Nabi -ṣallallāhu 'alaihi wa sallam- melaksanakan salat Zuhur di tengah hari, salat Asar ketika matahari cerah, dan salat Magrib ketika matahari sudah terbenam.

Dari Jābir bin Abdillah Al-Anṣāri -raḍiyallāhu 'anhumā- ia berkata, "Nabi -ṣallallāhu 'alaihi wa sallam- melaksanakan salat Zuhur di tengah hari, salat Asar ketika matahari cerah, dan salat Magrib ketika matahari sudah terbenam. Adapun salat Isya, adakalanya beliau melaksanakannya di awal waktunya dan adakalanya di akhir waktunya. Jika beliau melihat (makmum) sudah berkumpul, beliau pun menyegerakan salat, dan jika beliau melihat mereka lambat, maka beliau pun mengakhirkannya. Sedangkan salat Subuh, Nabi -ṣallallāhu 'alaihi wa sallam- menunaikannya ketika masih gelap."

[Hadis sahih] [Muttafaq 'alaih]

Hadis ini berisi penjelasan waktu paling utama untuk menunaikan salat lima waktu. Salat Zuhur ditunaikan ketika matahari condong dari tengah-tengah langit. Yaitu waktu tergelincirnya matahari, dan itu awal waktunya. Akan tetapi, jika kondisi sedang panas terik yang berpengaruh terhadap orang-orang yang salat, maka lebih utama untuk mengundurkan salat sampai udara agak dingin sebagaimana disebutkan dalam dalil-dalil yang lain. Salat Asar ditunaikan ketika matahari masih berwarna putih bening tanpa dicampuri warna kuning saat terbenam, dan ukurannya ketika bayangan sesuatu sepanjang benda aslinya setelah bayangan zawal (tergelincirnya matahari). Salat Magrib ditunaikan saat matahari jatuh di tempat terbenamnya. Sedangkan waktu Isya dengan memperhatikan kondisi para makmum. Jika mereka telah hadir di awal waktunya, yaitu lenyapnya mega merah (di cakrawala), maka mereka pun melaksanakan salat. Jika mereka belum datang, maka Nabi mengakhirkannya sampai pada waktu pertengahan pertama dari malam, dan itu merupakan waktunya yang paling utama andai tidak ada kesulitan. Adapun salat Subuh dilaksanakan ketika permulaan bercampur-baurnya cahaya terang dengan kegelapan.

http://sunnah.global/hadeeth/id/show/3516