

# 11 secretos para hacer buenas fotos de comida en Instagram por Sagasta 28

## [Multimedia](#)

El `Foodselfie` es una de las fotos más populares en Instagram. Por eso, Sagasta 28 Bistró, se ha propuesto colaborar convirtiéndose en un restaurante 100% instagrameable con Wi Fi y cargadores a disposición de sus clientes, un fotógrafo en su staff para inmortalizarlos y, lo mejor: el IG BAR donde invitan a un cóctel a los que suban una foto a las RRSS enlazando los perfiles de Sagasta28. A continuación, algunas reglas que se deben seguir para sacar buenas fotos de comida en IG. [www.sagasta28bistro.com](http://www.sagasta28bistro.com)

En primer lugar, cortar un trocito del alimento: A veces, el interior de los alimentos es la mejor imagen de ellos. En segundo lugar, elegir un picado. Otra opción es ponerse de pie sobre una silla y fotografiar completamente la mesa desde arriba.

A continuación, se debe buscar la luz natural siempre que sea posible. para lograr una buena fotografía de noche, a menos que el restaurante esté muy bien iluminado, es mejor evitar este tipo de foto, ya que el flash no le dará una buena apariencia y la poca luz del lugar no le hará justicia al plato. La composición es el elemento más importante a la hora de fotografiar comida. Por supuesto, queda prohibido que aparezcan manteles o platos sucios, manchas de vino, botellas vacías o ceniceros.

Ruido visual: Las fotos de Instagram son pequeñas, así que no es recomendable incluir demasiados estímulos, con pocos elementos tendremos la cantidad justa de textura para la foto y mantendremos el foco en la comida. La idea de utilizar la opción de enfoque para resaltar un determinado ingrediente o llamar la atención sobre la parte más apetecible de la foto es también una buena técnica. Y ¡cuidado! Vale la pena perder unos segundos para enfocar bien la imagen y comprobar que se ve nítida antes de disparar.

Después, la idea de jugar con distintos ángulos es también atractiva, ya que se puede hacer un zoom si la comida tiene muchas texturas. Si se es creativo/a se puede probar desde distintos ángulos para mostrar la perspectiva más original. Lo ideal es que no se tomen las instantáneas desde Instagram, ya que las imágenes tomadas con la cámara del móvil tienen mucha mejor resolución que si sacamos fotografías desde esta aplicación. Por otro lado, aunque estemos instagrameando, es mejor no utilizar filtros si la foto resultó ser genial. Si vamos a usarlos, los mejores son X-Pro II, Lo-fi o Hefe.

Otra opción es editar con aplicaciones como VSCO o Snapseed. A la hora de

hablar de los Hashtags cabe destacar que en Instagram se recomienda su uso porque son la manera de que los usuarios encuentren nuestras imágenes. Se pueden utilizar hasta 30 y si nos pasamos, la foto se publicará pero se eliminarán todos los hashtags. Y, por último, si la lista de ingredientes es lo suficientemente corta, se puede incluir en el título.

## Acerca de Sagasta 28 Bistró

Situado en pleno barrio de Chamberí, de ambiente desenfadado y cultural, Sagasta 28 Bistró ofrece la mejor cocina autonómica y de producto de la capital, donde el cliente puede disfrutar de la elaboración de los platos paso a paso. Un restaurante donde la Denominación de Origen y la apuesta por el km 0 son la base de todas las recetas de su cocina. Práctico y sofisticado a la vez, Sagasta 28 Bistró se aleja de los tópicos contemporáneos de la capital con una oferta culinaria sencillamente brillante.

Los cocineros Km0 juegan un papel fundamental al poner en valor todo un territorio (en este caso varias comunidades) a través de su creatividad. La colaboración entre Sagasta 28 y los productores propicia la lucha contra el abandono de la cultura tradicional y la devaluación de la comida. Y de ahí nace la idea de *“viajar a lo largo de la geografía española, sin moverse de Sagasta 28 Bistró”*, tal y como Óscar Schouten, propietario del restaurante junto a Fabian y Rodrigo, define el concepto en el que se enmarcan.

C/ Sagasta 28, 28004- Madrid

Teléfono: 91- 082 45 07

[www.sagasta28bistro.com](http://www.sagasta28bistro.com)

---