绿色在西兰花的暗面加深，继续点画。



6. 等色彩干透以后用群绿色、群青色调出西兰花最深部分的颜色，这时就要有规律地点画了，仔细观察西兰花是由一朵朵的小花头堆积在一起的，就用深色点出这些花头间的空隙。



7. 用同样的颜色画另一棵西兰花，笔触要清晰，一定要等到画面干透才能画，如果上一层颜色没有干是没法画出这个效果的。



8. 暗面都画好以后，开始补画亮面，用花白绿画西兰花的最顶端，用绿青色点画暗面四周，进行衔接。



9. 最后用花白绿色调整西兰花的外轮廓。

怎样留白?



1. 通常建议先画最上层的食材。这里先画葱花，用青草色和青瓷色调和来画，简单地画出葱花的造型。

2. 用黄土色和金黄土色调出豆腐的底色，留白（高光）很适合表现这些很油亮的食物。



3. 上底色时不要大面积地铺色而是自然地空出一些白色的部分，在颜色未干之时就开始晕染深色，沿着豆腐边缘加入赭赭色晕染。

4. 接着画后面的豆腐，颜色可以浅于面前的这一块，所以要加入一些鲜光黄色。

5. 豆腐被煎过后边缘颜色会变深，可以在加入赭赭色时也加入少许的辰砂色晕染，注意晕染时要避开留白处。

6. 照之前的方法继续往下画。



7. 豆腐的厚度用赭赭色、金黄土色和少量栗皮茶色来画，从上至下来晕色，在晕色的同时预留出白色的边。

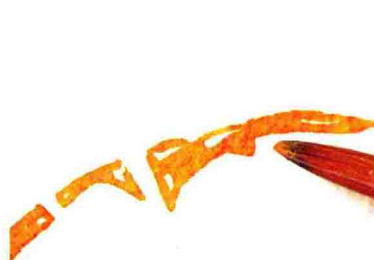
8. 用黄土色和上朱色画反光。用纸巾吸取高光周围的颜色让高光看起来不那么规整，自然一些。

9. 开始调整细节，在高光的周围可以用赭赭色画一些小细节让豆腐更有立体感，同时把葱花的阴影也画出来。

10. 如果觉得葱花少了可以再画一些。画出豆腐的阴影。

怎样画出美味的汤汁？

金黄的高汤



1. 调好底色就是确定了汤汁色彩的基调。



2. 从食材的边缘向外晕染，加深色彩，注意不要覆盖底色。



3. 用对比度高的红色沿着食材边缘继续加深，避开高光。



4. 当我们加深了几层颜色后可以换小笔画出一些细节。



5. 画出汤汁最重的色，这个部分面积不要画太大。



6. 食材之间的缝隙也要逐层加深，当然也要有层次变化。



7. 如果高光不够明显，可以用高光笔在深色部分再补画一些。



8. 等到汤汁色彩干透以后再把亮面叠加一层黄色，提高亮度。



yummy!

火辣辣的红汤

1. 底层颜色要湿润而透明，同时要留出高光。
2. 接着用亮面的色彩开始叠色让它们自然融合。
3. 如果色彩晕染的效果不明显可以再次叠加亮面颜色。
4. 汤汁的深色部分里可以叠加食材的重色。
5. 色彩快干时再用小号画笔规整一下汤汁的部分。



▷



白花的原汤

醇香鲜美的豆腐鱼头汤是乳白色的（可以处理得偏黄一些）。汤汁的颜色用胡粉色加适量的水分再加入调色盘里画豆腐的颜色就行了，高光不用太明显，浅浅地铺盖一层颜色即可。



怎样画出精美的细节?

碎末怎么画?

浅色食材上的碎末可以等到颜色干透以后直接在上面覆盖来画,也可以先画好,再避开这个位置画底层的颜色。



高光怎么画?

不同的食物有不同的形态,自然也会有不同的高光,高光的大小、形态和方向都能帮助我们更好地表现出菜品的特点,下面就来给大家讲讲不同食物的高光分别是怎么表现的。



4. 鱼头这种滑腻质感的食材反光很强,所以它的高光也会相对比较多。



5. 豆角是条状的物体,所以它的高光也是条状的。



1. 烤肉这种大块面积的食物高光其实是油的反光,面积不大,比较分散。



2. 水滴状物体的高光一般出现在最深色的部分,呈圆点状。



3. 虾的高光大多出现在关节部分,即使是剥了壳的虾仁也可以这样画。



6. 草莓的表面坑坑洼洼的,所以它的高光呈点状。



7. 浅色或者白色的物体也有高光,需要留白,用阴影来衬托。



8. 披萨饼边的高光要沿着饼边留出一条不规则的白色高光带。

芝麻怎么画?

很多食物都会撒上芝麻调味,如果没有掌握正确的画法很难画好。现在我们就一起来学画这些点睛的芝麻吧!



以鳗鱼寿司为例,要画好白芝麻首先要确定芝麻的位置,可以用铅笔淡淡地画出它的形态,先画海苔,空出芝麻的位置。这个时候一定要仔细,既要画出海苔的明暗变化又要将芝麻留白。等到海苔的颜色完全干透以后再画出芝麻的色彩,最后在海苔上画出芝麻的阴影就完成啦!

怎样画配饰？

配饰可以修饰和美化作品，是画面中不可缺少的部分。它们让画面充满情趣，更加美好。



油炸的牙签肉旁加上水润的樱桃，形成质感的对比，使画面丰富了很多。



臭豆腐旁放一杯橙汁，形成了色彩的对比，是不是让人更有食欲了呢！



画上一些卡通的小动物，使画面更加活泼生动。