J’ai vu le Messager d’Allah (sur lui la paix et le salut) manger à l’aide de trois doigts, et lorsqu’il avait fini son repas, il les léchait.

Ka’b ibn Mâlik (qu’Allah l’agrée) a dit : « J’ai vu le Messager d’Allah (sur lui la paix et le salut) manger à l’aide de trois doigts, et lorsqu’il avait fini son repas, il les léchait. »
[Authentique] [Rapporté par Muslim]

Le Prophète (sur lui la paix et le salut) mangeait à l'aide de trois doigts, il s'agissait du majeur, de l'index et du pouce. Ceci indique qu'il n'était ni gourmand, ni insatiable dans sa façon de manger. Et, lorsqu’il avait fini son repas, il se léchait les doigts. Ainsi, ce qui est souhaitable, c'est de manger avec trois doigts, sauf lorsqu'il s'agit de nourriture qui ne peut être prise de la sorte. Dans ce cas, il faut manger avec ce qui facilite la prise du repas.

http://www.sunnah.global/hadeeth/fr/show/4298