Peygamber -sallallahu aleyhi ve sellem- akşam namazını kılmazdan önce birkaç tane taze (yaş) hurma ile orucunu açardı (iftar ederdi).

Enes b. Mâlik -radıyallahu anh-'tan rivayet edildiğine göre o şöyle demiştir:"Peygamber -sallallahu aleyhi ve sellem- akşam namazını kılmazdan önce birkaç tane taze (yaş) hurma ile orucunu açardı (iftar ederdi). Eğer taze (yaş) hurma yoksa, birkaç kuru hurma ile orucunu açardı (iftar ederdi). Birkaç kuru hurma da yoksa, birkaç yudum su yudumlardı.

[Hasen Hadis] [Tirmizî rivayet etmiştir - Ebû Dâvûd rivayet etmiştir - Ahmed rivayet etmiştir]

Bu hadiste Enes b. Mâlik -radıyallahu anh- Rasûlullah -sallallahu aleyhi ve sellem-'in -oruç tuttuğunda- akşam namazını kılmazdan önce birkaç tane taze (yaş) hurma ile orucunu açtığını haber veriyor. Eğer taze (yaş) hurma yoksa, birkaç kuru hurma ile orucunu açardı (iftar ederdi). Birkaç kuru hurma da yoksa, birkaç yudum su yudumlardı.-Aleyhissalatu vesselam-'ın oruç açmaya hurma ya da su ile başlaması uygundur.Çünkü midesi boştur zarar görmemek için yağlı yemekle başlamıyor.

http://www.sunnah.global/hadeeth/tr/show/6185