



MY SWEET PODCAST

Episode 05 – Comment améliorer votre workflow en photo – avec Guillaume de Healthycooklife

Kim de My Sweet Discoveries

Bonjour et bienvenue dans ce nouvel épisode de My Sweet Podcast. Je suis Kim de My Sweet Discoveries et je suis ravie d'accueillir dans l'épisode d'aujourd'hui Guillaume de Healthycooklife qui vous dévoilera ses astuces pour booster votre productivité et améliorer votre workflow. Dans le monde d'aujourd'hui, chaque minute économisée est précieuse. Elle vous permettra de prendre du temps pour vous, de stimuler votre créativité ou encore de prospecter.

Vous êtes passionné par l'univers de la photo sous tous ses aspects : cuisine, photo, marketing, business ?

Eh bien, j'ai une bonne nouvelle pour vous. Vous êtes au bon endroit ! Au menu de My Sweet Podcast ? Des interviews d'experts photographiques du moment et des conseils marketing. Que vous soyez restaurateur, photographe, blogueur, ou tout simplement passionné de photos, j'ai pensé à vous et les astuces seront au rendez-vous.

Kim De My Sweet Discoveries

Hello Guillaume, bienvenue dans My Sweet Podcast et merci d'être là. C'est un vrai plaisir pour moi de t'accueillir aujourd'hui pour parler de photo culinaire et plus particulièrement d'organisation. Alors peux-tu te présenter brièvement à nos auditeurs s'il te plaît ?

Guillaume de Healthycooklife

Déjà bonjour Kim, bonjour à tous les auditeurs et les auditrices. Donc je m'appelle Guillaume, j'ai 28 ans, j'habite la belle ville de Genève comme toi et je suis créateur de contenu culinaire depuis 2017 et photographe culinaire depuis deux ans. J'ai créé mon studio photo qui s'appelle Studio Caramel, qui est un studio de photographie de stylisme culinaire que j'ai créé en septembre de l'année dernière. Donc, voilà c'est un petit peu délicat de se présenter en quelques phrases, mais tu l'as très bien fait.

Kim De My Sweet Discoveries

C'était très synthétique, très clair. Et du coup, sachant qu'on est là pour parler de Photo culinaire, je voulais savoir si tu pouvais nous dire comment tu es arrivé à la Photo culinaire. Qu'est ce qui a amené sur ce chemin ?

Guillaume de Healthycooklife

Oui, alors, tu veux la version courte ou la version un peu plus longue ?

Kim De My Sweet Discoveries

Écoute on aime bien les détails.

Guillaume de Healthycooklife

Du coup, je ne suis pas photographe de formation. A la base, je suis cuisinier pâtissier de formation, donc j'ai fait des études en cuisine restauration, puis un bac professionnel en art culinaire. J'ai ensuite travaillé un peu plus de dix ans dans l'univers de l'hôtellerie restauration et j'ai créé mon compte, mon blog en 2017, comme je te disais, pour partager mes recettes. C'est un peu comme ça que j'en suis venu à la photographie culinaire. J'ai amélioré mes photographies parce que

en créant mon blog, me suis vite rendu compte que pour attirer le public et en tout cas donner envie aux gens de réaliser les recettes, il fallait aussi que ça passe par le visuel.

Guillaume de Healthycooklife

Donc, en faisant des photos qui donnent envie, tu vas vraiment retranscrire la gourmandise d'une recette à l'image. Et même si, on fait, la meilleure recette du monde, si la photographie ne donne pas envie, on ne va pas réussir forcément à convaincre le public. J'ai rapidement compris ça et je me suis intéressé de plus en plus à comment faire de jolies photographies? Et si tu veux un petit peu plus de détails, c'était un soir dans mon petit appartement, à l'époque où j'habitais mon quartier.

Guillaume de Healthycooklife

J'ai commencé à scroller un petit peu sur Google et en recherchant des tips sur comment m'améliore en photographie culinaire. Je suis tombé sur un article du styliste culinaire. Je me souviens plus le nom de la personne, malheureusement, mais en tout cas, elle détaillait tous les détails de son métier de styliste culinaire. Et en lisant tout ce qu'elle faisait, tu vois la création, le processus de création, mettre en valeur un plat, etc.

Guillaume de Healthycooklife

J'ai eu un coup de foudre et je me suis dit "C'est ça que tu veux faire!" Et pour en revenir un peu à ma reconversion, j'ai toujours eu un dilemme à l'intérieur de moi, dans le sens où je suis passionné de cuisine, de pâtisserie depuis très longtemps. Mais je ne me sentais pas forcément à l'aise dans l'univers de la restauration. Et pour moi, à l'époque, être cuisinier, c'était le seul moyen d'exercer la cuisine.

Guillaume de Healthycooklife

Et donc, du coup, quand j'ai découvert le stylisme culinaire, j'ai découvert un autre horizon, et j'ai découvert une autre façon d'exercer la cuisine. Et je me suis dit C'est de cette façon là que je veux exercer la cuisine en étant styliste culinaire et forcément, après du coup, photographe culinaire. Mais vraiment, moi, ma grande passion, ma nouvelle grande passion, c'est vraiment le stylisme. Tu vois, la photographie va venir plutôt servir à mettre en lumière ce que je vais préparer et le décor autour d'une recette.

Guillaume de Healthycooklife

Donc, voilà un peu comment j'en suis venue à la photographie aussi géniale.

Kim De My Sweet Discoveries

C'était super intéressant, donc comparé à ton ancienne profession de chef cuisinier. c'est vraiment la phase du stylisme, de pouvoir sublimer un plat et aller jusqu'au bout du processus qui te plaît ?

Guillaume de Healthycooklife

C'est vraiment tout le processus créatif. Si tu veux, en tant que chef cuisinier ou cuisinier ou chef de parti dans un restaurant, en tout cas, quand tu travailles dans le milieu de l'hôtellerie restauration, tu n'as pas forcément toutes les clés pour exprimer ta créativité. C'est souvent tes supérieurs qui vont créer toutes les recettes. Toute la partie visuelle dressage, etc. Là c'est vraiment dans le stylisme. Tu peux vraiment créer de A à Z. Tout un visuel touche tout un univers, toute une histoire.

Guillaume de Healthycooklife

C'est vraiment ça qui me plaît, la partie vraiment créative.

Kim De My Sweet Discoveries

Du coup, j'en profite pour te poser une question à ce sujet comment tu fais pour créer des recettes ? Quel est ton processus créatif?

Guillaume de Healthycooklife

Ça dépend. J'ai pas vraiment un processus établi. J'en ai plusieurs. Je peux partir à partir d'un ingrédient. Tu peux partir à partir d'une histoire, par exemple. Une recette qui depuis mon enfance ou une recette qui va me rappeler un voyage. J'ai beaucoup voyagé en Asie, en Amérique latine ou dans les Antilles. Avoir un souvenir et créer une recette à partir d'un souvenir. Ou alors utiliser un ingrédient, développer des associations de saveurs qui fonctionnent à partir d'un ingrédient.

Kim De My Sweet Discoveries

Tu vois plusieurs choses automatiquement dans ta tête? Ou est ce que tu regardes des magazines? Quelles sont tes sources d'inspiration ?

Guillaume de Healthycooklife

J'ai beaucoup de sources d'inspiration. Déjà, ma plus grosse source d'inspiration, c'est mon expérience en tant que cuisinier. C'est vraiment là que je puise la plupart de mes inspirations. Ensuite, je suis un grand collectionneur de magazines de cuisine. J'en ai un petit peu partout chez moi. J'adore les livres de cuisine. Donc forcément, pour créer une recette, ça peut être très instinctif. Tu peux me dire à partir de pas grand chose et tout s'imbrique dans ma tête.

Guillaume de Healthycooklife

Ou alors il m'arrive de faire des recherches qui correspondent le mieux. Qu'est ce qui va le mieux s'accommoder avec tel ou tel ingrédient des recettes et des recettes? Un petit peu plus exotique. Je vais rechercher des produits que je connais pas forcément ou des techniques culinaires que l'on ne connaît pas forcément non plus.

Kim De My Sweet Discoveries

Mais c'est vrai que forcément, je pense que ton expérience de chef cuisinier doit t'aider énormément. D'un point de vue technique, je trouve que ça se voit vraiment. Tu as une technique magnifique. Tes réalisations sont parfaites au millimètre près. Franchement, c'est magnifique. C'est vraiment génial parce que du coup, forcément, ça aide aussi à faire un bon stylisme, parce que ton produit de base est super beau, tout.

Guillaume de Healthycooklife

Et puis, pour moi, la cuisine est quand même assez proche du stylisme, dans le sens où, quand on dresse une assiette, il va falloir donner envie à la vue de l'assiette. Donc, il va falloir que le dressage soit harmonieux, joli. Et puis, les techniques de composition du dressage de l'assiette sont à peu près les mêmes que les techniques de composition d'une photo, dans le sens où on va utiliser aussi les couleurs, les textures, la disposition des éléments, par exemple la règle des impairs.

Guillaume de Healthycooklife

On sait que l'oeil est attiré par tout ce qui est impair, donc dans le dressage d'une assiette on utilise trois éléments ou six ou cinq éléments. C'est exactement à peu près le même processus que la création d'une image. Donc, pour moi, la préparation culinaire, en tout cas la cuisine, est assez proche du stylisme culinaire.

Kim De My Sweet Discoveries

Et puis, justement, est ce que tu aurais un conseil? Peut être, pour les personnes qui nous écoutent pour améliorer aussi bien leur dressage d'assiettes que leur stylisme culinaire?

Guillaume de Healthycooklife

Moi, je dis souvent qu'une bonne photo, c'est la multiplication de plusieurs petits détails. Pour moi, être attentif aux détails, en tout cas moi, je le suis. Que ce soit tu vois dans la création d'une photo ou alors dans la création d'un dressage, vraiment, aller apporter des petits détails à droite, à gauche, des petites feuilles de verdure, des couleurs, réfléchir aux couleurs en amont, réfléchir aux formes que l'on va utiliser aussi et aux textures, se concentrer sur une seule.

Guillaume de Healthycooklife

Un autre élément c'est les couleurs. Aller un peu plus loin en réfléchissant aux couleurs, mais aussi aux textures, mais aussi aux formes. Et c'est vraiment tout ça qui va créer un ensemble harmonieux, que ce soit pour une photo ou pour une assiette. Entre photographie culinaire, on peut très bien faire un zoom sur une assiette. Et là, on va vraiment s'attarder sur les petits détails de l'assiette.

Kim De My Sweet Discoveries

Génial! C'est très clair, c'est super super inspirant. Et justement, ça tombe bien parce que je voulais faire aussi un petit point plus organisationnel, parce que j'ai vu que tu es super organisé et c'est quelque chose que j'aime beaucoup. Comment tu organises tes shootings en amont le jour J, après le shooting ?

Guillaume de Healthycooklife

Oui, c'est vrai que j'aime beaucoup l'organisation. En tout cas, je suis très organisé. C'est vrai que je pense que ça me vient de la cuisine également, mais tu peux être très réglo, très rigoureux, organisé et cas pour les shootings. Je prépare déjà bien mes rendez vous clients. Il faut savoir bien cerner la demande de client. Quand un client me contacte, je lui pose pas mal de questions pour cerner ses attentes. Ce que je préfère, c'est organiser un rendez vous téléphonique parce que je trouve que ça permet de créer déjà un lien un peu plus personnalisé et de comprendre mieux le client parce que parfois, les clients arrivent avec une demande.

Guillaume de Healthycooklife

Mais ils ne savent pas forcément vraiment quel type de photo ils veulent. Ou il y a des clients qui ne sont pas forcément très experts dans ce milieu là et qui ont besoin aussi de conseils, donc vraiment bien préparé la demande client en amont. Ensuite, pour préparer mes shootings, moi je réalise toutes mes préparations culinaires la veille. Donc, par exemple, je prépare un gâteau, je vais préparer le gâteau la veille. Et puis je vais finir le décor.

Guillaume de Healthycooklife

Tu vois le lendemain, le jour, le jour J.

Kim De My Sweet Discoveries

Exactement.

Guillaume de Healthycooklife

Pareil pour une salade. Je vais effectuer toutes mes découpes la veille, les placer dans des petites boîtes au frais. Et puis, le jour J, c'est mon assiette qui est le moins de préparation culinaire. Le jour J, c'est vraiment le jour du shooting. Je me concentre uniquement sur la disposition et le stylisme. Ce que je fais, c'est que je crée aussi des mood boards, toujours pour mes clients. Déjà, pour leur faire valider mes intentions de stylisme, leur faire valider l'idée dans la direction dans laquelle je veux aller.

Guillaume de Healthycooklife

Il m'arrive aussi de faire valider mon stylisme. J'ai beaucoup d'éléments de stylisme. Du coup, faire valider mon style me permet de pas faire de faute, pas de fautes de goût, mais d'éléments qui ne plaisent pas à mon client sur la photo finale. Parce que, comme je disais parfois les clients n'ont pas vraiment conscience qu'ils ne voudraient pas utiliser telle ou telle couleur dans leurs photos.

Guillaume de Healthycooklife

Ensuite, le jour J, je passe au shooting photo pour mes clients. Je leur fais valider mes photos en direct, donc je leur envoie via WhatsApp généralement ou par mail. Ça leur permet de me faire un retour en direct, de changer des éléments s'il y a des éléments à changer. Et puis ensuite, une fois que c'est validé, c'est OK.

Guillaume de Healthycooklife

Je retouche les photos.

Kim De My Sweet Discoveries

Donc, forcément, j'imagine que ton client doit être actif durant la phase de validation par WhatsApp.

Guillaume de Healthycooklife

Ce que je fais, c'est que je boucle un créneau horaire. Souvent, je bloque une heure et demie pour une mise en scène. C'est assez large, mais au moins, ça permet d'avoir plusieurs retours avec les clients. C'est déjà arrivé que finalement, la mise en scène ne plaise et qu'on doive tout recommencer. En une heure 30, je pense que c'est faisable. En tout cas, de mon côté, c'est faisable.

Guillaume de Healthycooklife

Donc ça évite ensuite tout quiproquo d'envoyer les photos et qu'on te dise finalement non. J'aime pas ça, je n'aime pas ça. Je préfère bloquer un créneau que le client, se rende disponible et qu'il soit réactif via WhatsApp. En plus, c'est assez rapide, donc génial.

Kim De My Sweet Discoveries

Tu parles de mood board, du coup pour faire valider tes intentions de création à ton client. Concrètement, comment tu fais ? Est-ce que tu photographies déjà tous les éléments que tu veux utiliser ? Et tu ajoutes également d'autres photos d'inspiration ?

Guillaume de Healthycooklife

Alors pour la création de Mood Board, j'ai déjà des tableaux d'inspiration sur Pinterest et directement sur mon ordinateur. J'enregistre un peu toutes les photos que je vois au quotidien qui me plaisent. Je les trie ensuite dans des dossiers, par exemple un dossier gâteaux. Et quand je réalise mood board pour les clients, je vais simplement piocher dans ce dossier.

Un petit peu les inspirations de photos que j'ai envie de proposer aux clients qui viennent des photos d'inspiration qui ne sont pas de moi.

Guillaume de Healthycooklife

C'est vraiment pour donner une atmosphère et une direction dans laquelle je souhaite aller. Et en effet, ensuite, pour faire valider le stylisme, c'est moi qui prend les photos de mon stylisme. Des photos pas très qualitatives. C'est vraiment pour montrer quel stylisme je peux utiliser. Le but, ce n'est pas que la photo soit super jolie, mais montrer plutôt l'ambiance générale pour le client et ensuite des photos vraiment concrètes que moi, j'ai prises avec mon stylisme pour faire valider les éléments que je vais utiliser.

Guillaume de Healthycooklife

Après, c'est assez ouvert. Des fois, je me rends compte que ce que j'avais prévu en stylisme ne fonctionne pas forcément, donc je l'enlève. Et puis, je rajoute autre chose. Il n'y a pas forcément de souci. Le but n'est pas de se bloquer. Tu vois sur telle ou telle fourchette, par exemple, ou tel tissu. Si on voit que ça fonctionne pas comme moi, je n'hésite pas à changer. Mais au moins, le client sait déjà dans quelle direction je vais partir en termes de couleurs, etc.

Guillaume de Healthycooklife

Oui, je pense que c'est mieux pour éviter toute mauvaise surprise à la fin ou comme tu dis durant le shooting photo. Et du coup, pour faire le mood board tu fais une petite présentation PowerPoint ?

Guillaume de Healthycooklife

J'utilise Canva parce que c'est très facile d'utilisation. Je ne suis pas un expert sur tout ce qui est graphisme, etc. C'est le bon compromis pour moi. J'ai créé des thèmes clés et je dois juste glisser les photos, changer le nom du client, etc. La mise en forme est la même, on reconnaît mon identité visuelle, etc. Et puis, c'est assez rapide.

Kim De My Sweet Discoveries

J'adore. J'adore aussi. Je trouve que ça aide. Donc, pour les personnes qui nous écoutent, Canva c'est une application qui vous propose déjà des modèles précédents et énormément de domaines différents. Et justement, vous pouvez créer des offres, des factures, des covers de podcasts, une multitude de supports. Ça peut vraiment vous aider à gagner énormément de temps. Et sachant qu'il y a aussi une version gratuite, vous avez soit la version gratuite, soit la version pro dans laquelle vous avez accès à plus d'images gratuites.

Kim De My Sweet Discoveries

Sachant que la version premium n'est pas très chère, Je crois que les 12 francs par mois ou quelque chose comme ça. Je crois que ça reste vraiment accessible. Comparé à des prestations des graphistes. Même si, bien sûr, c'est pas du tout pareil qu'un produit sur mesure, ce n'est pas quelque chose de personnalisé. Comment tu organises tes semaines ? Tu travailles également dans un restaurant non ?

Guillaume de Healthycooklife

Exactement ! Pour le restaurant végétal Alive.

Guillaume de Healthycooklife

Donc après, toutes les semaines ne sont pas pareilles. Mais en ce moment, je travaille chez Alive deux jours par semaine, du lundi au vendredi, un restaurant pour lequel je fais de la formation. Je forme un nouveau pâtissier à la pâtisserie végétale et je fais de la production pâtisserie aussi. Donc ensuite, de mon côté, pour mon business, je consacre le début de la semaine, le lundi après-midi soir et le mardi. Toute la partie administrative, tout ce qui va être comptabilité, devis, facturation.

Guillaume de Healthycooklife

C'est vraiment le mardi de nos jours. Je réfléchis aussi à la production de contenu pour mes réseaux sociaux ou pour mon blog. Le mercredi matin, j'aime bien faire le marché. C'est aussi une grande source d'inspiration pour moi. Voir les fruits et les légumes de saison, etc. J'en profite pour faire mes courses le plus souvent le mercredi après midi. C'est le jour où je fais mes shooting mercredi jeudi, mes shooting perso et shooting clients quand c'est possible.

Guillaume de Healthycooklife

Et le vendredi, c'est un peu plus de chill. J'aime bien consacrer le vendredi aux formations que je suis actuellement. Ou alors vraiment réfléchir à l'avenir de mon business. La direction dans laquelle je veux aller m'en sortir un peu la tête, justement, du business et pour réfléchir ce que je veux faire par la suite et de me former ici. C'est plutôt le vendredi après-midi parce que le matin, je suis chez Live et le samedi, je travaille aussi assez souvent.

Guillaume de Healthycooklife

J'aime beaucoup travailler le samedi, mais plutôt pour faire des photos personnelles, pour moi plus créatives, parce que j'aime beaucoup. Je trouve que le week end, surtout le samedi, l'ambiance est plus calme. Il n'y a pas de mail, il n'y a pas de demande et j'ai vraiment l'esprit tranquille pour laisser libre cours à l'imagination.

Kim De My Sweet Discoveries

Oui, je suis d'accord avec toi. C'est vrai que parfois, quand on veut faire un shooting perso et qu'on entend, l'ordinateur qui vibre ce genre de chose, on est un peu déconcentré. En fait, tu travailles 6 jours sur 7 environ. On peut dire ça comme ça, mais bon, j'imagine que pour toi, c'est aussi une passion de la photo.

Kim De My Sweet Discoveries

Et du coup, tu peux nous parler de ta relation client, notamment durant la phase de prise de contact et de validation des photos ? Comment tu fais pour recruter de nouveaux clients?

Guillaume de Healthycooklife

Alors j'ai la chance de ne pas beaucoup prospecter en ce moment. C'est beaucoup les clients qui viennent à moi, donc, soit principalement via Instagram, soit par mail. Après, il m'est déjà arrivé de prospecter, d'envoyer des demandes quand j'ai des coups de cœur pour des marques n'hésitent pas à envoyer un petit petit document où je présente mon travail, mes valeurs. Et puis ce que je pourrais apporter aux clients.

Guillaume de Healthycooklife

Mais sinon, c'est vrai que c'est beaucoup les clients qui viennent à moi, ce qui me permet aussi de pouvoir choisir tel ou tel projet plutôt que d'autres. T'es chanceux là dessus. Après, j'ai aussi créé mon site, mon site professionnel, qui m'apporte aussi pas mal de visibilité.

Kim De My Sweet Discoveries

Génial, merci! C'est vrai que je pense que c'est important de préciser ces valeurs. Comme tu disais, c'est quelque chose d'intéressant pour les personnes qui nous écoutent, ça fait la différence. Vraiment, au-delà du devis que le client comprenne vraiment qui vous êtes, quelles sont vos valeurs? Qu'est ce qui vous anime? Cela permet de créer un lien supplémentaire. Je trouve que ça fait la différence complètement.

Guillaume de Healthycooklife

Oui, en effet, c'est vraiment comme tu dis. Ça fait vraiment la différence. On peut avoir dix photographes culinaires. Les valeurs peuvent faire la différence sur l'un ou l'autre, auprès d'un prestataire ou l'autre. C'est d'ailleurs aussi comme ça que je sélectionne aussi les projets qui viennent à moi. Je ne regarde pas uniquement ce que la marque vend. Tu vois pour. Par exemple, si deux marques de pâtes à tartiner vont me contacter, je vais me diriger vers celle qui correspond le plus à mes valeurs écoresponsables.

Guillaume de Healthycooklife

Si elle met en avant le savoir faire local, etc.

Kim De My Sweet Discoveries

Génial, merci. Est ce que tu auras un conseil pour nos auditeurs et auditrices pour booster leur efficacité?

Guillaume de Healthycooklife

Pour être plus organisé, je dirais qu'il faut essayer de penser à tout en amont, en amont du jour-J, que ce soit par exemple pour un shooting. Essayer de penser un petit peu l'univers que l'on veut donner à sa photo, l'histoire que l'on va raconter vraiment. Essayer d'anticiper un maximum, que ce soit pour la partie créative avec la création de Mood Board.

Guillaume de Healthycooklife

Et ensuite, pour tout ce qui va être préparation culinaire. Ça, c'est vraiment quelque chose que je conseille vivement de réaliser un maximum de préparation culinaire en amont du shooting. Ça va permettre de mettre son cerveau uniquement au service de la création du visuel et ne pas oublier certains éléments.

Kim De My Sweet Discoveries

Moi, c'est une erreur que je faisais au début où je me disais en amont oui, je vais faire ça. Et puis, le jour du shooting, on est pris dans l'entrain de l'activité. Puis on oublie une fois et on y pense après seulement. Alors que si on a déjà tout préparé en amont, toutes les découpes, on a tout à disposition. On a moins de chance d'oublier.

Guillaume de Healthycooklife

Moi, ce que j'ai fait, c'est que j'ai tout à disposition. Donc, je travaille dans une pièce où j'ai tout mon petit côté à portée de vue et je mets tous les ingrédients sur un plateau à côté de moi. Et puis, j'ai juste à disposer les éléments pour créer une photo ou une mise en scène.

Kim De My Sweet Discoveries

Je pense que c'est vraiment un bon conseil d'avoir une idée par mood board et d'être bien organisé parce que j'avais le même problème au début, j'avais plein d'idées. Et puis ensuite, j'oubliais. Et puis après, au moment de ranger, c'est là que tu vois la planche à laquelle tu avais pensé et tu es un peu frustré. Je pense que c'est vraiment un bon conseil de s'organiser

au maximum pour ensuite laisser un peu plus libre cours à la créativité. Et puis, en ce moment, j'ai vu que tu travailles sur un projet de e-book et ainsi sur un projet de livre de recettes pour la fin de l'année.

Guillaume de Healthycooklife

Oui, volontiers. En effet, je travaille sur ces deux projets-là. Le premier, c'est un e-Book de recettes pour l'été. Donc, des recettes de salades. Plus des idées pour les agrémenter. Il devrait sortir bientôt. Je pense début juillet, si j'arrive à activer un peu ça. Et donc, le gros projet, c'est vraiment mon livre de recettes sur lequel je travaille depuis le mois de janvier.

Guillaume de Healthycooklife

Ceux qui me suivent sur Instagram connaissent un peu les mésaventures que j'ai rencontrées suite à ce projet qui devait se concrétiser normalement au mois de septembre, mais qui ne va pas être édité par la maison d'édition par laquelle j'avais été contacté. Mais j'ai décidé de l'auto éditer moi même, donc je suis en recherche d'une imprimerie. Je travaille aussi avec une graphiste pour m'accompagner sur toute la mise en page, etc. Donc, c'est un livre de 60 recettes.

Guillaume de Healthycooklife

Donc, un livre de recette healthy. Donc, des petites recettes, des recettes de plats et des recettes de desserts. Toutes les recettes sont saines. Un petit peu comme ce que je propose habituellement sur les réseaux sociaux sur mon blog devrait voir le jour normalement pour les fêtes de fin d'année au mois de décembre.

Kim De My Sweet Discoveries

Hâte de voir ça. Je suis sûr que ça va être magnifique et en tout cas, je trouve vraiment que tu as eu la bonne attitude de pas te laisser désarçonner par un projet qui n'a pas évolué comme tu voulais, mais de se dire que ben voilà, c'est pas grave, on rebondit, on trouvera un autre moyen. Au moins, l'avantage là, c'est que c'est vraiment ton livre, comme tu dis. Tu t'es accompagné d'une graphiste, mais finalement, c'est toi qui peut vraiment avoir la main sur le design.

Kim De My Sweet Discoveries

N'hésitez pas à garder en tête le livre de Guillaume pour la fin de l'année.

Kim De My Sweet Discoveries

Et puis, sur un autre registre, je voulais parler un petit peu avec toi de retouche photo, de stockage. Ça va un petit peu dans cette lignée d'organisation comme t'es vraiment quelqu'un de très structuré. J'ai pensé que ça pourrait être intéressant. Alors tout d'abord, je voulais savoir comment tu stockes tes photos?.

Guillaume de Healthycooklife

Moi, je stocke mes photos sur disque dur. J'ai un gros disque dur de deux Terra et sur clé USB, je stocke toutes mes photos brutes et mes photos finales retouchées éditées sur ce disque dur. Et puis j'ai également une grosse clé USB dans laquelle je stocke toutes mes photos finales retoucher et éditer. Ça me permet d'avoir deux supports aussi sur mon ordinateur.

Guillaume de Healthycooklife

J'ai également un autre disque dur où je stocke vraiment toute l'intégralité de mon PC. C'est pas forcément les photos, mais il y a aussi mes photos là dessus, soit 3 stockage pour mes photos. Je trouve que c'est assez important. J'ai beaucoup peur de perdre mes fichiers de base. Là, ça me permet de ne pas avoir ce souci là. D'autant plus que c'est un souci qui

m'est arrivé l'année dernière, au mois de décembre, où j'étais justement en train de créer un projet de e-book pour les fêtes de Noël à l'époque, et stocké sur une seule.

Guillaume de Healthycooklife

Et j'ai tout perdu, je ne sais pas. La clé USB était défectueuse. Je me suis retrouvé avec des images, avec des stries, des carrés blancs, etc. Depuis, je fais vraiment attention de stocker sur trois supports différents.

Kim De My Sweet Discoveries

Génial! Ainsi que les fichiers bruts. Mais quand tu fais un shooting photo, tu gardes toutes tes photos brutes ou tu fais quand même un premier tri et ensuite tu sauvegardes celles-ci ?

Guillaume de Healthycooklife

Maintenant, je fais plus énormément de photos par shooting. Il m'arrive de faire une dizaine de photos par shooting. Donc généralement, je les garde. Sauf pour les photos en restaurant. Là, je me retrouve avec beaucoup de gros volumes 100 200 photos. Là, je fais un tri sélectif. En effet, je sélectionne uniquement les photos qui me plaisent. Il y a souvent des photos ratées, des photos floues. Tout ça sont supprimées. Bien sûr que je sélectionne vraiment les meilleures photos, celles qui me plaisent le plus.

Guillaume de Healthycooklife

Après, comme je shoot chez moi pour des clients quand que je shoote sur trépied et que tout est assez carré, je ne fais pas énormément de photos souvent. Souvent, quand je déclenche mon appareil photo, ce sera souvent la photo finale. Donc, pas de grosse sélection à faire quand je shoot de chez moi pour des clients.

Kim De My Sweet Discoveries

D'accord avec ces pratiques, cela fait aussi gagner du temps. Pas un gros volume d'images à traiter.

Guillaume de Healthycooklife

Ensuite, toutes mes photos sont importées sur Lightroom et c'est sur Lightroom que je gère l'organisation de mes photos. Je crée des collections et Lightroom me permet vraiment d'organiser du coup toutes mes photos et ensuite d'éditer.

Kim De My Sweet Discoveries

Justement, c'était la suite de mes questions. Est ce que tu peux nous expliquer un petit peu, justement, comment organiser tes photos sur Lightroom? Quel type de connexion tu crées? Est-ce que tu mets des étiquettes ? Tu renommes tes photos ?

Guillaume de Healthycooklife

Alors oui, bien sûr, je renomme toutes les collections. En tout cas, je crée une collection à chaque fois que je fais un shooting. Ou alors le nom de la marque. Ce que je fais pour des clients réguliers, que j'ai des clients avec qui je travaille régulièrement. Dans ce cas là, je fais un fichier pour refaire un dossier avec le nom de la marque et des sous dossiers avec le nom des recettes que j'ai créés.

Guillaume de Healthycooklife

Ou alors j'essaie de mettre des mots clés, par exemple. Récemment, j'ai travaillé pour un client café. J'ai fait plusieurs types de photos et pas forcément de la création de recettes. Donc là, je vais mettre des mots clés. Par exemple, café moulu café grains avec le nom du café. Ça me permet de m'y retrouver. J'intègre aussi des mots clés dans les balises de mes collections.

Guillaume de Healthycooklife

Ça me permet, quand j'ai plus le nom du shooting en tête, de rentrer les mots clés. Je reprends l'exemple de mon client café, café, café, grains. Je rentre mes mots clés. Ça me permet de retrouver assez facilement. Ensuite, oui, j'ai des petits, des petites balises, tu sais sur la possibilité de mettre des balises de couleur ou alors des notations. Donc, en général, une étoile, ce sera toutes les photos que je retiens deux étoiles, toutes les photos pour lesquelles j'ai un coup de cœur.

Guillaume de Healthycooklife

Mais rarement trois étoiles. Mais pourquoi ça m'arrive? Pour pouvoir les filtrer. Et pour les balises de couleur, ça m'arrive d'en mettre, mais plutôt pour le type de préparation. Plutôt être pour mon blog dans le sens où, pour mon blog, j'ai fait aussi des photos pas à pas, des recettes, donc. Je mets par exemple une balise de couleur rouge pour toutes les photos qui seront pas à pas, une balise de couleur bleue pour toutes les photos des recettes finales.

Kim De My Sweet Discoveries

Génial! C'est hyper intéressant. Les balises de couleur, ça peut être un bon outil additionnel justement pour continuer ainsi suivant ce type de photo dont on a besoin pour permettre aussi de retrouver rapidement. Je trouve que c'est une bonne approche. Et la notation par étoiles, clairement, c'est top. Je trouve que ça fait gagner beaucoup de temps et tu pourrais parler un petit peu de tout processus de retouche photo?

Guillaume de Healthycooklife

Oui, bien sûr. Du coup, comme je te disais j'édite mes photos sur Lightroom, donc moi, je procède exactement dans le sens où Lightroom a lancé le processus d'édition avec l'exposition, ensuite, le contraste, etc. Etc. Je me dis que si Lightroom l'a fait dans ce sens là, c'est sûrement pour une raison. Donc moi, quand j'édite, je bouge tous les curseurs. Vraiment, au fur et à mesure, j'utilise pas de pre-sets. Je retouche vraiment toutes les photos au cas par cas.

Guillaume de Healthycooklife

En tout cas, quand j'ai un nouveau shooting après, j'ai une série de 10 photos dans la même ambiance. Je vais retoucher une première photo et puis je vais copier les paramètres et les coller à la suite des photos et ensuite réajuster si besoin. Mais globalement, je n'utilise pas de preset et j'en ai jamais créé ou jamais acheté. Voilà pour l'édition. Ensuite, comment dire? Je retouche mes photos sur Photoshop si besoin. Ça m'arrive pas toujours, mais si besoin est vraiment une retouche qui est un petit peu plus poussée.

Guillaume de Healthycooklife

Ou de la modification d'image. Changer la colorimétrie, etc. Retirer des miettes ou alors des éléments, ou alors en dupliquées ou en rajouter. Ça m'arrive honnêtement, pas souvent. Vraiment la grosse partie de la retouche. En tout cas, l'édition va se faire sur Lightroom et la retouche.

Guillaume de Healthycooklife

Exactement utiliser une tablette graphique, que ce soit pour Lightroom ou Photoshop. J'utilise depuis un peu plus d'un an. Donc clairement, ce n'est pas obligatoire. C'est vraiment un confort supplémentaire, mais ça me permet d'être plus précis

sur tous les réglages locaux, que ce soit sur Lightroom ou alors ensuite sur tout ce qui va être tracé, etc. Sur Photoshop, c'est beaucoup plus précis qu'un trackpad ou une souris tablette branché à ton ordinateur.

Kim De My Sweet Discoveries

Est-ce que tu as l'écran qui est dupliqué?

Kim De My Sweet Discoveries

Ou est-ce que tu travailles sur la tablette ?

Guillaume de Healthycooklife

C'est une petite tablette graphique qui est reliée à mon ordinateur par bluetooth. Elle n'a pas d'écran intégré vraiment et elle est reliée à l'écran de mon ordinateur. Je fais un mouvement sur ma tablette. Le mouvement se fait sur l'écran de mon ordinateur. C'est vraiment pratique pour tout ce qui va être.

Guillaume de Healthycooklife

Réglages locaux dans Lightroom pour, par exemple, ajuster la luminosité d'une seule zone. Ou alors, par exemple, raviver la couleur d'une pomme, par exemple, sur une mise en scène. On va dessiner la petite pomme avec le stylet sur la tablette graphique et ensuite modifier la colorimétrie ou la luminosité de cette petite zone. Là, c'est vraiment un confort. Ce n'est pas obligatoire, mais c'est vraiment un confort. Ça permet d'être plus précis et du coup, plus rapide.

Kim De My Sweet Discoveries

J'imagine que quand il n'y n'a pas d'écran, on quand même pris un petit peu de temps pour prendre en main clairement certains.

Guillaume de Healthycooklife

Il faut quand même la prendre en main parce que moi, j'ai de la chance, parce que c'est du bon matériel. Du coup, tout se fait en direct. Il n'y a pas de latence entre la tablette et l'ordinateur, mais en effet, il faut vraiment prendre le pli de. Que c'est assez sensible, donc il faut s'adapter. Mais bon, ça demande pas non plus une grande d'adaptation. Deux semaines, c'est faisable, mais c'est une approche intéressante.

Kim De My Sweet Discoveries

J'avoue que je n'ai pas de tablette graphique mais un iPad Pro et justement, aussi le petit stylo Apple, mais aussi avec le stylet. Mais c'est pratique aussi d'avoir une tablette, car je pense que ça aide. Comme tu dis pour les retouches locales, pour enlever tout ce genre de choses, on a plus de précisions. Ça ne ralentit pas trop ton ordinateur?

Guillaume de Healthycooklife

Non, non. Moi, je travaille sur un MacBook Pro Retina, donc il est assez puissant. Donc ça ne peut pas tellement ralentir. Après tout ce qui va être réglages locaux dans Lightroom, ça a tendance à faire ralentir l'ordinateur, surtout si l'ordinateur est très chargé. Il y a beaucoup d'applications qui travaillent en même temps. Ce n'est pas la tablette graphique qui va faire ralentir l'ordinateur, mais plutôt l'utilisation des réglages locaux dans Lightroom. Après cette technique, c'est tout simplement parce que Lightroom enregistre tout les modifications qu'on fait dans des fichiers.

Guillaume de Healthycooklife

Et à chaque fois qu'on fait un trait avec le réglage local, il va enregistrer les modifications. Si on dessine pas mal de temps, il enregistre, il enregistre. Au bout d'un moment, ça fait ramer l'ordinateur. Il faut lui laisser le temps de se régénérer, le temps que Lightroom passe toutes les écritures sur le disque dur et du coup bien fermer le maximum de programmes qui ne sont pas utilisés.

Kim De My Sweet Discoveries

Peux-tu nous parler un peu plus du tethering ?

Kim De My Sweet Discoveries

Sachant que c'est une pratique que tu utilises, tu peux nous expliquer comment ça se passe? Quel logiciel tu utilises et quels sont les avantages de ce processus?

Guillaume de Healthycooklife

Oui, tout à fait. Comme tu le dis très bien, c'est tout simplement que la pratique consiste à relier son appareil photo à son ordinateur, ce qui permet d'avoir un live view, donc une vue en direct de l'écran de son appareil photo sur son ordinateur. Moi, j'utilise Canon, donc j'utilise le logiciel de Canon qui s'appelle EOS Utility mais c'est EOS Utilities 3. Je crois que ça correspond à la version que tu utilises tout simplement pareil. C'est du confort aussi. Ça me permet de pouvoir avoir un Live view plus grand que sur le petit écran de mon appareil photo.

Guillaume de Healthycooklife

Comme je te disais pour moi, une bonne photo, c'est la multiplication de petits détails clairement sur un grand écran peut facilement voir jusqu'où ces petits détails. Et Ça me permet de construire mes mises en scène à travers un écran de mon ordinateur. Donc cela me permet de placer tous les éléments au millimètre près et que tout corresponde parfaitement, qu'il n'y ait pas un élément qui vous cache une autre. Et vraiment faire ressortir le sujet principal sur mes photos. Ensuite, ça me permet aussi de importer mes photos directement sur Lightroom.

Guillaume de Healthycooklife

Vu que mon appareil est branché, je n'ai pas besoin de sortir ma carte SD, de l'intégrer dans mon ordinateur et d'intégrer mes photos sur Lightroom. Tout se fait automatiquement, donc c'est très, très pratique aussi pour les shootings, avec une validation directe. Je shoote, ça m'importe dans Lightroom, avec des paramètres que j'aurai définis au préalable avant d'envoyer une photo à mon client, même si c'est pour une banale de validation en direct. Faut que ce soit assez rapide, mais je n'en vois pas les fichiers bruts parce que je veux toujours que je retravaille un peu la lumière de la colorimétrie pour l'aider à se projeter un peu dans

Guillaume de Healthycooklife

La retouche dans laquelle je veux aller plus tard. Donc voilà je déclenche, ça m'importe sur Lightroom avec les paramètres prédéfinis et ensuite j'exporte et j'envoie au client. C'est beaucoup plus rapide comme ça. Plutôt que de shooter, d'enlever la carte SD, l'intégrer dans l'ordinateur intégré à Lightroom, exporter envoyer

Kim De My Sweet Discoveries

Ca doit faire gagner pas mal, pas mal de temps. Et du coup, tu restes toujours fidèle à ta mise en scène de base, c'est à dire que tu positionne ton appareil photo de la manière dont j'avais pensé. Et ensuite, finalement, la photo finale reste comme ça.

Guillaume de Healthycooklife

Ça, c'est l'avantage de shooter en mode connecté. C'est d'avoir des photos qui correspondent parfaitement à ce que tu as en tête et de pouvoir disposer de ces éléments. L'inconvénient, c'est justement qu'on peut se limiter à une seule mise en scène étant donné que tout est millimétré pour cet angle de vue, etc. Ce que je faisais au début, c'est que je m'arrêtais souvent. Cette mise en scène, cet angle de vue, cette photo ou ce que je fais maintenant, c'est que du coup, j'ai changé.

Guillaume de Healthycooklife

Je décroche l'appareil. L'appareil photo de mon trépied pour essayer une autre disposition, ne pas passer à côté d'une photo peu plus attrayante ou à laquelle je n'aurais pas pensé. C'est aussi le désavantage de shooter uniquement sur trépied, c'est de se contenter sur l'angle de prise de vue qu'on aura décidé, alors que c'est vrai que quand on a un appareil photo dans les mains, on a tendance à tourner autour du sujet et faire des photos auxquelles on n'aurait pas forcément pensé.

Guillaume de Healthycooklife

Un zoom sur une tarte qu'on n'aurait pas vu. Ou alors focus sur le coulants au chocolat.

Kim De My Sweet Discoveries

Exact. Je suis tout à fait d'accord avec toi. C'est ce qui me bloque un tout petit peu plus dans le fait de shooter avec un câble, c'est qu'on a un peu moins de flexibilité et spontanéité. On est un petit peu moins attentif comme tu dis au petit détail et aux petites choses qu'on n'aurait pas forcément vues. Mais en même temps, c'est vrai que c'est une super approche pour être sûr que tout soit bien. Notamment quand on travaille avec un client, que tout soit au millimètre.

Guillaume de Healthycooklife

Exactement. Ce que je fais maintenant, c'est que tu vois une fois que j'ai fini, une fois que j'ai eu la photo parfaite entre guillemets, celle que j'avais en tête et qui correspond à mes attentes, je débranche mon appareil photo et puis là, je tourne autour du sujet et je fais plusieurs photos.

Kim De My Sweet Discoveries

Génial! C'est encore mieux. Deux avantages : la photo parfaite et l'avantage de la spontanéité que je trouve cool. Et puis, est-ce que tu aurais un conseil pour les personnes qui nous écoutent pour améliorer leurs photos culinaires?

Guillaume de Healthycooklife

Oui, oui. Ce que je dis toujours, c'est qu'il faut pratiquer. C'est tout bête. Ça peut être bateau, mais c'est un peu comme tout. Comme pour la cuisine et comme pour toute activité, toute activité créative, il faut pratiquer, il faut. Et pas arrêter de se former, car on n'est jamais expert sur le sujet. Moi-même, je continue à me former à différentes techniques, différentes approches. Je regarde beaucoup ce que font d'autres photographes. Un bon conseil, je pense aussi, c'est de ne pas se contenter de photographie culinaire.

Guillaume de Healthycooklife

Vraiment, quand on veut faire de la photo, il faut aussi regarder ce qui se fait dans la photo de portrait, dans la photo de paysage, etc. Il y a toujours des techniques à aller chercher des lumières, des aspirations chez les autres, vraiment. Sortir aussi du culinaire. Quand on a tendance à rester dans le culinaire, on reproduit toujours ce qu'on voit. Et pour créer de nouvelles choses, je pense qu'il faut aller voir au-delà du culinaire.

Guillaume de Healthycooklife

La photo, c'est quelque chose qui est très général. On peut faire de la photo de toutes choses, de tout ce que l'on croit et on peut apprendre de tout. Regardez ce qui se fait chez d'autres photographes. On pourra forcément les implanter dans sa pratique de photographie culinaire.

Kim De My Sweet Discoveries

Justement, j'ai vu ta série de photos avec les pivoines, c'était vraiment magnifique. Je mettrai le lien avec justement des photos de pivoines en macro avec des petites perles d'eau. Et j'ai trouvé que c'était vraiment absolument magnifique.

Guillaume de Healthycooklife

Les fleurs, c'est vraiment quelque chose qui m'inspire aussi beaucoup. Et j'essaie beaucoup de mêler justement le floral et le culinaire. Voilà pour cette série là, j'avais de belles pivoines chez moi et je me suis dit que j'allais faire une série sur les pivoines. Donc voilà, je trouve ça aussi très créatif. Ça permet de sortir aussi sa tête culinaire et de travailler sa créativité. Tu vois différentes textures, différentes couleurs, avec une lumière aussi différente, etc.

Kim De My Sweet Discoveries

Du coup, tu as prévu d'aller dans une autre direction pour les prochaines photos, d'explorer un peu plus cet axe floral ☐ ?

Guillaume de Healthycooklife

Oui, oui, complètement. Donc, c'est quelque chose que je peux travailler assez régulièrement, régulièrement. Comme je te disais le samedi, c'est un jour que je consacre à mes expériences créatives, entre guillemets. Et j'aimerais bien créer une série de photos florales, mêlées avec des recettes ou des grandes mises en scène, avec beaucoup de couleurs, etc. Côté shooting en extérieur, j'ai vraiment envie de développer cette partie florale.

Kim De My Sweet Discoveries

Ecoute, moi aussi, j'aime beaucoup associer les fleurs à la cuisine. Je trouve que c'est magnifique et que finalement, leur douceur et en fait la multiplicité de leurs facettes, ça va vraiment bien avec une image culinaire. Donc je me réjouis de voir ces photos et peut être de parler un petit peu plus de cet univers-là et de ton processus créatif. Pourquoi pas dans un prochain épisode ? En tout cas, c'était un vrai plaisir de t'accueillir aujourd'hui, je te remercie pour tous ces conseils en organisation, en efficacité, en productivité.

Kim De My Sweet Discoveries

Je pense que ça a été vraiment très utile pour les personnes qui nous écoutent. C'était un plaisir de parler avec toi.

Guillaume de Healthycooklife

Plaisir partagé. Je te remercie beaucoup de plaisir aussi.

Kim De My Sweet Discoveries

Merci beaucoup, Guillaume. Et à bientôt pour un prochain épisode, ça marche bientôt.

Kim De My Sweet Discoveries

Bye bye!

Kim de My Sweet Discoveries

J'espère que vous avez aimé ce podcast. Si c'est le cas, abonnez-vous pour ne manquer aucun de mes conseils food photo, marketing ou entrepreneuriat qui vous guideront dans le monde de la photo? Laissez-moi un cinq étoiles, ça me ferait super plaisir. Et dernière bonne nouvelle, j'ai encore un cadeau pour vous. J'ai réalisé un guide de plus de 45 pages pour créer le feed Instagram de vos rêves, ceux qui vous permettra de gagner de nouveaux abonnés et de faire prospérer votre business.

Ce guide est gratuit, en tout cas pour l'instant. Pour le trouver, c'est très simple, il vous suffit de taper sur Google My Sweet Discoveries guide Instagram, My Sweet Discoveries en trois mots, guide Instagram. Ensuite, vous tomberez sur ma page Instagram où vous aurez différents kits gratuits, dont celui-ci. Le lien sera également en notes de ce podcast.

A très bientôt pour un nouveau podcast et Sweet Fin de journée.