



©copyright 2021 Paolo e Sara Castiglioni

## 2022

Ricchi della nostra passione ed esperienza professionale ci dedichiamo anche all'insegnamento della fotografia di food. Così ci ritagliamo piccole oasi di "tranquillità" dove la fotografia di cibo si può esprimere senza le briglie commerciali. Si progettano immagini che raccontano di consapevolezza, sostenibilità, multietnicità oltre che di estetica. Amiamo fare belle foto anche con temi civici importanti perchè crediamo nell'impegno quotidiano di migliorarci, rendendoci coscienti dei grandi temi attuali come l'ambiente e la sostenibilità. Il calendario di quest'anno usa unicamente immagini progettate e realizzate in questi workshop dove creatività e tecnica vanno di pari passo. Una citazione speciale alla squadra che ha lavorato con noi per realizzare queste belle fotografie: Ambra, Barbara, Flavia, Luisa, Matteo e Sandra grazie di cuore per il vostro prezioso contributo.

*Paolo e Sara Castiglioni sono fotografi professionisti specializzati nella food photography. Hanno all'attivo numerosi libri di ricette e di prodotto, e lavorano per piccoli produttori di qualità e primarie aziende nazionali di cibo.*

*Da qualche anno organizzano Master e Workshop di Food Photography.  
Lavorano principalmente negli studi di Milano e di Barabò (VR)  
ma si spostano all'occorrenza dove serve il loro apporto creativo.*

*Paolo*

**CASTIGLIONI**  
FOOD PHOTOGRAPHY

*Sara*



©copyright 2021 Paolo e Sara Castiglioni

# Gennaio 2022

**CASTIGLIONI**  
FOOD PHOTOGRAPHY  
castiglionifoodphotography.com

	<b>4 M</b>	<b>11 M</b>	<b>18 M</b>	<b>25 M</b>
	<b>5 M</b>	<b>12 M</b>	<b>19 M</b>	<b>26 M</b>
	<b>6 G</b>	<b>13 G</b>	<b>20 G</b>	<b>27 G</b>
	<b>7 V</b>	<b>14 V</b>	<b>21 V</b>	<b>28 V</b>
<b>1 S</b>	<b>8 S</b>	<b>15 S</b>	<b>22 S</b>	<b>29 S</b>
<b>2 D</b>	<b>9 D</b>	<b>16 D</b>	<b>23 D</b>	<b>30 D</b>
<b>1</b> <b>3 L</b>	<b>2</b> <b>10 L</b>	<b>3</b> <b>17 L</b>	<b>4</b> <b>24 L</b>	<b>5</b> <b>31 L</b>

castiglionifoodstories



## IDEE DI COMPOSIZIONE

Tutorosso in copertina e tuttoverde qui, un gioco, nulla di più. Che ci permette di osservare la realtà che ci circonda attraverso una lente monocromatica scoprendo famiglie e affinità inusuali. Sarebbe carino promuovere una dieta monocromatica per affrontare quei periodi della vita che ci sembrano in bianco e nero!





©copyright 2021 Paolo e Sara Castiglioni

# Febbraio 2022

**CASTIGLIONI**  
FOOD PHOTOGRAPHY  
castiglionifoodphotography.com

<b>1</b> M	<b>8</b> M	<b>15</b> M	<b>22</b> M
<b>2</b> M	<b>9</b> M	<b>16</b> M	<b>23</b> M
<b>3</b> G	<b>10</b> G	<b>17</b> G	<b>24</b> G
<b>4</b> V	<b>11</b> V	<b>18</b> V	<b>25</b> V
<b>5</b> S	<b>12</b> S	<b>19</b> S	<b>26</b> S
<b>6</b> D	<b>13</b> D	<b>20</b> D	<b>27</b> D
<sup>6</sup> <b>7</b> L	<sup>7</sup> <b>14</b> L	<sup>8</sup> <b>21</b> L	<sup>9</sup> <b>28</b> L

castiglionifoodstories



## CREATIVITÀ

La creatività va alimentata e praticata: a volte prendere ispirazione dall'arte porta a piacevoli sorprese. Chissà se Klimt conosceva questa versione di focaccia ispirata al suo lavoro.



# Marzo 2022

**CASTIGLIONI**  
FOOD PHOTOGRAPHY  
castiglionifoodphotography.com

	<b>4 V</b>	<b>11 V</b>	<b>18 V</b>	<b>25 V</b>
	<b>5 S</b>	<b>12 S</b>	<b>19 S</b>	<b>26 S</b>
	<b>6 D</b>	<b>13 D</b>	<b>20 D</b>	<b>27 D</b>
<sup>10</sup>	<b>7 L</b>	<sup>11</sup>	<b>14 L</b>	<sup>12</sup>
<b>1 M</b>	<b>8 M</b>	<b>15 M</b>	<b>22 M</b>	<b>29 M</b>
<b>2 M</b>	<b>9 M</b>	<b>16 M</b>	<b>23 M</b>	<b>30 M</b>
<b>3 G</b>	<b>10 G</b>	<b>17 G</b>	<b>24 G</b>	<b>31 G</b>

castiglionifoodstories 

## MOOD

È buona pratica sempre osservare con disincanto quello che ci circonda, farsi ispirare e poi pescare liberamente tra colori, pizzi e scatole. Il dress code è obbligatorio per una fotografia trendy.





# Aprile 2022

**CASTIGLIONI**  
FOOD PHOTOGRAPHY  
castiglionifoodphotography.com

	<b>3 D</b>	<b>10 D</b>	<b>17 D</b>	<b>24 D</b>
<b>14</b>	<b>4 L</b>	<b>15</b>	<b>18 L</b>	<b>17</b>
	<b>5 M</b>	<b>12 M</b>	<b>19 M</b>	<b>26 M</b>
	<b>6 M</b>	<b>13 M</b>	<b>20 M</b>	<b>27 M</b>
	<b>7 G</b>	<b>14 G</b>	<b>21 G</b>	<b>28 G</b>
<b>1 V</b>	<b>8 V</b>	<b>15 V</b>	<b>22 V</b>	<b>29 V</b>
<b>2 S</b>	<b>9 S</b>	<b>16 S</b>	<b>23 S</b>	<b>30 S</b>

castiglionifoodstories



## PUNTO DI RIPRESA

Ogni volta che si lavora a un progetto di immagine e si costruisce il set ci si immagina un certo risultato. La foto ci piace, corrisponde all'idea. Ma non bisogna accontentarsi e occorre vedere e trovare nuove prospettive cambiando punto di ripresa. Non accontentatevi del primo amore!





©copyright 2021 Paolo e Sara Castiglioni

# Maggio 2022

**CASTIGLIONI**  
FOOD PHOTOGRAPHY  
castiglionifoodphotography.com

	<b>4 M</b>	<b>11 M</b>	<b>18 M</b>	<b>25 M</b>
	<b>5 G</b>	<b>12 G</b>	<b>19 G</b>	<b>26 G</b>
	<b>6 V</b>	<b>13 V</b>	<b>20 V</b>	<b>27 V</b>
	<b>7 S</b>	<b>14 S</b>	<b>21 S</b>	<b>28 S</b>
<b>1 D</b>	<b>8 D</b>	<b>15 D</b>	<b>22 D</b>	<b>29 D</b>
<sup>18</sup> <b>2 L</b>	<sup>19</sup> <b>9 L</b>	<sup>20</sup> <b>16 L</b>	<sup>21</sup> <b>23 L</b>	<sup>22</sup> <b>30 L</b>
<b>3 M</b>	<b>10 M</b>	<b>17 M</b>	<b>24 M</b>	<b>31 M</b>

castiglionifoodstories



## FOOD TREND

Una ricerca di Whole Foods ha evidenziato come lo yuzu (agrumo orientale), la curcuma, i semi di girasole, la moringa (erba orientale) e i cereali sostenibili siano alcuni dei trend del cibo per il 2022.

Quando ordinerete la vostra carbonara pensateci!



©copyright 2021 Paolo e Sara Castiglioni

# Giugno 2022

**CASTIGLIONI**  
FOOD PHOTOGRAPHY  
castiglionifoodphotography.com

	<b>3 V</b>	<b>10 V</b>	<b>17 V</b>	<b>24 V</b>			
	<b>4 S</b>	<b>11 S</b>	<b>18 S</b>	<b>25 S</b>			
	<b>5 D</b>	<b>12 D</b>	<b>19 D</b>	<b>26 D</b>			
<sup>23</sup>	<b>6 L</b>	<sup>24</sup>	<b>13 L</b>	<sup>25</sup>	<b>20 L</b>	<sup>26</sup>	<b>27 L</b>
	<b>7 M</b>	<b>14 M</b>	<b>21 M</b>	<b>28 M</b>			
<b>1 M</b>	<b>8 M</b>	<b>15 M</b>	<b>22 M</b>	<b>29 M</b>			
<b>2 G</b>	<b>9 G</b>	<b>16 G</b>	<b>23 G</b>	<b>30 G</b>			

castiglionifoodstories



## FOOD STYLING

Il cibo da fotografare va curato in ogni dettaglio, la lucentezza rende il piatto goloso. La food photography deve saper usare la luce e lo styling del cibo per sottolineare il gusto di una ricetta.

L'uso del sale - essenziale in cucina - nella food photography non serve.





©copyright 2021 Paolo e Sara Castiglioni

# Luglio 2022

**CASTIGLIONI**  
FOOD PHOTOGRAPHY  
castigionifoodphotography.com

	<sup>27</sup> 4 L	<sup>28</sup> 11 L	<sup>29</sup> 18 L	<sup>30</sup> 25 L
	5 M	12 M	19 M	26 M
	6 M	13 M	20 M	27 M
	7 G	14 G	21 G	28 G
1 V	8 V	15 V	22 V	29 V
2 S	9 S	16 S	23 S	30 S
3 D	10 D	17 D	24 D	31 D

castigionifoodstories



## COMPOSIZIONE DALL'ALTO

La visione zenitale del cibo va aiutata con delle geometrie, con dei segni grafici. La luce deve saper raccontare il volume, i vari elementi del set, guidarti verso una storia da raccontare.





©copyright 2021 Paolo e Sara Castiglioni

# Agosto 2022

**CASTIGLIONI**  
FOOD PHOTOGRAPHY  
castiglionifoodphotography.com

	4 G	11 G	18 G	25 G					
	5 V	12 V	19 V	26 V					
	6 S	13 S	20 S	27 S					
	7 D	14 D	21 D	28 D					
31	1 L	32	8 L	33	15 L	34	22 L	35	29 L
	2 M		9 M		16 M		23 M		30 M
	3 M		10 M		17 M		24 M		31 M

castiglionifoodstories



## LA PRESENZA UMANA

L'inserimento della presenza umana in una fotografia serve a rendere l'immagine dinamica, sta succedendo qualcosa, lascia intravedere un'azione, un prima e un dopo.

Ci sono modelle e modelli che vengono scelti per le loro mani: affusolate e curate.



©copyright 2021 Paolo e Sara Castiglioni

# Settembre 2022

**CASTIGLIONI**  
FOOD PHOTOGRAPHY  
castiglionifoodphotography.com

	<b>3 S</b>	<b>10 S</b>	<b>17 S</b>	<b>24 S</b>
	<b>4 D</b>	<b>11 D</b>	<b>18 D</b>	<b>25 D</b>
	<sup>36</sup> <b>5 L</b>	<sup>37</sup> <b>12 L</b>	<sup>38</sup> <b>19 L</b>	<sup>39</sup> <b>26 L</b>
	<b>6 M</b>	<b>13 M</b>	<b>20 M</b>	<b>27 M</b>
	<b>7 M</b>	<b>14 M</b>	<b>21 M</b>	<b>28 M</b>
<b>1 G</b>	<b>8 G</b>	<b>15 G</b>	<b>22 G</b>	<b>29 G</b>
<b>2 V</b>	<b>9 V</b>	<b>16 V</b>	<b>23 V</b>	<b>30 V</b>

castiglionifoodstories



RICERCARE IL PROPRIO STILE

Nessuno è in grado di vedere il mondo come lo vedi tu. Osa quindi raccontare la tua visione senza briglie o impedimenti!





©copyright 2021 Paolo e Sara Castiglioni

# Ottobre 2022

**CASTIGLIONI**  
FOOD PHOTOGRAPHY  
castiglionifoodphotography.com

	<b>4 M</b>	<b>11 M</b>	<b>18 M</b>	<b>25 M</b>
	<b>5 M</b>	<b>12 M</b>	<b>19 M</b>	<b>26 M</b>
	<b>6 G</b>	<b>13 G</b>	<b>20 G</b>	<b>27 G</b>
	<b>7 V</b>	<b>14 V</b>	<b>21 V</b>	<b>28 V</b>
<b>1 S</b>	<b>8 S</b>	<b>15 S</b>	<b>22 S</b>	<b>29 S</b>
<b>2 D</b>	<b>9 D</b>	<b>16 D</b>	<b>23 D</b>	<b>30 D</b>
<b>40 3 L</b>	<b>41 10 L</b>	<b>42 17 L</b>	<b>43 24 L</b>	<b>44 31 L</b>

castiglionifoodstories



## PROPS STYLING

Quando allestiamo un set dobbiamo sapere che tutti gli oggetti che vi faranno parte devono essere coordinati, vi aiuteranno a raccontare la vostra storia, la vostra idea: la loro coerenza stilistica diventerà la vostra firma.



©copyright 2021 Paolo e Sara Castiglioni

# Novembre 2022

**CASTIGLIONI**  
FOOD PHOTOGRAPHY  
castiglionifoodphotography.com

	<b>3 G</b>	<b>10 G</b>	<b>17 G</b>	<b>24 G</b>
	<b>4 V</b>	<b>11 V</b>	<b>18 V</b>	<b>25 V</b>
	<b>5 S</b>	<b>12 S</b>	<b>19 S</b>	<b>26 S</b>
	<b>6 D</b>	<b>13 D</b>	<b>20 D</b>	<b>27 D</b>
	<sup>45</sup> <b>7 L</b>	<sup>46</sup> <b>14 L</b>	<sup>47</sup> <b>21 L</b>	<sup>48</sup> <b>28 L</b>
<b>1 M</b>	<b>8 M</b>	<b>15 M</b>	<b>22 M</b>	<b>29 M</b>
<b>2 M</b>	<b>9 M</b>	<b>16 M</b>	<b>23 M</b>	<b>30 M</b>

castiglionifoodstories



## BACKSTAGE

La preparazione del set va pensata prima di realizzare la foto progettata, mettere in scena i props prima dell'azione finale di ripresa aiuta a creare e determinare il vostro stile.

Quando arriverà il cibo sul set la foto è fatta!





# Dicembre 2022

**CASTIGLIONI**  
FOOD PHOTOGRAPHY  
castiglionifoodphotography.com

	<b>4 D</b>	<b>11 D</b>	<b>18 D</b>	<b>25 D</b>			
<sup>49</sup>	<b>5 L</b>	<sup>50</sup>	<b>12 L</b>	<sup>51</sup>	<b>19 L</b>	<sup>52</sup>	<b>26 L</b>
	<b>6 M</b>	<b>13 M</b>	<b>20 M</b>	<b>27 M</b>			
	<b>7 M</b>	<b>14 M</b>	<b>21 M</b>	<b>28 M</b>			
<b>1 G</b>	<b>8 G</b>	<b>15 G</b>	<b>22 G</b>	<b>29 G</b>			
<b>2 V</b>	<b>9 V</b>	<b>16 V</b>	<b>23 V</b>	<b>30 V</b>			
<b>3 S</b>	<b>10 S</b>	<b>17 S</b>	<b>24 S</b>	<b>31 S</b>			

castiglionifoodstories



## BUON NATALE

I vostri set e le vostre foto miglioreranno se sarete attenti a quello che succede attorno a voi, se andrete a vedere delle mostre d'arte, se incontrerete persone creative, se sarete curiose/i di conoscere il cibo e i suoi protagonisti. E per dirla con Steve: *stay hungry, stay foolish!*