La nourriture de deux est suffisante pour trois et la nourriture de trois est suffisante pour quatre.

Abû Hurayrah (qu'Allah l'agrée) relate que le Messager d'Allah (sur lui la paix et le salut) a dit : « La nourriture de deux est suffisante pour trois et la nourriture de trois est suffisante pour quatre. » Et dans une version de Muslim, Jâbir (qu'Allah l'agrée) relate du Messager d'Allah (sur lui la paix et le salut) qu'il a dit : « La nourriture d'un seul suffit à deux, la nourriture de deux suffit à quatre et la nourriture de quatre suffit à huit. »

[Authentique] [Rapporté par Muslim - Rapporté par Al-Bukhârî et Muslim]

Ce récit encourage à partager la nourriture avec convivialité, même s'il y en a peu. Celle-ci sera amplement suffisante et répondra au but recherché. En effet, la bénédiction accompagnera la nourriture qui suffira ainsi à toutes les personnes présentes. Le Prophète (sur lui la paix et le salut) a donc encouragé à être altruiste et généreux. C'est-à-dire que si l'on t'apporte un repas qui semble ne suffire qu'à ta propre personne et qu'une autre vient te rejoindre, ne fais pas preuve d'avarice, ne dis pas : « C'est mon repas à moi seul ! » Partage plutôt ton repas avec elle et donne-lui-en afin qu'il vous suffise à tous les deux.

http://www.sunnah.global/hadeeth/fr/show/6057